

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ရောဂါ ၂၀၁၉- (COVID-19)

(၀၄/၀၉/၂၀၂၀)

- သင် နှင့် သင့်မိသားစုအတွက် သတင်းအချက်အလက်
- အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာဆိုင်ရာ အချက်အလက်
- လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအတွက် ရင်းမြစ်များ
- နာမကျန်းဖြစ်နေသူများအတွက် သတင်းအချက်အလက်
- စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းများအတွက် အချက်အလက်
- ခရီးသွားများ နှင့် လေယာဉ်ပျံများအတွက် အချက်အလက်များ

ယခု ဒက်ရှိဘတ်ကို ယနေ့ ညနေ ၄ နာရီ မှ ဒေတာများကို အသုံးပြု၍ နေ့စဉ် ညနေ ၆ နာရီတွင် ပြင်ဆင်ပါမည်။

မေးခွန်းများရှိပါက ဖုန်းနံပါတ် 3-1-1 (512-974-2000) ကိုခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [ဤပုံစံကို ဖြည့်ပါ။](#)

ယခု အော်စတင်-ထရာဗစ်ကောင်တီ ဒေတာများကို နေ့စဉ် ပြင်ဆင်ပါမည်။ တက္ကဆက် ပြည်နယ်အတွက် ရောဂါဖြစ်ပွားမှု အရေအတွက်ကို ကြည့်ရှုလိုပါက [တက္ကဆက် DSHS တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။](#)

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ၂၀၁၉ (COVID-19) သည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၏ အစိတ်အပိုင်းများတွင် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့သော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ နေထိုင်မှုကောင်းမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ COVID-19 ရှိကြောင်းသိထားသည့် လူတစ်ဦးနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ခဲ့သူများအတွက် COVID-19 ကူးစက်ခံရရန် အန္တရာယ်က ပိုမိုမြင့်မားပါသည်။ ဥပမာ - ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊ သို့မဟုတ် အိမ်သားများ။ ရောဂါကူးစက်မည့်အန္တရာယ်များသည့် အခြားသူများထဲတွင် COVID-19 ရောဂါ လက်ရှိပြန့်ပွားနေသောဧရိယာတစ်ခုအတွင်း လောလောလတ်လတ် သွားရောက်ခဲ့သူများ သို့မဟုတ် ယင်းဧရိယာတွင်း နေထိုင်သူများဖြစ်ကြသည်။

ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူတစ်ဦး ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေချိန်တွင် ထွက်လာသော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းတွင်းမှ အရည်စက်များမှတစ်ဆင့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနီးကပ်ထိတွေ့သူများ (၆ ပေအတွင်း) အကြား အဓိကအားဖြင့် ပြန့်ပွားပါသည်။ ရောဂါပိုးရှိနေသော မျက်နှာပြင် သို့မဟုတ် အရာဝတ္ထုကို ထိတွေ့မိပြီး မိမိ၏ ပါးစပ်၊ နှာခေါင်း သို့မဟုတ် မျက်လုံးများကို ထိတွေ့ခြင်းဖြင့် လူတစ်ဦးသည် COVID-19 ရောဂါရရှိနိုင်ချေရှိနိုင်ပါသော်လည်း ယင်းက ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပျံ့နှံ့သည့် အဓိကနည်းလမ်းဟု မထင်ပါ။

အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ချက်

အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန က တက်ဆက် ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးဌာန၊ ကူးစက်ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးစင်တာ (CDC) နှင့် ဒေသန္တရ နှင့် ဒေသလုံးဆိုင်ရာ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန နှင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအေဂျင်စီများ နှင့်ပူးပေါင်းလက်တွဲ၍ အလျှင်အမြန်ပြောင်းလဲနေသော အခြေအနေကို မျက်ခြေမပြတ် စောင့်ကြည့်နေပါသည်။ အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန (APH) က COVID-19 တုံ့ပြန်ရေးလုပ်ငန်းများကို ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ရန် အဆင့် ငါးဆင့်ပါ စီမံကိန်း (five-phase plan) တစ်ခုကို ဖော်ထုတ်ပြီးဖြစ်ပါသည်။

- အဆင့် ၂ - လူများကို ရောဂါရှာဖွေစိစစ်ခြင်း စစ်ဆေးမှုများ၊ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ခြင်း၊
- အဆင့် ၃ - ရောဂါ ရှိမရှိ အတည်ပြုခြင်း လူလူချင်း၊ ကူးစက်ပြန့်ပွားစေမှုမရှိပါ)
- အဆင့် ၄ - လူလူချင်း ကူးစက်မှု အကန့်အသတ်ဖြင့်ရှိခြင်း အနီးကပ် ထိတွေ့မှု/ အိမ်သားချင်း ထိတွေ့မှုများ၊
- အဆင့် ၅ - လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း လူလူချင်း ကူးစက်မှု အဆက်မပြတ်ရှိခြင်း

လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင်း ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုဆိုသည်မှာ ဧရိယာဒေသတစ်ခုအတွင်း လူများ ရောဂါကူးစက်ခံရခြင်းဖြစ်ကာ မိမိတို့ဖာသာ မည်သည့်နေရာ နှင့် မည်သို့ကူးစက်မှန်း မသေချာသူအချို့လည်း ပါဝင်ပါသည်။

APH က တရုတ်ပြည်မှ အော်စတင်ထရပ်စ်သို့/ ပြန်လာသော ဌာနပြန်များအတွက် ရောဂါလက္ခဏာစောင့်ကြည့်မှု လုပ်ဆောင်ပေးခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ကျွမ်းကျင်ဝန်ထမ်းများ၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ ကျောင်းများ နှင့် အများပြည်သူလူထုထံ ကာကွယ်တားဆီးရေးဆိုင်ရာ သတင်းများ ပံ့ပိုးပေးခြင်းတို့ဖြင့် စွမ်းအားမြှင့် တုံ့ပြန်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှု ရရှိစေရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဌာနလည်ပတ်ရေးစင်တာ (Department Operations Center) ကို လှုံ့ဆော်ပေးပြီးဖြစ်သည်။ ထို့အပြင် အော်စတင်-ထရပ်စ်စီရင်စုအရေးပေါ် လုပ်ငန်းလည်ပတ်ရေးစင်တာ (ATCEOC) ကိုတစ်စိတ်တစ်ပိုင်း လှုံ့ဆော်ပေးပြီးဖြစ်သည်။

ပညာရှင်အကြံပေးအဖွဲ့

[ပညာရှင် အကြံပေးအဖွဲ့](#) တစ်ဖွဲ့ကို ရပ်ရွာအသိုက်အဝန်းမှ ဆရာဝန် တစ်ဒါဇင်ကျော်ခန့်ဖြင့် ပါဝင်ဖွဲ့စည်းထားပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ကူးစက်ရောဂါများ၊ ကလေးသူငယ်ရောဂါများ၊ အရေးပေါ်ဆေးဝါးနှင့် ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါဆိုင်ရာဆေးဝါးစသည့် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များနှင့် အဆင့်မြင့်ပညာနှင့် အစိုးရကျောင်းများမှ ဆရာဝန်များ ပါဝင်သည်။ ဤအဖွဲ့သည် လူအများစုဝေးခြင်းများအတွက် အန္တရာယ်လျော့ချရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးတို့နှင့်ပတ်သက်သည့် အကြံပြုချက်များနှင့် လမ်းညွှန်ချက်များကို ကိုင်တွယ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

အော်စတင်မြို့တော်ရှိ ဌာနများ ပိတ်ခြင်း/ တက်ဆက်ပြည်နယ် ကင်းလွတ်ခွင့်များ

[အော်စတင်မြို့တော်ရှိ ဌာနအတော်များကို ပိတ်ဆို့ပြီးဖြစ်သည် \(PDF\)](#) - [အခြား ဌာနများက ပိတ်နိုင်သလို ပြန်လည်းဖွင့်နိုင်ပါသဖြင့် ယခုစာရင်းကို အချိန်နှင့်အမျှ ပြုပြင်နေပါမည်။](#)

တက်ဆက်ပြည်နယ် အစိုးရက COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်မှုကို သက်သာအောင်လုပ်ရာတွင် ကူညီရန် ကင်းလွတ်ခွင့် အတော်များကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ [မြို့တော်ဝန်ရုံးက နေရာတကျရှိပြီးဖြစ်သည့် လက်ရှိကင်းလွတ်ခွင့်များနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး ပြည်နယ်ရင်းမြစ်များ နှင့် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် စာရင်းတစ်ခုကို ပေးအပ်ပါသည်။](#)

သင် နှင့် သင်၏မိသားစုအတွက် သတင်းအချက်အလက်

မျက်နှာအကာများနှင့်ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ

COVID-19 ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုကို ထပ်ဆောင်းနှေးကွေးအောင်လုပ်ရန်အလို့ငှာ ၎င်းတို့၏အိမ်ပြင်ပ၌ မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများ သို့မဟုတ် မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်သည့်အချိန်တွင် အဝတ်စ မျက်နှာကာများ အသုံးပြုရန် အော်စတင်-ထရပ်စ် ကောင်တီက အထွေထွေပြည်သူလူထုအတွက် တိုက်တွန်းအကြံပြုချက်တစ်ခုကို အကောင်အထည်ဖော်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ယခုတိုက်တွန်းအကြံပြုချက်က ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာမပြသည့် ရောဂါသယ်ဆောင်သူများမှ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ဖြန့်ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးရန် ထပ်ဆောင်းကာကွယ်ရေးလုပ်ဆောင်ချက်အတွက် ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး နှင့် တားဆီးကာကွယ်ရေးအတွက် စင်တာများ (CDC) မှ လောလောလတ်လတ် ကြေငြာခဲ့သည့် နိုင်ငံတော် တိုက်တွန်းအကြံပြုချက်တစ်ခုအရ ဖြစ်ပါသည်။

အကြံဉာဏ်များ

အဝတ်စ မျက်နှာဖုံးသည် -

- ခွင်ကျကျ ရှိနေသော်လည်း မျက်နှာဘေးဖက်တွင် သက်တောင့်သက်သာဖြစ်နေရမည်
- ချည်ကြိုးများ သို့မဟုတ် နားချိတ်ကွင်းများဖြင့် ချိန်ထားရမည်
- အဝတ်စ အလွှာများများ ပါသင့်သည်
- အကန့်အသတ်မရှိ အသက်ရှူနိုင်ရန် ခွင့်ပြုသင့်သည်
- ပျက်စီးခြင်း သို့မဟုတ် ပုံပျက်သွားခြင်းမရှိပဲ လျှော်ဖွတ် ပြီး စက်ဖြင့်အခြောက်ခံနိုင်စေသင့်သည်

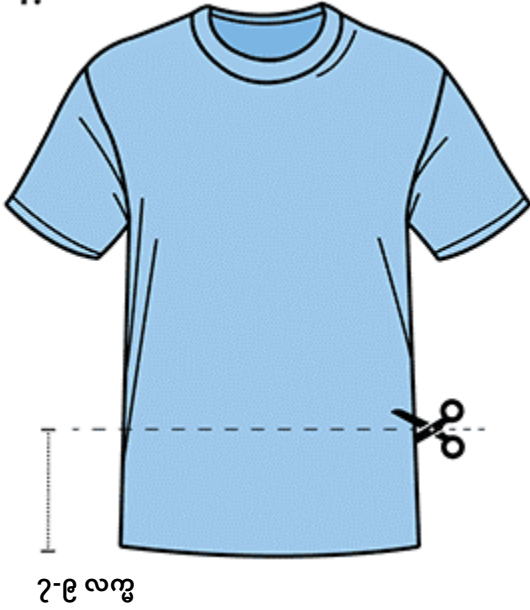
လက်တွေ့သရုပ်ပြမှုများ

အောက်ပါ မျက်နှာဖုံး ဒီဇိုင်းပုံစံ သုံးခုကို ကြည့်ပါ -

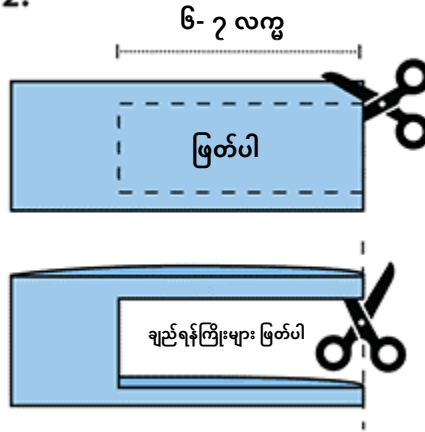
တီရှပ် မှအမြန်ညှပ်ပြီး ချုပ်စရာမလိုသည့် မျက်နှာအကာ

လိုအပ်သော ပစ္စည်း - တီရှပ်၊ ကပ်ကြေး

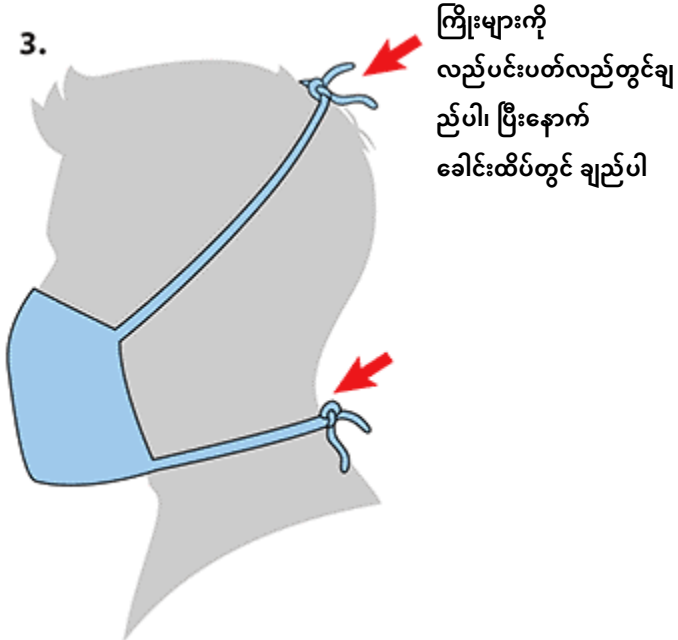
1.



2.



3.



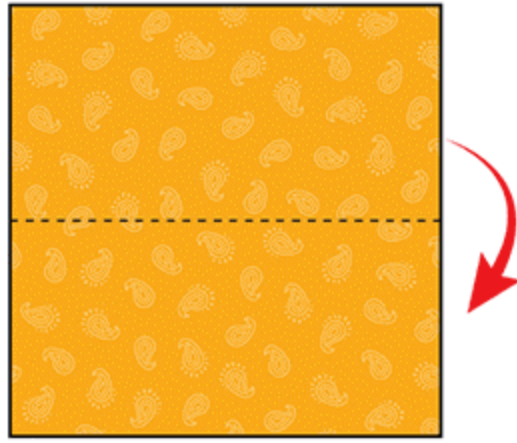
ချုပ်စရာမလိုသည့် ဘန်ဒါးနား မျက်နှာစွပ်အကာ

လိုအပ်သော ပစ္စည်းများ - ဘန်ဒါးနား (သို့မဟုတ် လေးထောင့် အဝတ်စ)၊ ကော်ဖီ အနည်စစ်၊ ရာဘာကွင်းများ (ဆံပင်စည်းများ)၊ ကပ်ကြေး

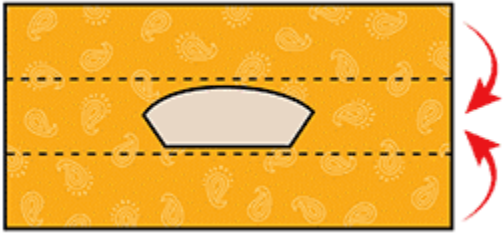
1.



2.



3.



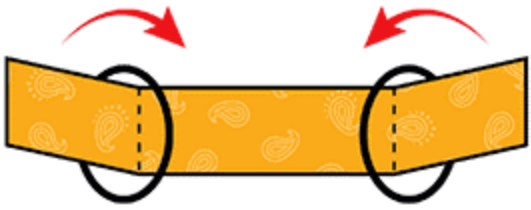
ခေါက်ထားသည့် လေးထောင့်အဝတ်စ၏
အလယ်တွင် အနည်စစ်ကို ခေါက်ထည့်ပါ
ထိပ်မှ ခေါက်ချပါ။ အခြေကို အပေါ်သို့ ခေါက်ပါ။

4.



ကြိုးများကို လည်ပင်းပတ်လည်တွင်ချည်ပါ။
ပြီးနောက် ခေါင်းထိပ်တွင် ချည်ပါ

5.



ဘေးဖက်များကို အလယ်သို့ ခေါက်ပြီး
အောက်တွင်သွင်းပါ

6.

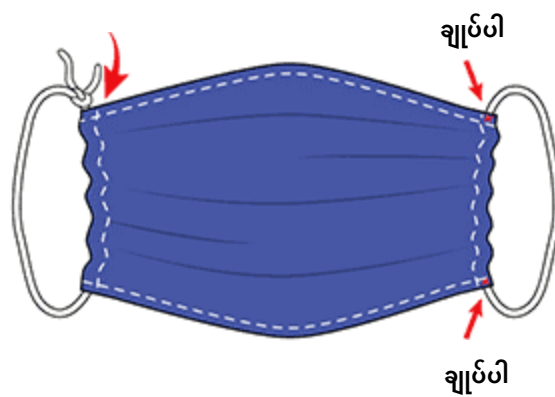
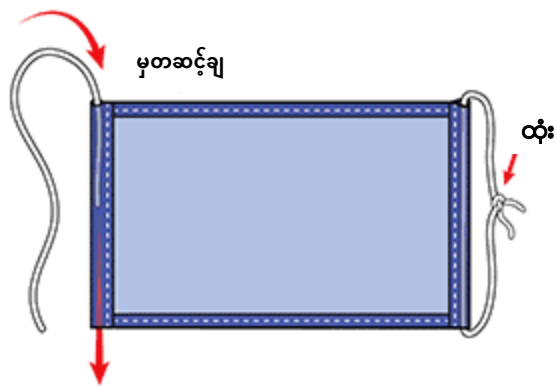
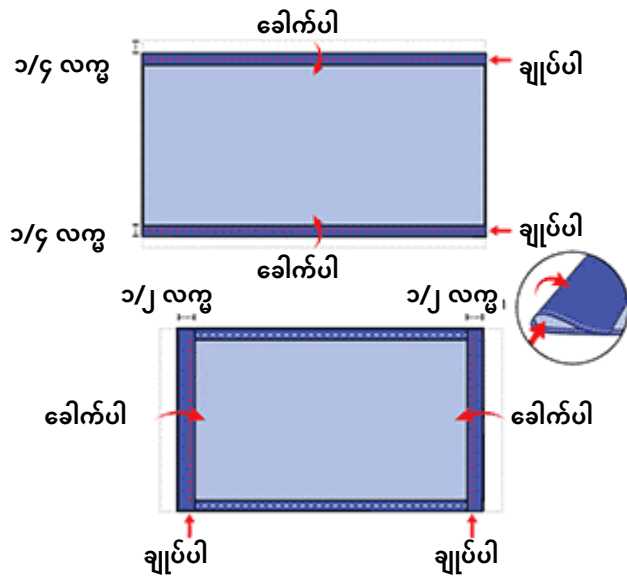
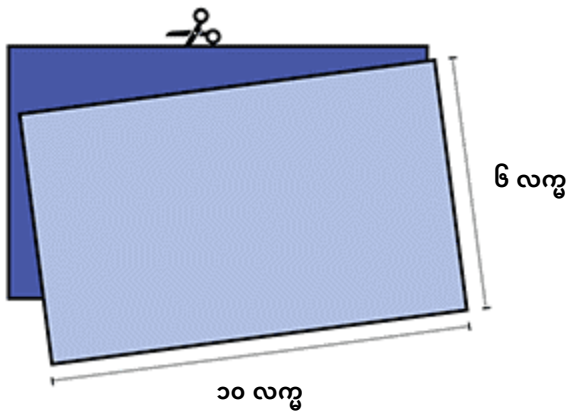


7.



ချုပ်ရသည့် မျက်နှာအကာ

ပစ္စည်းများ - ကော်တွန်ပိတ်စ ထောင့်မှန်စတုဂံပုံ ၁၀"x၆" နှစ်စ၊ သားရည်ကြိုး (သို့မဟုတ် ရာဘာကြိုးကွင်းများ၊ အပ်ချည်ကြိုးများ၊ အဝတ်ချည်ကြိုးများ၊ သို့မဟုတ် ခေါင်းစည်းကွင်းများ) ၆" နှစ်စ၊ အပ် နှင့် အပ်ချည် (သို့မဟုတ် ဘော်ဘီ ပင်)၊ ကပ်ကြေး၊ အပ်ချုပ်စက်



မေးလေ့မေးထရှိသော မေးခွန်းများ

မေး - ဘာကြောင့် အဝတ်စ မျက်နှာအကာများ ဝတ်ဆင်ရန် လိုအပ်ပါသလဲ။ ယင်းတို့ကို မည်သည့်အချိန်တွင် ဝတ်ဆင်သင့်ပါသလဲ။

ဖြေ - အထူးသဖြင့် ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာမပေါ်ပဲ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းအတွက် [COVID-19 spreads မည်သို့ ပျံ့နှံ့](#) အကြောင်း ဒေတာသစ်များ၏ အလင်းပြမှုအတွင်း လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ဆက်လက်ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုမှ သက်သေများဖြင့် အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက လူများအနေဖြင့် မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများနှင့် မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ရန် ၎င်းတို့၏နေအိမ်ထွက်ခွာချိန်တွင် ၎င်းတို့၏ နှာခေါင်း နှင့် ပါးစပ်ကို အုပ်ထားရန် [အဝတ်စ မျက်နှာအကာ](#) တစ်ခု ဝတ်ဆင်ရန် တိုက်တွန်းအားပေးပါသည်။ ယင်းက သင်သည် ရောဂါကူးစက်ခံထားရသော်လည်း သွင်ပြင်လက္ခဏာများ မရှိပါက သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိသူများအား ကာကွယ်ပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

မေး - အဝတ်စ မျက်နှာအကာများကို မည်သို့တို့ မဝတ်ဆင်သင့်ပါသလဲ။

ဖြေ - အဝတ်စ မျက်နှာအကာများကို အသက် ၂ နှစ်အောက် ကလေးငယ်များ၊ အသက်ရှူ ပြဿနာရှိသူတစ်ဦးဦး၊ သို့မဟုတ် သတိလစ်နေသူ၊ မသန်စွမ်းသူ သို့မဟုတ် တစ်နည်းနည်းဖြင့် မျက်နှာအကာကို အကူအညီမပါပဲ ဖယ်ရှားရန် မတတ်နိုင်သူများ အပေါ်တွင် မဝတ်ဆင်ပေးသင့်ပါ။

မေး - မျက်နှာအကာတစ်ခု ဝတ်ဆင်ထားပါက လူအများထံမှ အနည်းဆုံး ၆ ပေ တွင်နေရန် လိုအပ်ပါသေးသလား။

ဖြေ - လိုအပ်ပါသည်။ မျက်နှာအကာများ ဝတ်ဆင်ခြင်းသည် A: Yes. Wearing cloth face coverings is an additional public health measure people should take to reduce the spread of COVID-19 ပျံ့နှံ့ခြင်းကို လျော့ချရန် လူများ လုပ်သင့်သည့် ထပ်ဆောင်း ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုဖြစ်သည်။ သင့်အနေဖြင့် သင့်နေအိမ်ပြင်ပတွင် အခြားသူများထံမှ အနည်းဆုံး ၆ ပေ ခွာပြီးနေခြင်း (ကိုယ်လက်မထိပဲ ခပ်ခွာခွာနေခြင်း)၊ မကြာခဏ လက်ဆေးမှု လုပ်ဆောင်ခြင်း နှင့် အခြား နေ့တစ်နေ့ ကာကွယ်ရေးလှုပ်ရှားမှုများကို လုပ်ဆောင်သင့်ပါသေးသည်။ အဝတ်စ မျက်နှာအကာက ဝတ်ဆင်ထားသူအား ကာကွယ်ပေးရန် မရည်ရွယ်ပါသော်လည်း ဝတ်ဆင်ထားသူထံမှ အခြားသူများထံသို့ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပျံ့နှံ့ခြင်းကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။

မေး - မည်သို့သော အဝတ်စ မျက်နှာအကာအမျိုးအစားများကို ဝတ်ဆင်သင့်ပါသလဲ။

ဖြေ - အဝတ်စ မျက်နှာအကာများကို အိမ်သုံးပစ္စည်းများမှ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည် သို့မဟုတ် အိမ်ရှိ ဘန်ဒါးနားများ၊ ပန်းကန်သုတ်သည့် ပုဝါများ၊ တီရှပ်အဟောင်းများ နှင့် ခေါင်းစည်းပုဝါများကဲ့သို့သော သုံးနေကျပစ္စည်းများမှ ကုန်ကျစရိတ်နည်းနည်းဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ခွဲစိတ်ခန်းသုံး မျက်နှာဖုံးများ နှင့် အန် ၉၅ (N95) အသက်ရှူ ပစ္စည်းများက ရှားပါးနေပြီး ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် အခြား ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ ပထမဆုံး တုံ့ပြန်သူများအတွက် သီးသန့်ဖယ်ထားသင့်သည်။

မေး - မျက်နှာ အကာများကို လျှော်ဖွတ်သင့်ပါသလား သို့မဟုတ် အခြားတစ်နည်းနည်းဖြင့် ပုံမှန် သန့်ရှင်းသင့်ပါသလား။

ဖြေ - မှန်ပါသည်။ အသုံးပြုသည့် အကြိမ်အရေအတွက်ပေါ်မူတည်ပြီး ယင်းတို့ကို ပုံမှန် လျှော်ဖွတ်သင့်ပါသည်။

မေး - အဝတ်စ မျက်နှာအကာတစ်ခုကို ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစွာဖြင့် မည်သို့ ပိုးသတ်/သန့်ရှင်း နိုင်ပါသနည်း။

ဖြေ - မျက်နှာ အကာတစ်ခုကို သင့်တင့်စွာလျှော်ဖွတ်ရာတွင် အဝတ်လျှော်စက်တစ်ခုက လုံလောက်ပါသည်။ အသက်ရှူပစ္စည်းများ အသုံးပြုပုံ သရုပ်ပြမှု နှင့် ပြန်လည်အသုံးပြုမှုအတွက် [CDC မှ လမ်းညွှန်ချက် ထပ်ဆောင်းအသေးစိတ်များအတိုင်း လိုက်နာပါ။](#)

မေး - အသုံးပြုပြီးသော မျက်နှာအကာတစ်ခုကို ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစွာဖြင့် မည်သို့ ချွတ်နိုင်ပါသနည်း။

ဖြေ - လူများအနေဖြင့် မျက်နှာအကာကို ချွတ်သောအချိန်တွင် ၎င်းတို့၏ မျက်လုံးများ၊ နှာခေါင်း နှင့် ပါးစပ်တို့ကို မထိအောင် ဂရုစိုက်သင့်ပြီး ချွတ်ပြီးနောက်တွင် လက်များကို ချက်ချင်းဆေးရန် ဂရုပြုသင့်ပါသည်။

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး နှင့် ကျောင်းများဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ

မေး - ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများသည် ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာဖြင့် သက်ရောက်ခံရပါသလား။

ဖြေ - ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများအနေဖြင့် မလုပ်မဖြစ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ မရှိမဖြစ် အစိုးရတာဝန်ထမ်းဆောင်မှုများ၊ သို့မဟုတ် အရေးကြီးသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံများအတွက် အလုပ်လုပ်သည့်ဝန်ထမ်းများအား ဝန်ဆောင်ပေးပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် ဆက်လက်လည်ပတ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး ဌာနများအနေဖြင့် အုပ်စုတူကလေး ၁၀ ယောက် သို့မဟုတ် ထို့ထက်နည်းအောင်ထားခြင်းအား မပျက်စေရန် နှင့် အဆိုပါ ကလေးအတူတူကို အုပ်စုတူအတွင်း တူညီသော စောင့်ရှောက်သူနှင့်အတူ ထားရှိရန် နှင့် ကလေးများအား အုပ်စုတစ်ခုမှတစ်ခု သို့မဟုတ် အုပ်စုများအကြား မပြောင်းရန် စသည့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များအတိုင်း လိုက်နာရပါမည်။

စီးပွားရေးဆက်ဆံမှုများအတွက် မေးခွန်းများအတွက် အဖြေရှာသည့် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများအနေဖြင့် [စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းများအတွက် အချက်အလက်စာမျက်နှာ](#) ကို ကိုးကားသင့်ပါသည်။

မေး - ကျောင်းများ ပိတ်ပါမည်လား။

ဖြေ - အဝေးရောက် သင်ကြားရေးကို ချောမွေ့အောင်အားပေးသည့် ပညာရေးအဖွဲ့အစည်းများကို အိမ်တွင်နေ- ဘေးကင်းစွာ အလုပ်လုပ် အမိန့်ကြော်ငြာစာအောက်တွင် သက်ရောက်ခံရသည့် မရှိမဖြစ်လုပ်ငန်းဟု ယူဆပါသည်။ ကျောင်းများဆိုင်ရာ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များကို ခရိုင် ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

K-12 ကျောင်းခရိုင်များ

တက္ကသိုလ်များ/ကောလိပ်များ

- [Austin ISD](#)
- [Eanes ISD](#)
- [Lake Travis ISD](#)
- [Lago Vista ISD](#)
- [Leander ISD](#)
- [Del Valle ISD](#)
- [Manor ISD](#)
- [Pflugerville ISD](#)
- [Elgin ISD](#)
- [Coulpland ISD](#)
- [Round Rock ISD](#)
- [Marble Falls ISD](#)
- [Johnson City ISD](#)
- [Dripping Springs ISD](#)
- [Hays Consolidated ISD](#)
- [University of Texas](#)
- [St. Edwards University](#)
- [Huston-Tillotson University](#)
- [Concorida University](#)
- [Austin Community College](#)

ထပ်ဆောင်းရင်းမြစ်များ

အော်စတင် မြို့တော် - ["အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာဆိုင်ရာ အချက်အလက်"](#)

တက်ဆက် ကျန်းမာရေး နှင့် လူသားရေးရာ ဝန်ဆောင်မှုများ - [COVID-19 ကြောင့် ထိခိုက်ခံရသော လုပ်ငန်းများအတွက် ကလေးစောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူများဆိုင်ရာ ဆာဗေ](#)

ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး နှင့် ကာကွယ်ရေးစင်တာ (CDC) - [သင်၏မိသားစုကို ကာကွယ်ပါ](#)

CDC - [ကလေးများနှင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ၂၀၁၉ \(COVID-19\)](#)

CDC- [ကျောင်းများ၊ အလုပ်ခွင်များ နှင့် ရပ်ကွက်အဆောက်အဦးနေရာများ](#)

CDC - [ကလေးများနှင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ၂၀၁၉ အကြောင်း ပြောဆိုခြင်း - မိဘများ၊ ကျောင်းဝန်ထမ်းများ နှင့် ကလေးများနှင့်အလုပ်လုပ်သော အခြားသူများအတွက် သတင်းများ](#)

CDC - [အဆင့်မြင့် ပညာသင်ကြားရေး အဖွဲ့အစည်းများအတွက် လမ်းညွှန်](#)

ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများ နှင့် စစ်ဆေးချက်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ

COVID-19 ရောဂါရှိနေသော လူနာများပြသသည့် လက်ရှိ သွင်ပြင်လက္ခဏာများတွင် ဖျားခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း နှင့် အသက်ရှူရခက်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ နာမကျန်းမှု အပျော့စားမှ အပြင်းစားအထိပါဝင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင့်ထံတွင် အဆိုပါသွင်ပြင်လက္ခဏာများရှိပါက [ကျွန်ုပ်တို့၏ နာမကျန်းဖြစ်နေသူများအတွက် အချက်အလက် ဝက်ဘ်စာမျက်နှာ](#) ကို ကျေးဇူးပြု၍ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

မေး - ကိုဗစ် ၁၉ (COVID-19) ရောဂါ စစ်ဆေးမှုကို မည်သို့ပြုလုပ်သနည်း။ အော်စတင်/ထရာဗစ်စီရင်စုတွင် နေထိုင်သူများအတွက် ပြုလုပ်သော စစ်ဆေးမှု တစ်စုံတစ်ရာရှိပါသလား။

ဖြေ - အော်စတင်ရှိ တက်ဆက်ပြည်နယ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုဌာန (DSHS) ဓာတ်ခွဲခန်းသည် ပုဂ္ဂလိကဓာတ်ခွဲခန်းများနှင့်အတူ ယခုအခါ ကိုဗစ် ၁၉ (COVID-19) စစ်ဆေးမှုကို ပြီးဆုံးသည်အထိ ပြုလုပ်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။ အကယ်၍ သင်သည် If you are exhibiting COVID-19 ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများ ပြသနေပါက တယ်လီကျန်းမာရေး (တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ နှင့် အာမခံမရှိသူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများစာရင်းတစ်ခုကို [ဤနေရာတွင် ကြည့်ပါ](#)) သို့မဟုတ် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူအား ဖုန်းခေါ်ဆိုခြင်းဖြင့် ဆေးခန်းများ နှင့် ဆေးရုံများတွင် ရောဂါမပျံ့နှံ့စေရန် ရှောင်ပါ။ သင်၏ ဆရာဝန်က အလားတူသွင်ပြင်လက္ခဏာများရှိသော အခြားဖြစ်နိုင်သည့် ရောဂါအမည်တပ်မှု (ဥပမာ - တုတ်ကွေးရောဂါ) ရှိမရှိ စစ်ဆေးပါလိမ့်မည်။

COVID-19 ဟု သံသယရှိသည့် အခြေအနေများတွင် သင်၏ဆရာဝန်က ဖောင်ပုံစံတစ်ခု ဖြည့်ပါလိမ့်မည်။ အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက စစ်ဆေးမှုတစ်ခုပြုရန် သင့်တော်မတော်ဆုံးဖြတ်ရန် ဘေးအန္တရာယ်များ နှင့် ဝိသေသလက္ခဏာများကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရန် ယင်းအချက်အလက်ကို အသုံးပြုပါလိမ့်မည်။ စစ်ဆေးမှုတစ်ခုရရှိရန် သင် အရည်အချင်း ပြည့်မီ မရှိ ဆိုသည်ကို သင့်အားအသိပေးမည်ဖြစ်ပြီး စစ်ဆေးရေးလုပ်သည့်တည်နေရာတစ်ခုကို သင့်အား ပေးပါမည်။ ယင်းအချိန်အထိ အိမ်တွင်နေပြီး မိမိဖာသာ ခွာနေပါ။

မေး - အချို့သူများအနေဖြင့် ပြင်းထန်သည့်ကူးစက်ရောဂါရရှိရန် အန္တရာယ် မြင့်မြင့်မားမားရှိပါသလား။

ဖြေ - ရှိပါသည်။ တုတ်ကွေးရောဂါနှင့် အလားတူစွာပင် အသက် ၇၀ နှစ် အထက် ရှိသူများ နှင့်သို့မဟုတ်/ နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ နာတာရှည် အဆုတ်ရောဂါ၊ နှင့် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့သော နောက်ခံကျန်းမာရေးအခြေအနေရှိသူများသည် COVID-19 ရောဂါ ပြင်းပြင်းထန်ထန် နှင့် နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ ရရှိရန်အန္တရာယ် မြင့်မြင့်မားမားရှိပါသည်။

အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက [နောက်ခံကျန်းမာရေးအခြေအနေများရှိသည့် အသက်ပိုကြီးသည့် အရွယ်ရောက်သူများ နှင့် လူကြီးများအတွက် လမ်းညွှန်](#) ကို ဖော်ထုတ်ထားပါသည်။

ကာကွယ်တားဆီးရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်

မေး - အကယ်၍ သင် ဖျားနာပါက တုတ်ကွေးရောဂါ နှင့် COVID-19 တို့ကဲ့သို့သော နာမကျန်းရောဂါများ ပျံ့နှံ့မှုကို ကာကွယ်တားဆီးရာတွင် ကူညီရန် အဆင့်များက ဘာတွေပါလဲ။

ဖြေ - အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက [နာမကျန်းဖြစ်နေသူများထံမှ အခြားသူများထံသို့ ရောဂါကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းကိုကာကွယ်ရာတွင် ကူညီရန်လမ်းညွှန်](#) ကို ထုတ်ပြန်ထားပါသည်။

- ဆေးဝါးစောင့်ရှောက်မှု ရယူရန်မှလွဲပြီး အိမ်တွင်နေပါ
- သင်၏ဆရာဝန်ထံ မသွားရောက်မီ ကြိုတင်ဖုန်းခေါ်ပါ။ အကယ်၍ သင် အာမခံမထားရှိပါက သို့မဟုတ် ကနဦးစောင့်ရှောက်သည့်ဆရာဝန်တစ်ဦး မရှိသေးပါက လမ်းညွှန်ချက်ရရှိရန် COVID-19 အရေးပေါ်ဟော့တ်လိုင်း 512-978-8775 ကို ခေါ်ဆိုပါ။
- သင်၏ ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများကို စောင့်ကြည့်ပါ
- မိမိကိုယ်ကို အိမ်ရှိ အခြားသူများ နှင့် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များထံမှ ခွဲနေပါ
- တစ်ကိုယ်ရေသုံးပစ္စည်းများ မျှဝေသုံးစွဲခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ
- သင် ချောင်းဆိုး နှာချေပါက အုပ်ကာထားပါ
- လက်များကို မကြာခဏ ဆေးကြောပါ
- အကြိမ်များများ ထိတွေ့သည့် မျက်နှာပြင်များအားလုံးကို နေ့စဉ်သန့်ရှင်းပါ

COVID-19 ရှိသည်ဟု အတည်ပြုထားသည့် လူနာများအနေဖြင့် အခြားသူများထံသို့ ဒုတိယအဆင့်ပျံ့နှံ့မှု အန္တရာယ် နိမ့်ပါးသွားပြီဟု ထင်ရသည်အထိ အိမ်တွင် သီးခြားခွဲနေသည့် ကြိုတင်ကာကွယ်မှု ဆက်လက်၍လုပ်သင့်သည်။

[နေမကောင်းဖြစ်နေသူများအတွက် ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန် ဤနေရာတွင် နှိပ်ပါ။](#)

မေး - မိမိကိုယ်မိမိ မည်သို့ ကာကွယ်နိုင်ပါသလဲ။

ဖြေ - သင့်အနေဖြင့် မိမိကိုယ်မိမိ အောက်ပါအတိုင်း ကာကွယ်နိုင်ပါသည် -

- နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေသူများနှင့် အနီးကပ်ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- သင်၏ မျက်လုံးများ၊ နှာခေါင်း နှင့် ပါးစပ်တို့ကို မဆေးကြောထားသည့်လက်များဖြင့် ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- သင်လက်များကို ဆပ်ပြာ နှင့် ရေတို့ဖြင့် အနည်းဆုံး စက္ကန့် ၂၀ ကြာအောင် မကြာခဏဆေးကြောပေးပါ။ အကယ်၍ ဆပ်ပြာ နှင့်ရေတို့မရရှိနိုင်ပါက အနည်းဆုံး အရက်ပျံ ၆၀% ပါဝင်သည့် အရက်ပျံအခြေခံ လက် သန့်ရှင်းဆေးတစ်မျိုးကို အသုံးပြုပါ။

မေး - လူမှုရေးအရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်း ဆိုသည်မှာ ဘာပါလဲ။

ဖြေ - အော်စတင်မြို့တော်က လူမှုရေးအရာ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းအား မတော်တဆ နှင့် ခဏတဖြုတ်ဖြတ်သွားဖြတ်လာပြုချိန်အတောအတွင်းမှလွဲပြီး လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား အနည်းဆုံးခြောက်ပေခွာခြားမှုကို ထိန်းသိမ်းထားခြင်း နှင့် ထိန်းချုပ်ခြင်း၊ လက်များကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေတို့ဖြင့် သို့မဟုတ် လက်သန့်စင်ဆေးအသုံးပြုပြီး အနည်းဆုံး ၂၀ စက္ကန့် ကြာအောင် တတ်နိုင်သလောက် မကြာခဏ ဆေးကြောခြင်း၊ ချောင်းဆိုး နှာချေလျှင် အုပ်ကာထားခြင်း (လက်မောင်းစ သို့မဟုတ် တံတောင်ကွေးအတွင်း၊ လက်တွင်းသို့မဟုတ်)၊ အထိများသည့် မျက်နှာပြင်များကို ပုံမှန် သန့်ရှင်းခြင်း နှင့် လက်များဖြင့်မထိခြင်း အဖြစ် အဓိပ္ပာယ်သတ်မှတ်ပါသည်။

ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်တားဆီးရေးစင်တာများ က လူမှုရေးအရာခပ်ခွာခွာနေခြင်းအား ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည့် ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း တုတ်ကွေးကပ်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုတစ်ခု မဖြစ်အောင် တားဆီးရာတွင် ကူညီရန်အသုံးပြုသည့် နည်းဗျူဟာတစ်ခုအဖြစ် အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ်ပါသည်။

လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းသည် လူအသိုင်းအဝိုင်းမှခွဲထုတ်ခြင်းမဟုတ်ပါ။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းသည် ရောဂါကူးစက် ပျံ့နှံ့မှုကို ကာကွယ်ရာတွင် အရေးပါသောအပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့တွင် အော်စတင်မြို့တော်ဝန်က အော်စတင်မြို့သူမြို့သားများ အိမ်တွင်နေရန် လိုအပ်စေသည့် အိမ်တွင်နေရန် - ဘေးကင်းစွာအလုပ်လုပ်ရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာတစ်စောင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ ယင်းက မလုပ်မဖြစ် အကုန်ပိတ် သော့ချခြင်းတစ်ခု မဟုတ်ပါ။ ထို့အပြင် မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများ နှင့် အလုပ်များကို ဆက်လက်လုပ်ခွင့်ပြုပါသည်။ မြင့်တက်နေသည့် ဂရပ်ဖ်လောင်း ပြန်ပြားစေရန် ၎င်းတို့၏အိမ်များမှ ထွက်ခွာသူများအတွက် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေရန် ပြင်းပြင်းထန်ထန် တိုက်တွန်းအကြံပြုပါသည်။

မေး - လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းကို မည်သို့ ကျင့်သုံးပါသလဲ။

- လူစုလူဝေးနေရာများ နှင့် မလိုအပ်သည့် လူထုစုဝေးမှုများကို ရှောင်ရှားခြင်း
- ပွေဖက်ခြင်း၊ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း နှင့် နမ်းရှုတ်ခြင်းများကဲ့သို့သော ကိုယ်ထိလက်ရောက် ထိတွေ့မှုများကို ရှောင်ရှားခြင်း
- လူအမြောက်အများ သို့မဟုတ် လူအစုအဝေးများကို ရှောင်ရှားခြင်း
- ဖြစ်နိုင်ပါက အိမ်မှအလုပ်လုပ်ခြင်း
- မလိုအပ်ပဲ အများသုံး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး အသုံးပြုခြင်းကို ရှောင်ရှားခြင်း
- အနည်းဆုံး ၆ ပေ အကွာအဝေးရှိအောင် ထိန်းသိမ်းထားခြင်း

မေး - လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းက ဘာကြောင့်အရေးကြီးပါသလဲ။

CDC ၏အဆိုအရ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် အောက်ပါအခြေအနေရပ်များအောက်တွင် ပျံ့နှံ့နိုင်ပါသည် -

- တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနီးကပ်ထိတွေ့သော လူများအကြား (၆ ပေခန့်အတွင်း)၊
- ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူတစ်ဦး ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေချိန်တွင် လေထဲရှိ အရည်စက်များမှတစ်ဆင့်။ ယင်းအရည်စက်များက အနီးအနားရှိသူများ၏ ပါးစပ်များ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းများပေါ် ကျရောက်နိုင်သည့် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏အဆုတ်များတွင်းသို့ ရှူသွင်းမိနိုင်ချေရှိပါသည်။

လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းသည် ယခုလိုအချိန်တွင် အရေးကြီးပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အလွယ်တကူ ကူးစက်တတ်သောရောဂါတစ်ခုဖြစ်သဖြင့် တစ်စုံတစ်ဦး ချောင်းဆိုးပါက COVID-19 ပိုးကို လေထဲမှတစ်ဆင့် အသက်ရှူသွင်းမိနိုင်ပါသည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက ပိုးဖြင့်ထိတွေ့ညစ်ညမ်းနေသည့် မျက်နှာပြင်များမှတစ်ဆင့်လည်း ပျံ့နှံ့နိုင်ပါသည်။

မေး - လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေမှု ကျင့်ကြံနေစဉ် လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုခု လုပ်နိုင်ပါသလား။

သင့်ခွေးအား လမ်းလျှောက်ပေးခြင်း၊ ဆေးသွားယူခြင်း၊ ကုန်စုံပစ္စည်းများဝယ်ယူရန် အိမ်မှထွက်ခြင်း၊ ပြေးခြင်း၊ သင့်ဆရာဝန်ထံသွားခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်သို့ အသွားအပြန်လုပ်ခြင်း (အကယ်၍ မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါက) တို့ကဲ့သို့သော နေ့စဉ်လှုပ်ရှားမှုများကို ဆက်လုပ်နိုင်ပါသည်။

အပြင်တွင်ရှိနေပါက ကျေးဇူးပြု၍ အခြားသူတစ်ဦးထံမှ အနည်းဆုံး ၆ ပေ ကွာအောင်ထိန်းသိမ်းထားရန် သတိရပါ။ အုပ်စုလိုက် ပြေးခြင်း သို့မဟုတ် လမ်းလျှောက်ခြင်းများက လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းကို ကျင့်ကြံခြင်းမဟုတ်ပါ။

COVID-19 အကြောင်း သိကောင်းစရာများ

မေး - နိုဗယ်ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ဆိုသည်မှာ ဘာပါလဲ။

ဖြေ - နိုဗယ်ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်သည် ယခင်က ဖော်ထုတ်ခဲ့ခြားမှု မပြုခဲ့ရသေးသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အသစ်တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ COVID-19 ကိုဖြစ်စေသည့် အဆိုပါဗိုင်းရပ်စ်သည် သာမန်အအေးမိခြင်းနှင့် အလားတူသည့် အပျော့စား နာမကျန်းမှုမျိုး ဖြစ်စေသော [လူများအကြား အများအပြားလည်ပတ်ပျံ့နှံ့နေသည့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်များ](#) နှင့် မတူညီပါ။

မေး - အော်စတင်မြို့တွင် ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် ကိုဗစ် ၁၉ (COVID-19) ကူးစက်ခံရမည့် အန္တရာယ် ရှိပါသလား။

ဖြေ - ယခုအချိန်တွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၌ လူလူချင်းကူးစက်ပြန့်နှံ့သည့် အထောက်အထားများ တိုးမြှင့်လာနေသည့်အတွက် တက်ဆက်ပြည်နယ်အတွင်း ကိုဗစ် ၁၉ (COVID-19) ကူးစက်ခံရမည့်အန္တရာယ် ခြုံငုံကြည့်ပါက မြင့်တက်လာလျက်ရှိပါသည်။

အော်စတင်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန APH က ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ ၂၀၁၉ (COVID-19) ရှိသည်ဟုထင်ရသူ အများအပြားကို အော်စတင်-ထရာဗစ် ကောင်တီတွင်း တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များရရှိရန် www.AustinTexas.gov/COVID19 တက်ဆက်ပြည်နယ်အတွင်း အတည်ပြုထားသည့် ရောဂါရှိသူများအရေအတွက်ဆိုင်ရာ နောက်ဆုံးသတင်းကို သိရှိလိုပါက Texas DSHS ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင် ဝင်ရောက်လေ့လာပါ။

မေး - COVID-19 ဖြစ်စေသည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက မည်သို့ ပျံ့နှံ့ပါသလဲ။

ဖြေ - ဗိုင်းရပ်စ်က အဓိကအားဖြင့် လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည်ဟု ထင်ထားပါသည်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနီးကပ်ထိတွေ့သည့် လူများအကြား (၆ ပေနီးပါးအတွင်း) ပျံ့နှံ့ပါသည်။ ယင်းက လေထုတွင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်သောရောဂါမဟုတ်ပါ။ ရောဂါကူးစက်ခံထားရသူတစ်ဦး ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေချိန် တွင် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှ ထုတ်လွှတ်လိုက်သည့် အရည်စက်များမှတစ်ဆင့် အနီးအနားရှိသူများ၏ ပါးစပ်များ သို့မဟုတ် နှာခေါင်းများပေါ်သို့ ကျရောက်သွား နိုင်ပါသည် သို့မဟုတ် အဆုတ်တွင်းသို့ ရှူသွင်းကောင်းရှူသွင်းလိုက်နိုင်ပါသည်။ အော်စတင်/ထရာဗစ် ကောင်တီတွင် လူတစ်ဦးမှ တစ်ဦးသို့ ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည့် သက်သေများရှိပါသည်။

မေး - လူထုအကြား ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုဆိုသည်မှာ ဘာပါလဲ။

ဖြေ - လူထုအကြား ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုဆိုသည်မှာ ၎င်းတို့ မည်သို့မည်ပုံ သို့မဟုတ် မည်သည့်နေရာတွင် ရောဂါကူးစက်ခံခဲ့ရသည်ဟု မသေချာသည့် အချို့လူများအပါအဝင် ရေယာတစ်ခုအတွင်း လူအများ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ခံရခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

အိမ်တွင်နေ - ဘေးကင်းစွာအလုပ်လုပ်ရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာဆိုင်ရာ အချက်အလက်

မြို့တော်ဝန် Steve Adler က ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့ ၂၁:၅၉ နာရီမှ စတင်သက်ရောက်ပြီး ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဧပြီလ ၁၃ ရက်နေ့အထိ တည်သည့် အိမ်တွင်နေ - ဘေးကင်းစွာအလုပ်လုပ်ရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာတစ်ခုကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ ထရာဗစ်ကောင်တီ တရားသူကြီး Travis County Judge Sarah Eckhardt နှင့် ဝီလျံဆမ်စ် ကောင်တီ တရားသူကြီး Bill Gravell တို့က အလားတူ အမိန့်များ ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ အဆိုပါ အမိန့်ကြော်ငြာစာက COVID-19 ထပ်ဆောင်း ပျံ့နှံ့ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးရန် မြို့သူမြို့သားများအား မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများ နှင့် မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအတွက်မှလွှဲပြီး အိမ်တွင်သာနေရန် လိုအပ်စေပါသည်။

အမိန့်ကြော်ငြာစာက လူအရေအတွက် မည်မျှစုဝေးသည် ကို ထည့်မတွက်ပဲ စားသောက်ဆိုင်တွင် အတွင်း/အပြင် မှာယူစားသောက်ခြင်း၊ ဘားများသို့ သွားခြင်း၊ ဖျော်ဖြေရေး နေရာများ၊ သို့မဟုတ် အားကစားခန်းမများ နှင့် ကိုယ်လက်ကြံခိုင်ရေးစင်တာများသို့သွားခြင်း အပါအဝင် မလုပ်မဖြစ်မဟုတ်သည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် လှုပ်ရှားမှုများကို တားမြစ်ပါသည်။ အမိန့်ကြော်ငြာစာက ကုန်စုံစတိုးဆိုင်၊ ဆေးဆိုင်သို့ သွားခြင်း၊ စားသောက်ဆိုင်မှ မှာ၍ အိမ်သို့သယ်ယူခြင်း၊ ဆေးဝါးစောင့်ရှောက်မှု ခံယူခြင်း၊ သို့မဟုတ် သင့် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်အား လမ်းလျှောက်ပေးခြင်းအပါအဝင် မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများကို ခွင့်ပြုပါသည်။

မလုပ်မဖြစ်လှုပ်ရှားမှုတွင် ပါဝင်သော ဥပမာများမှာ -

ကျန်းမာရေး နှင့် ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး - ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု၊ အရေးပေါ်ဝန်ဆောင်မှုများ၊ ဆေးဝါးအထောက်အပံ့များ၊ သို့မဟုတ် ဆေးဝါးများ ရယူခြင်း။

မရှိမဖြစ် အထောက်အပံ့များ နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ - ကုန်စုံစုစည်းများ နှင့် ပြင်ဆင်ပြီးသား အိမ်သယ်ရန်အစားအစာများ ရယူခြင်း၊ အရက်အရောင်းစတိုးဆိုင်များ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်အစာ နှင့် အိမ်တွင်နေရန်အတွက် မရှိမဖြစ် အထောက်အပံ့များ ရယူခြင်း။

အိမ်ပြင်လှုပ်ရှားမှု နှင့် လေ့ကျင့်ခန်း - လူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် အနည်းဆုံး ခြောက်ပေ လူမှုရေးအရ ခွာနေခြင်းကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်သည်ဆိုပါက လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ တောင်တက်ခြင်း၊ စက်ဘီးစီးခြင်း သို့မဟုတ် ပြေးခြင်းကဲ့သို့သော အိမ်ပြင် လှုပ်ရှားမှုများတွင် စေ့စပ်လုပ်ဆောင်ခြင်း

မလုပ်မဖြစ် အလုပ်များ နှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ - လူထု ကျန်းမာရေး၊ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး နှင့် ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ရေးကို ထိန်းသိမ်းထားရန် အရေးပါသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံများ ဆက်လက်လည်ပတ်ကြောင်း သေချာစေရန် လိုအပ်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအားလုံးပါဝင်သည့် မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု ဆောင်ရွက်ခြင်း

အခြားသူများအား စောင့်ရှောက်ခြင်း - မိသားစုဝင်၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူ၊ အရွယ်မရောက်သေးသူများ၊ မှီခိုနေသူများ၊ မသန်မစွမ်းမှုရှိသူများ သို့မဟုတ် အခြားအိမ်ထောင်စုတစ်ခုအတွင်းရှိ အခြား ထိခိုက်လွယ်သူများအား စောင့်ရှောက်ပေးခြင်း

လူထုကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အမိန့်ကြော်ငြာစာကို ဖတ်ရှုပါ

သင်သိဖို့ လိုအပ်သောအရာ

ဤအရာသည် လုံးဝမလုပ်မဖြစ် အိမ်တွင်းသောချနေမှုတစ်ခု မဟုတ်ကြောင်းသိရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက COVID-19 ပျံ့နှံ့မှုကို အပြင်မရောက်သွားစေရန် အော်စတင်/ထရာဗစ် ကောင်တီတွင်း နေထိုင်သူများအားလုံးအား မလုပ်မဖြစ်မဟုတ်ပဲ အပြင်ထွက်ခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်ပြီး တတ်နိုင်သလောက် အိမ်တွင်း၌နေထိုင်ရန် တောင်းဆိုပါသည်။

ကုန်စုံပစ္စည်းများဝယ်ယူရန်၊ အပြင်ထွက် အပြေးကျင့်ရန်၊ ခွေးအား လမ်းလျှောက်ပေးရန်၊ ဆေးဆိုင်တွင် ဆေးသွားယူရန်၊ ဆရာဝန်ထံသွားရန် သို့မဟုတ် အလုပ် (အကယ်၍ မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါက) သို့ အသွားအပြန်လုပ်ရန်အတွက် အိမ်မှထွက်ခြင်းက အဆင်ပြေပါသေးသည်။

မလုပ်မဖြစ်လှုပ်ရှားမှုများ သို့မဟုတ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများလုပ်ရန် သွားလာမှုအတွက် ပုံမှန် ခရီးသွားလာရေးဆိုင်ရာ မှတ်ပုံတင်စံစစ်ရေး လိုအပ်ချက်များအပြင် အပိုဆောင်း စာရွက်စာတမ်းများ မလိုအပ်ပါ။

မေးလေ့မေးထရှိသော မေးခွန်းများ

အိမ်တွင်းနေ - ဘေးကင်းစွာ အလုပ်လုပ် အမိန့်ကြော်ငြာစာဆိုင်ရာ မေးလေ့မေးထရှိသောမေးခွန်းများ အပြည့်အစုံကို ရရှိရန် ဤနေရာတွင် ဒေါင်းလုတ်လုပ်ပါ။

ဘာကြောင့် အိမ်တွင်းနေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာတစ်ခု ထုတ်ပါသလဲ။

လူများအကြား အလွယ်တကူ ကူးစက်သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက လူ့အသိုင်းအဝိုင်းကြား သိသိသာသာကူးစက်ပျံ့နှံ့ နေပါသည်။ ယင်းရောဂါပိုးရှိသူအတော်များများမှာ သွင်ပြင်လက္ခဏာများ မရှိပါ သို့မဟုတ် သွင်ပြင်လက္ခဏာ အပျော့စားသာရှိပါသည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့မှာ ဆိုးဆိုးဝါးဝါးမခံစားရလျှင်တောင်မှ ၎င်းတို့က ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကို အလွယ်တကူ ဖြန့်နိုင်ပါသည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကပ်သူအချို့ အထူးသဖြင့် အသက် ၆၀ အထက်ရှိသူများ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ခုခံအားစနစ် အားနည်းနေသူများ၊ နှင့် ကျန်းမာရေး ပြဿနာအမျိုးမျိုးရှိသူများအနေဖြင့် ဆိုးရွားပြင်းထန်သော နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများ အဆုံးသတ်ရရှိနိုင်ပြီး အောက်ဆီဂျင် သို့မဟုတ် အသက်ရှူအားကူမှုများ ကဲ့သို့သော ဆေးဖက်ဆိုင်ရာစွက်ဖက်ဝင်ရောက်မှုများ လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက အလွန်လွယ်ကူစွာကူးစက်သည့်အတွက်ကြောင့် ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာကဲ့သို့သော စွက်ဖက်ဝင်ရောက်မှုမျိုးမရှိပါက လူ့အမြောက်အများတွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုများ လိုအပ်နိုင်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ ဆေးရုံ စနစ်ကို အလွန်အကြူးအားအင်စိုက်ထုတ်ရမှု ဖြစ်စေပါလိမ့်မည်။ အဆိုးရွားအပြင်းထန်ဆုံး နာမကျန်းသူများအား လုံလုံလောက်လောက် စောင့်ရှောက်ပေးရန် ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် ဆေးရုံကုတင် သို့မဟုတ် ဆေးကိရိယာ အလုံအလောက်ရှိချင်မှ ရှိနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစနစ်ကြီးအပေါ် အလွန်အမင်းဂယက်မထအောင် ရှောင်ကြဉ်ရန် ဗိုင်းရပ်စ်ပျံ့နှံ့မှုကို နှေးကွေးစေရန် နှင့် “မြင့်တက်နေသော ဂရပ်ဖစ်လိုင်း ပြားသွားစေရန်” ကျွန်ုပ်တို့စွမ်းအားရှိသမျှ လုပ်ကိုင်ရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ အကယ်၍ ယင်းကို အောင်မြင်ရရှိပါက ဆိုလိုသည်မှာ COVID-19 ရရှိပြီး နာမကျန်းဖြစ်နေသူများ သို့မဟုတ် မတော်တဆမှုဖြစ်သူများ၊ နှလုံးရောဂါသည်များ၊ လေဖြတ်သူများ နှင့် အခြား ပြင်းထန်သည့်ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အခြေအနေရှိသူများ အတွက် အရေးပေါ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလိုအပ်နေသူများအတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ရရှိမည်ဆိုလိုပါသည်။

အမိန့်ကြော်ငြာစာက ဘယ်လောက်ကြာကြာ သက်ရောက်မှာလဲ။

အမိန့်ကြော်ငြာစာက မတ်လ ၂၄ ရက်၊ အင်္ဂါနေ့ ည ၁၁:၅၉ နာရီတွင် စတင်သက်ရောက်ခဲ့ပြီး မပြင်ဆင်ပါက အော်စတင်နှင့်ထရာဗစ်ကောင်တီအတွင်း COVID-19 ကို ဆက်လက်အုပ်စိုးထားရန် ဧပြီလ ၁၃ ရက်နေ့အထိ တောက်လျှောက်တည်ပါမည်။

ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာကို မည်သူက ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသလဲ။ တက်ဆက်ပြည်နယ်တစ်ခုလုံး ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာဖြင့် သက်ရောက်ခံရပါသလား။

အော်စတင်မြို့တော်ဝန် Mayor Steve Adler က အော်စတင်မြို့တော်အတွက် အမိန့်ကြော်ငြာစာတစ်ခု ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ ထရာဗစ် နှင့် ဝီလျံကောင်တီများ၊ ဆီဒါ ပါရ်နစ် နှင့် ရောင်းရော့စ် တို့ကလည်း အလားတူ အမိန့်ကြော်ငြာစာများ ထုတ်ပြန်ခဲ့ကြသည်။ အမိန့်ကြော်ငြာစာများက တရားစီရင်ရေးဌာနတစ်ခုစီအတွင်းသာ သက်ရောက်ပြီး ပြည်နယ်တစ်ခုလုံးအတွက် မဟုတ်ပါ။

အစားအစာ နှင့် ဆေးဝါးကဲ့သို့သော မရှိမဖြစ်အရာများကို ကျွန်ုပ် သို့လောင်ထားသင့်ပါသလား။

မလုပ်သင့်ပါ။ ကုန်စုံစတိုးဆိုင်များ နှင့် ဆေးဆိုင်များအား မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး ၎င်းတို့မှာ အလှမ်းမီအောင် ဆက်လက်ဖွင့်ထားရပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့က လူထုအား အစားအစာ နှင့် ဆေးဝါးများကို ပုံမှန်ပမာဏများအတိုင်း ဝယ်ယူရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ သို့မှသာ စတိုးဆိုင်များအနေဖြင့် ပုံမှန်အထောက်အပံ့ နှင့် ကုန်ပစ္စည်းများ ဆက်လက်ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများက အမိန့်ကြော်ငြာစာဖြင့် သက်ရောက်ခံရပါသလား။

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများအနေဖြင့် မလုပ်မဖြစ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ မရှိမဖြစ် အစိုးရတာဝန်ထမ်းဆောင်မှုများ၊ သို့မဟုတ် အရေးကြီးသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံများအတွက် အလုပ်လုပ်သည့်ဝန်ထမ်းများအား ဝန်ဆောင်ပေးပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် ဆက်လက်လည်ပတ်နိုင်ပါသည်။ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး ဌာနများအနေဖြင့် အုပ်စုတူကလေး ၁၀ ယောက် သို့မဟုတ် ထို့ထက်နည်းအောင်ထားခြင်းအား မပျက်စေရန် နှင့် အဆိုပါ ကလေးအတူတူကို အုပ်စုတူအတွင်း တူညီသော စောင့်ရှောက်သူနှင့်အတူ ထားရှိရန် နှင့် ကလေးများအား အုပ်စုတစ်ခုမှတစ်ခု သို့မဟုတ် အုပ်စုများအကြား မပြောင်းရန် စသည့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များအတိုင်း လိုက်နာရပါမည်။

ကျောင်းများ ပိတ်ပါမည်လား။

အဝေးရောက် ပညာသင်ကြားရေးကို ချောမွေ့စေသည့် ပညာရေးအဖွဲ့အစည်းများအား မရှိမဖြစ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများဟု သတ်မှတ်ပါသည်။ ကျောင်းများဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များကို ကျောင်းခရိုင် ဝက်ဘ်စာမျက်နှာပေါ်တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။

မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ နှင့် မိသားစုများထံ ကျွန်ုပ် လည်ပတ်နိုင်ပါသလား။

လည်ပတ်နိုင်ပါသည်- မိတ်ဆွေများ နှင့် သင်၏အိမ်ထောင်စုတွင်း နေထိုင်ကြသည့် မိသားစုများထံ လည်ပတ်ခြင်းသည် ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာဖြင့် သက်ရောက်မခံရပါ။ တယ်လီဖုန်း သို့မဟုတ် အခြားမီဒီယာများသုံးပြီး လည်ပတ်ခြင်းကလည်း သက်ရောက်မခံရသည့်အပြင် ထိုသို့လုပ်ရန် ပိုများများတိုက်တွန်းပါသည်။

မိသားစုဝင်၊ သက်ကြီးရွယ်အို၊ ကလေးသူငယ်များ၊ မိခင်သူများ၊ မသန်စွမ်းမှုရှိသူများ၊ သို့မဟုတ် အခြားထိခိုက်လွယ်သူများ၊ သို့မဟုတ် အခြားအိမ်ထောင်စုတွင်းရှိ အခြားထိခိုက်လွယ်သူများကို စောင့်ရှောက်ခြင်းအား မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး ယခုအမိန့်ကြော်ငြာစာဖြင့် သက်ရောက်ခြင်း မခံရပါ။

သို့မဟုတ်ပါက မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများ နှင့် မလုပ်မဖြစ်အလုပ်များလုပ်ရန် သို့မဟုတ် အိမ်ထောင်စုတစ်ခု သို့မဟုတ် နေထိုင်ရာနေရာတစ်ခုမှ အဖွဲ့ဝင်များမှလွဲပြီး အိမ်ထောင်စုတစ်ခု သို့မဟုတ် နေထိုင်ရာနေရာတစ်ခုပြင်ပတွင် ဖြစ်ပေါ်ပြုလုပ်သည့် မည်သည့်လူအရေအတွက်မဆိုပါဝင်သော လူထု နှင့် သီးသန့် လူစုဝေးမှုအားလုံး- မတူသော အိမ်ထောင်စုများ သို့မဟုတ် နေထိုင်ရာယူနစ်များတွင်နေထိုင်ကြသော မိတ်ဆွေများနှင့် မိသားစုများစုဝေးခြင်းအပါအဝင် - ကို တားမြစ်ပါသည်။

လူတစ်ဦး နှင့် တစ်ဦး ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းအရေအတွက်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်လေ ကူးစက်မှုကို ကျွန်ုပ်တို့ တစ်နေရာထဲတွင် အုပ်စီးထားရန် ပိုမိုမျှော်လင့်နိုင်လေဖြစ်သည်။

ကျွန်ုပ်၏ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်ကို လမ်းလျှောက်ထွက်ပေးနိုင်ပါသလား သို့မဟုတ် လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်နိုင်ပါသလား။

လုပ်နိုင်ပါသည်။ လူတစ်ဦးချင်းစီအနေဖြင့် လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်ကို အပေါ့အပါးသွားရန် အပြင်ခေါ်ထုတ်ခြင်း တို့ကို အနည်းဆုံး ခြောက်ပေ ကိုယ်ခန္ဓာခွာထားနိုင်သရွှ် လုပ်နိုင်ပါသည်။ အော်စတင်မြို့တော် ပန်းခြံများကို ဆက်လက်ဖွင့်ထားပါမည်။

ကျွန်ုပ်၏ ဝတ်ပြုရာနေရာသို့ သွားနိုင်ပါသလား။

သွားနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ ဆုတောင်းပွဲများကို အိမ်တွင် လုပ်၍မရပါက သို့မဟုတ် အဝေးရောက် မလုပ်နိုင်ပါက လူထုနေဖြင့် ၎င်းတို့ ဝတ်ပြုသည့်နေရာတွင် စုရုံးနိုင်ပါသည်။ အိမ်ထောင်စုတစ်ခုထဲမှမဟုတ်သည့် အဖွဲ့ဝင်များဖြင့် ၎င်းတို့၏အိမ်နေရာပြင်ပတွင် လူအများ စုရုံးသည့်အနေအထားတစ်ခုတွင် အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာ အခန်း (၆) တွင်း ဖော်ပြထားသည့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေရမည့် လိုအပ်ချက်များအတိုင်း စောင့်ကြည့် လုပ်ဆောင်ရပါမည်။ ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဧပြီလ ၂ ရက်တွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည့် မြို့တော်ဝန် Abbot ၏ အထူးအမိန့်ကြော်ငြာစာကြောင့် ယင်းအမိန့်ကြော်ငြာစာက ပြောင်းလဲသွားခဲ့ပါသည်။

ကျွန်ုပ် ပင်မင်းဆိုင်သို့ သွားနိုင်ပါသလား။

သွားနိုင်ပါသည်။ ပင်မင်းဆိုင်များ၊ အဝတ်အခြောက်လျှော်သူများနှင့် အဝတ်လျှော်ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများအား မလုပ်မဖြစ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများဟု သတ်မှတ်ပါသည်။ သို့သော် အခြားသူများထံမှ တတ်နိုင်သလောက် အကောင်းဆုံး လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေမှုကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားပြီး သင့်လက်များကို ဆေးကြောသင့်ပါသည်။

စာပို့နှင့် ပစ္စည်းပို့သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ ဆက်လက် လည်ပတ်ပါမည်လား။

လည်ပတ်ပါမည်။ ၎င်းတို့သည် မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများဖြစ်ပြီး ကုမ္ပဏီမှ သို့မဟုတ် ပြည်ထောင်စုအစိုးရမှ မရပ်တန့်ပါက ဆက်လက်၍ လည်ပတ်ပါမည်။

ကျွန်ုပ်အား ခရီးသွားရန် ခွင့်ပြုပါသလား။

ခြေကျင်၊ စက်ဘီး၊ စက္ကဘာ၊ မော်တော်ဆိုင်ကယ်၊ စက်တပ်မော်တော်ယာဉ်၊ သို့မဟုတ် အများသုံးသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးတို့အား မလုပ်မဖြစ်လှုပ်ရှားမှုများလုပ်ဆောင်ရန် သို့မဟုတ် မလုပ်မဖြစ်စီးပွားရေးလုပ်ငန်း အစိုးရဝန်ဆောင်မှု သို့မဟုတ် အရေးပါသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံတစ်ခုအတွင်း အလုပ်လုပ်ရန်သွားခြင်း၊ နှင့် မသွားမဖြစ် ခရီးသွားရန် လိုအပ်ချက်များအတွက် ရည်ရွယ်ချက်များရှိမှသာ လုံးလုံးလျားလျားအခွင့်အာဏာပေးပါသည်။

မသွားမဖြစ် ခရီးသွားလာမှုတွင် မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုတွင် အလုပ်လုပ်ရန်၊ မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုတွင် စေ့စပ်လုပ်ဆောင်ရန်၊ ပညာသင်ကျောင်း တစ်ခုမှ ထွက်ခွာရန်၊ ကလေးအား တွေ့ဆုံခွင့်အမိန့်တစ်ခုကို လိုက်နာရန် ကဲ့သို့သော တရားရုံးအမိန့်အရ ခရီးသွားလာမှု နှင့် တရားဟောဆရာ နှင့် ၎င်း၏ဝန်ထမ်းတို့က ဘာသာရေးဝန်ဆောင်မှုတစ်ခု သတ်မှတ်လုပ်ဆောင်ရန် အဝေးရောက်ကြီးကြပ်ရန် သွားလာခြင်းပါဝင်ပါသည်။

တက္ကသိုလ်ကျောင်းသားကျောင်းသူများအနေဖြင့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေမှုကို ထိန်းသိမ်းထားလျှင် ရွှေ့ပြောင်းထွက်ခွာနိုင်ပြီး ထွက်ခွာရန်လည်းသင့်ပါသည်။

အများသုံး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး စီးသူများ နှင့် ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းအတွက် လိုအပ်ချက်များအတိုင်း လိုက်နာရမည်။ CapMetro ဝန်ဆောင်မှုများက ဆက်လက်လည်ပတ်ပါမည်။

- **အချိန်ဇယား ပြင်ဆင်မှု နှင့် အပြောင်းအလဲများ နှင့် အခြားသတင်းအချက်အလက်များရရှိရန်** [CapMetro](#) တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။
- **လေယာဉ်ပျံ အပြောင်းအလဲများနှင့် လေယာဉ်ကွင်းလည်ပတ်မှုများ နောက်ဆုံးပေါ်အချက်အလက်များရရှိရန်** [Austin-Bergstrom International Airport](#) တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်၏အိမ်သည် ဘေးအန္တရာယ်မကင်းသော ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်နေပါက ဘာလုပ်ရပါမလဲ။

အကယ်၍ အိမ်တွင်နေရာ သင့်အတွက် ဘေးအန္တရာယ်မကင်းပါက ယခုအမိန့်ကြော်ငြာစာ အချိန်အတောအတွင်း ဘေးကင်းသည့်နေရာတစ်ခုရှာဖွေရန် သင့်အား တိုက်တွန်းပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ အောက်ပါဖုန်းနံပါတ်များကို ခေါ်ဆိုပါ -

ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေး ([SAFE](#)) - **512-267-7233**

မျှော်လင့်ချက် မဟာမိတ် ([Hope Alliance](#)) - **800-460-7233**

အိမ်တွင်းအကြမ်းဖက်မှုဆိုင်ရာ နိုင်ငံတော် အရေးပေါ်ဟော့တ်လိုင်း ([The National Domestic Violence Hotline](#)) - **1-877-863-6338**

အိမ်ခြေရာမဲ့အခြေအနေ တွေ့ကြုံနေရသူများအတွက် ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာက မည်သို့ သက်ရောက်ပါသလဲ။

အိမ်ခြေရာမဲ့ အခြေအနေတွေ့ကြုံနေရသူများအတွက် ခိုလှုံရာနေရာအဆင်သင့်ရရှိရန် မသက်ရောက်ပါသော်လည်း ခိုလှုံစရာရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ အိမ်ရာမဲ့လူထုအတွက် အရင်းအမြစ်များရရှိနိုင်မှု အမြင့်ဆုံးဖြစ်စေရန် မြို့တော်သည် ပြည်နယ် နှင့် ဒေသန္တရ လက်တွဲဖော်များနှင့် ဆက်လက်လက်တွဲလုပ်ကိုင်ပါမည်။

ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာကို မည်သို့ တင်းကျပ်ပါမည်လဲ။

ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာကိုတင်းကျပ်ရန် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းမှာ လူတစ်ဦးချင်း တာဝန်ယူတတ်မှု နှင့် မလုပ်မဖြစ်မဟုတ်သည့် လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းများကို တတ်နိုင်သလောက် လျှော့ချခြင်းမှတစ်ဆင့်ဖြစ်ပါသည်။ ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာ လိုက်နာနိုင်စေရန်အတွက် သင့်အား ပထမဆုံး ပညာရန် နှင့် ထောက်ပံ့ပေးရန် အားထုတ်မှုများ ပြုလုပ်ပါမည်။ သို့သော်လည်း လိုအပ်ပါကဤအမိန့်ကြော်ငြာစာကို ငြိမ်းချမ်းရေး အရာရှိများ၊ အော်စတင်မြို့တော်ဥပဒေဌာနမှ

အင်စပက်တာများ၊ နှင့် အော်စတင် မီးသတ် မာရှယ်ရုံးမှ တင်းကျပ်မှုပြုပါမည်။ အဆိုပါအမိန့်ကြော်ငြာစာများကို ချိုးဖောက်သူသည် အမှားလုပ်သူတစ်ဦးဖြစ်ပြီး ဒဏ်ငွေဒေါ်လာ ၁၀၀၀ သို့မဟုတ် ထောင် ရက် ၁၈၀ ချသည်အထိ အပြစ်ပေးနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ အိမ်နီးချင်းများ ပါတီပွဲလုပ်နေကြသည်။ ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်နိုင်ပါသလဲ။

အကယ်၍ လူစုလူဝေးများ သင်တွေ့ရှိပါက သတင်းပို့ရန် ကျေးဇူးပြု၍ 3-1-1 ကို ခေါ်ဆိုပါ။ လိပ်စာပေးရန် မမေ့ပါနှင့်။ သို့မှသာ ကျွန်ုပ်တို့၏အဖွဲ့များက တိုင်ကြားမှုကို အတည်ပြုရန် လာရောက်နိုင်ပြီး အမိန့်အတိုင်းလိုက်နာလာရန် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းနှင့် အတူအလုပ်လုပ်နိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်က 3-1-1 ကို ခေါ်ဆိုပြီးနောက် လူများက အမိန့်အတိုင်း မလိုက်နာသေးပါက ဘာဖြစ်ပါမလဲ။

ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုက စနစ်အတွင်း လောင်ဝင်သွားပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် နံနက် ၇ နာရီ မှ ည ၁၁ နာရီအထိ တိုင်ကြားမှုများအတွက် နောက်ဆက်တွဲလိုက်သည့် ကွင်းဆင်း စစ်ဆေးသူများရှိပါသည်။ COVID-19 နှင့်ဆက်စပ်သည့် ဖုန်းခေါ်ဆိုမှုများသည် ဦးစားပေးဖြစ်ပြီး စစ်ဆေးကြည့်ရှုသူတစ်ဦးကို တတ်နိုင်သလောက် အမြန်ဆုံး ချမှတ်ပေးအပ်ပါမည်။

အမိန့်ကြော်ငြာစာက လူအများအနေဖြင့် ဒဏ်ငွေ သို့မဟုတ် ထောင်ဒဏ် ကျခံရနိုင်သည်ဟု ဆိုထားသည်။ လူဘယ်နှစ်ယောက် ဒဏ်ငွေ ချမှတ်ခံရပြီလဲ သို့မဟုတ် အချုပ်ခံရပြီးပြီလဲ။

လက်ရှိတွင် ကျွန်ုပ်တို့သည် လူအများအား ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာနှင့်ပတ်သက်ပြီး ပညာပေးခြင်း နှင့် သတင်းပေးခြင်းအပေါ် အာရုံစိုက်နေပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် မပြောပြနိုင်လောက်အောင်များသည့် ဆန္ဒအလျောက် လိုက်နာမှုများ ရှိနေပါသည်။

လက်ရှိအမိန့်ကြော်ငြာစာအောက်တွင် ကျွန်ုပ်၏အိမ်၌ စစ်ဆေးကြည့်ရှုသူတစ်ဦးလက်ခံရန် အန္တရာယ်ကင်းပါရဲ့လား။

မြို့သူမြို့သားများ နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ စစ်ဆေးကြည့်ရှုသူများကို ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းစွာထားနိုင်ရန် လက်ငင်း အသက်အန္တရာယ် သို့မဟုတ် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး ခြိမ်းခြောက်မှု ရှိချိန်သာခြွင်းချက်ထားပြီး လူရှိသောနေထိုင်စရာများ၏ အတွင်းဖက်သို့ စစ်ဆေးကြည့်ရှုခြင်းကို ယာယီဆိုင်းငံ့ထားပြီးဖြစ်သည်။

လူထုအတွက် ရင်းမြစ်များ

ပရင့်ထုတ်ထားသည့် စာရွက်များ

ဘာသာစကားမျိုးစုံဖြင့် အဆိုပါ ရင်းမြစ်များကို သင် ပရင့်ထုတ်ပြီး မျှဝေနိုင်ပါသည်။ ကိုဗစ် -၁၉ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းကို ရပ်တန့်ရန် အော်စတင် မြို့တော်နှင့် ထရာဗစ်ကောင်တီ၏ သတင်းများကို ချဲ့ကားပေးရာတွင် ကူညီပါ။

ရောဂါ ကာကွယ်တားဆီးရာတွင် ကူညီရေး ဖြန့်ဝေစာရွက်များ

ချောင်းဆိုး နှာချေရာတွင် သင်၏ တံတောင်ဆစ်ကွေး သို့မဟုတ် တစ်ရှူးဖြင့် အုပ်ကာပါ။ သင့်လက်များကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေတို့ဖြင့် စက္ကန့် ၂၀ ကြာအောင် မကြာမကြာ ဆေးပေးပါ။ သင့်မျက်နှာကို မဆေးရသေးသောလက်ဖြင့် မထိအောင်နေပြီး သင်နေထိုင်မကောင်းပါက အိမ်တွင်သာနေပါ။

ယခု ဖြန့်ဝေစာရွက်အတွက် ပရင့်ထုတ်နိုင်သော ဗားရှင်းကို [အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [စပိန် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ရိုးရှင်းသော တရုတ်ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ရိုးရာ တရုတ်ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ကိုးရီးယား ဘာသာစကား \(PDF\)](#) နှင့် [မြန်မာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#) တို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများအတွက် ဆိုင်းဘုတ် - အလုပ်ခွင်များအားလုံးအတွက် လိုအပ်ပါသည်

လူ ၁၀ ဦးအထက်ရှိသည့် အလုပ်ခွင်များအားလုံးအနေဖြင့် ယင်းဆိုင်းဘုတ်ကို မြင်သာသည့်နေရာတစ်ခုတွင် တင်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်

[အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကား ၈.၅ x၁၁ \(PDF\)](#)၊ [အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကား ၈.၅x၁၄ \(PDF\)](#)၊ [စပိန် ဘာသာစကား ၈.၅.၁၁ \(PDF\)](#)

ကိုဗစ် - ၁၉ ဆိုင်ရာ အချက်အလက် ဖြန့်ဝေစာရွက်များ

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုအတွင်း လူတစ်ဦးမှတစ်ဦးသို့ ပျံ့နှံ့သည့် သက်သေများ ကြီးမားလာသည်နှင့်အမျှ တက္ကဆက်ပြည်နယ်တွင်း ပြည်သူလူထုသို့ ကိုဗစ် - ၁၉ ရရှိရန် ခြံ့ အန္တရာယ်က ယခုအချိန်တွင် မြင့်တက်လျက်ရှိပါသည်။

ယခု ဖြန့်ဝေစာရွက်အတွက် ပရင့်ထုတ်နိုင်သည့် ဗားရှင်းကို [အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [စပိန် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ရိုးရှင်းသော တရုတ်ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ကိုးရီးယား ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [အူဒူး ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [အာရဗီ ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [နှင့် မြန်မာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#) များဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

ကိုဗစ် -၁၉ ရောဂါ ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုကို ကာကွယ်တားဆီးခြင်း (ဂရပ်စ် အခုံးကို ဖြန့်ပြားရေးဆိုင်ရာ ဖြန့်ဝေစာရွက်)

ဂရပ်စ်အခုံးကို ဖြန့်ပြားအောင်လုပ်ရာတွင် ကူညီရန် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေခြင်း အကြောင်း အသိရှိမှုကို ကျယ်ပြန့်စေပြီး လျော်ကန်သည့် တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး ကျင့်ကြံပါ။

ယခု ဖြန့်ဝေစာရွက်အတွက် ပရင့်ထုတ်နိုင်သည့် ဗားရှင်းကို [အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [စပိန် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ရိုးရှင်းသော တရုတ်ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [မြန်မာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ကိုးရီးယား ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [အူဒူး ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [နှင့် အာရဗီ ဘာသာစကား \(PDF\)](#) တို့ဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

ရရှိနိုင်သော ဝန်ဆောင်မှုများ

လူထု စုဝေးခြင်း၊ စားသောက်ဆိုင်များ နှင့် ဘားများအတွက် COVID-19 အမိန့်ကြော်ငြာစာအသစ်များကို အကောင်အထည်ဖော်နေသလို အော်စတင်-ထရာဗစ်ကောင်တီက ကန့်သတ်ချက်များကြောင့် အများဆုံးထိခိုက်ခံရနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှု၊ အခမ်းအနားများ၊ ဂီတ နှင့် အခြားလုပ်ငန်းများမှ လူများကို ကူညီရန် လူထုအခန်းကဏ္ဍ ဝန်ဆောင်မှုအမျိုးမျိုး နှင့်လူ့အသိုင်းအဝိုင်း နှင့် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးမှလက်တွဲဖော်များကို မီးမောင်းထိုးပြနေပါသည်။

အိမ်ခြေရာမဲ့များအတွက် ရင်းမြစ်များ

ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန် www.AustinTexas.gov/Homelessness တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ ယခုအချိန်အခါတွင် အော်စတင် မြို့တော်က အိမ်ခြေရာမဲ့အခြေအနေ တွေ့ကြုံခံစားနေရသူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ ဆက်လက်ပေးအပ်နေပါသည်။ HUD က ကျွန်ုပ်တို့၏ အရေးပေါ် နားခိုရာအမိုးအကာများ သာမက အိမ်အပြောင်းအလဲကြားကာလ ဖြတ်သန်းနေရသူများ ယာယီနေထိုင်သည့် နေရာများတွင် အချို့သော အတိုင်းအတာများ နေရာတကျချထားနိုင်ရန် ထပ်ဆောင်း မြို့တော်လမ်းညွှန်ချက်များ ပေးအပ်ပါသည်။

အော်စတင်-ထရာဗစ်ကောင်တီမှ လိုက်နာကျင့်သုံးနေသည့် နေအိမ်ရာမဲ့ ခိုကိုးရာနေရာများအတွက် ကြားဖြတ်လမ်းညွှန် ([Interim Guidance for Homeless Shelters](#)) ကို CDC မှ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

ရေမီး ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ

အော်စတင်မြို့တော်က [သုံးစွဲသူများအနေဖြင့် ရေမီးဝန်ဆောင်မှုများကို အဆက်အပြတ်ရရှိကြောင်းသေချာစေရန်](#) အဆင့်များ ပြုလုပ်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ သုံးစွဲသူများအားလုံးအတွက် လက်ငင်းအထောက်အပံ့များ ရရှိနိုင်ပါသည်။ သုံးစွဲသူ စောင့်ရှောက်ရေး နှင့် အော်စတင်မြို့တော် ရေမီးဝန်ဆောင်မှုဌာနများ အားလုံးအတွက် ငွေတောင်းခံမှုကို စီမံခန့်ခွဲသည့် အော်စတင်စွမ်းအင်ဌာနက သုံးစွဲသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ရေမီး ငွေတောင်းခံလွှာများဖြင့် လမ်းကြောင်းမှန် အတိုင်းရရှိနေအောင်ကူညီမည့် အစီအစဉ်အတော်များကိုလည်း ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။ -

- ရွှေ့ခိုင်း ငွေပေးချေမှုအစီအစဉ် - သုံးစွဲသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ငွေရေးကြေးရေးလိုအပ်ချက်များအတိုင်း ပြည့်မီသည့် ရေရှည်စီမံကိန်းတစ်ခုကို ရေမီးဌာနမှ ကိုယ်စားလှယ်များနှင့် တည်ထောင်ရန်လုပ်နေစဉ် ၎င်းတို့အနေဖြင့် ရေမီးဝန်ဆောင်မှုများ အဆက်မပြတ်ရရှိကြောင်း သေချာစေပါမည်။
- [သုံးစွဲသူ ထောက်ပံ့ကူညီရေး အစီအစဉ်](#) - ဝင်ငွေကန့်သတ်ချက်ရှိသော သုံးစွဲသူများ နှင့် ကျန်းမာရေးအရ ထိခိုက်လွယ်မှုရှိသော သုံးစွဲသူများအနေဖြင့် သုံးစွဲသူများအတွက် ချက်ချင်းလက်ငင်း နှင့် ရေရှည်အတွက် ရေမီးငွေတောင်းခံလွှာများမှ သက်သာရာရရေးအကူအညီ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ။

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အခြေအနေကြောင့် ငွေပေးချေမှုမရရှိကြသည့် အောက်ပါ ကုမ္ပဏီများက သဘာဝဓာတ်ငွေ ဝန်ဆောင်မှုကို ယာယီဆိုင်းငံ့ထားပါသည်။ -

- အက်တမိုစဖစ် စွမ်းအင် ([Atmos Energy](#))
- စင်တာပိုင်းစွမ်းအင် ([CenterPoint Energy](#))
- တက်ဆက် ဂက်စ်ဂေ့စ်ဆာဗစ်စ် ([Texas Gas Service](#))

အော်စတင် ရေမီးစရိတ် ပေးချေမှုစင်တာ နှစ်ခုစလုံးကို မတ်လ ၁၈ ရက်နေ့မှ စတင်ပိတ်ထားပါသည်။ [သုံးစွဲသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ရေမီး ငွေတောင်းခံလွှာများကို ပေးနိုင်သည့် အခြားနည်းလမ်းများအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာရန် ဤနေရာတွင် နှိပ်ပါ။](#)

အိမ်သုံး နှင့် စီးပွားရေးအရ သုံးစွဲသူများအနေဖြင့် မည်သည့်မေးခွန်းများမဆိုရှိပါက သုံးစွဲသူ စောင့်ရှောက်ရေး ဆက်သွယ်ရန် စင်တာအား ဖုန်းနံပါတ် 512-494-9400 တွင် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။

အိမ်နီးချင်း ဝန်ဆောင်မှုများ (Neighborhood Services) က အိမ်ငှား နှင့် ရေမီး အထောက်အပံ့များ ပေးအပ်နေပါသည်။ အိမ်ချင်းနီး စင်တာတစ်ခုစီကို ပြည်သူလူထုအတွက် မဖွင့်ထားပါ။ ဖောက်သည်များအနေဖြင့် ဖုန်းနံပါတ် 512-972-5780 အား တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့ နံနက် ၈ နာရီ - နေ့လည် ၁၂ နာရီ နှင့် မွန်းလွဲ ၁ နာရီ - ညနေ ၄:၃၀ နာရီ အထိ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ အရေးပေါ်အစားအစာ ပို့ဆောင်ရေး ဝန်ဆောင်မှုမှ အထောက်အပံ့ရရှိရန်အတွက် ဖုန်းနံပါတ် 512-972-5133 ကို ခေါ်ဆိုပါ။

အင်တာနက် နှင့် ဒစ်ဂျစ်တယ်တတ်မြောက်ရေးဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ

ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် <https://cityofaustin.gitbook.io/decatx/deca-covid-19-community-resources> တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

ဤရင်းမြစ်စာရင်းက ကိုဗစ် - ၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါ ကာကြား အော်စတင် လူထုအတွက် မြို့တော် နှင့် အပေါင်းအပါများ ဒစ်ဂျစ်တယ်ပညာ ထည့်သွင်းရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ မျှဝေပေးရန် ဝန်ဆောင်မှုပေးပါသည်။ အော်စတင်၏ မြို့တော်၏ ဒစ်ဂျစ်တယ် စွမ်းဆောင်ပညာရှင် အသိုင်းအဝိုင်း၊ ကိုဗစ် - ၁၉ ဆိုင်ရာ လူထုရင်းမြစ်စာရင်းကို အုပ်စုအမျိုးအစား ၄ ခုဖွင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည် - အထွေထွေ ရင်းမြစ်များ၊ အင်တာနက် ဆားဗစ် ပေးအပ်သူဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ၊ ကွန်ပျူတာ ရရှိနိုင်မှု၊ နှင့် အင်တာနက် နှင့် အွန်လိုင်း လေ့လာသင်ယူရေး ရင်းမြစ်များ အသုံးချမှု။

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး အထောက်အပံ့

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးလိုအပ်သော ကိုဗစ် -၁၉ အတွင်း မရှိမဖြစ် အလုပ်သမားများအတွက် [ရှေ့တန်း ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ရရှိရေးဆိုင်ရာ ကိရိယာ](#) -

- အဆိုပါ ကိရိယာကို တက္ကဆက်ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးနှင့် လူသားရေးရာဝန်ဆောင်မှုများ ကော်မစ်ရှင်က မိတ်ဆက်ပေးခဲ့ပြီး မရှိမဖြစ် စီးပွားရေး လုပ်ငန်းများတွင် ခန့်အပ်ခံထားရသည့် အလုပ်လုပ်နေသည့် မိဘများအား ဝန်ဆောင်ပေးရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ယင်းတို့ထဲတွင် ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၊ အရင်ဆုံး တုံ့ပြန်သူများ၊ ကုန်စုံစတိုးဆိုင် သို့မဟုတ် ရေမီး ကုမ္ပဏီတစ်ခု၏ ဝန်ထမ်းများ၊ ထရပ်ကားမောင်းသူများ၊ သို့မဟုတ် အဆိုပါအကျပ်အတည်း တုံ့ပြန်သည့် လုပ်ငန်းများမှ တစ်ခုအတွင်း ခန့်အပ်ခံထားရသူတစ်ဦးဦး ပါဝင်ပါသည်။
- အကြံဉာဏ်များ - ဝက်ဘ်ဆိုက်အတွက် URL ကို ထည့်သွင်းချိန်တွင် “www” ကို ရိုက်မထည့်ပါနှင့်။ သင့်အိမ် သို့မဟုတ် အလုပ်ခွင်အနီးရှိ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာန နေရာလွတ် ရှာတွေ့ရန် စာပို့ သင်္ကေတဖြင့် ရှာပါ။

အလုပ်သမားအင်အား ဖြေရှင်းချက် မြို့တော်ဧရိယာ၏ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဝန်ဆောင်မှုများ (CCS) က အကျုံးဝင်သည့်မိသားစုများအတွက် စရိတ်မျှပေး ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်အချို့ပေးအပ်ပြီး ကူညီနိုင်ပါသည်။ ဖုန်းနံပါတ် 512-597-7191 ကိုခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် providerservices@wfscapitalarea.com သို့အီးမေးလ်ပို့ပါ။

ကိုဗစ် - ၁၉ ဆိုင်ရာ မေးခွန်းများ နှင့် လူများ၊ ဝန်ထမ်းများ နှင့် မိသားစုများအတွက် လူမှုရေးဝန်ဆောင်မှုများ နှင့် အခြေခံလိုအပ်ချက်ရင်းမြစ်များအတွက် ဖုန်းနံပါတ် 2-1-1 ကိုခေါ်ဆိုပါ။

ကိုဗစ် - ၁၉ နှင့် ဆက်စပ်သည့် အော်စတင်အတွင်း စောစီးသောကလေးဘဝ ရင်းမြစ်များအတွက် [Success by 6 portal](#) ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

နေအိမ် ချက်ချင်းလိုအပ်မှုများ

[အိမ်နီးချင်း အိမ်ယာနှင့်လူ့အသိုင်းအဝိုင်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး \(NHCD\) ဌာန](#) က အောက်ပါတို့အပါအဝင် နေအိမ်ချက်ချင်းထောက်ပံ့မှုလိုအပ်သော [ထိခိုက်ခံရသည့် လူ့အသိုင်းအဝိုင်းအဖွဲ့ဝင်များကို ထောက်ပံ့မှုညီရန် အချက်အလက်များ နှင့် လွှဲပြောင်းမှုများ ကမ်းလှမ်းနေပါသည် -](#)

နေအိမ်နှင့်ချခံရခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရန် နှင့် နေရာရွှေ့ပြောင်းခံရခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် အချက်အလက် - ဥပဒေရေးရာ တိုင်ပင်အကြံပေးမှု၊ အခြားရွေးချယ်စရာ နေအိမ်၊ အိမ်ငှား ပြန်လည်နေရာချထားရေး အထောက်အပံ့၊ နှင့် အထောက်အကူပေးသည့် ရင်းမြစ်များအတွက် ရင်းမြစ်များစာရင်း

အိမ်ငှားခပေးရန်အကူအညီ/ အရေးပေါ်ငွေကြေးအထောက်အပံ့ - ရေမီးကြေးများ၊ အိမ်ငှားကုန်ကျစရိတ်များ နှင့် အပေါင်ငွေ ပေးချေမှုများအတွက် ယာယီ၊ အရေးပေါ် ငွေကြေးအထောက်အပံ့ကို ချီးမြှင့်ငွေများ သို့မဟုတ် ချေးငွေများပုံစံဖြင့် ပေးအပ်သည့် ဒေသန္တရအစီစဉ်များအတွက် စာရင်းတစ်ခုရရှိအောင် ပြုလုပ်ပါ။

အိမ်ရှင်များ၊ အပေါင်ခံသည့် အထောက်အပံ့ နှင့် ပိုင်ဆိုင်မှုအခွန်များအတွက် အကူအညီ - ယင်းက အိမ်ပိတ်သိမ်းခံရမှုကို ရှောင်ကြဉ်ရန် ငွေကြေးပြန်လည်ထောက်ပံ့မှု ရယူခြင်း သို့မဟုတ် အပေါင်ခံအကြွေးကို ပြင်ဆင်ခြင်း၊ ငွေပေးချေမှုကို လျှော့ချခြင်း၊ သို့မဟုတ် အခြားဖြေရှင်းချက်များအတွက် လမ်းညွှန် နှင့် အချက်အလက်များ ကမ်းလှမ်းပါသည်။ ထို့အပြင် အိမ်ခြံမြေပိုင်ရှင်များအား အိမ်ခြံမြေခွန်များအတွက် ငွေပေးချေရေး စီမံကိန်းတစ်ခု ချမှတ်ပေးမှု (သို့မဟုတ် ပြန်လည် ညှိနှိုင်းမှု) ပေးအပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ယာခင်းအိမ်အတွက် အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်များ နှင့် အသက် ၆၅ နှစ် သို့မဟုတ် အထက် ရှိသူများ၊ မသန်စွမ်းမှုရှိသူများ နှင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ အတွက် အိမ်ခြံမြေခွန်ပေးရက် ရွှေ့ဆိုင်းပေးခြင်းများ ကဲ့သို့ ရရှိနိုင်သည့်အစီအစဉ်များအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာသိရှိမှု ပေးအပ်ပါသည်။

အစားအစာ အထောက်အပံ့

ဒေသန္တရ အစာသိုလှောင်ခန်းများ နှင့် ကျောင်းခရိုင်များက ကျွန်ုပ်တို့၏အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း အရေးပေါ် အစားအစာအလှမ်းမီရရှိရန် ပံ့ပိုးပေးနေပါသည်။ အကယ်၍ အစားအစာအထောက်အပံ့ သင်လိုအပ်ပါက ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 211 ကိုခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် [Connect ATX](#) တွင်း ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

လိုအပ်သည့်လူများအား အရေးပေါ် အစားအစာ အထောက်အပံ့ပေးအပ်သည့် အဖွဲ့အစည်းများအနေဖြင့် [ATX အရေးပေါ်အစားအစာစနစ်များ လဲလှယ်ခြင်း](#) ကိုအသုံးပြု၍ စေတနာ့ဝန်ထမ်းများ နှင့် အခြားရင်းမြစ်များနှင့် အဆက်အသွယ်ရရှိနိုင်ပါသည်။

လုပ်အား နှင့် စီးပွားရေး ရင်းမြစ်များ

ဒေသန္တရ အထောက်အပံ့များ

[အော်စတင် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌာန](#) က လာမည့် ရက်သတ္တပတ်များအတွင်း ရုန်းကန်ရမည်ဟု မိမိဖာသာ တွေ့ရှိထားနိုင်သည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ အတွက် [ရန်ပုံငွေ အစီအစဉ်များ](#) နှင့် [အရေးပေါ်စီမံကိန်းဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ](#) ကမ်းလှမ်းနေပါသည်။

အထွေထွေ ရင်းမြစ်များအတွက်၊ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဌာန၏ [အသေးစားစီးပွားရေး ဌာနခွဲ ကoffers အခမဲ့ စီးပွားရေးသင်တန်း ပို့ချမှု၊ အခမဲ့ အွန်လိုင်း သင်တန်းများ](#) နှင့် [အသိုင်းအဝိုင်းတွင်းရှိ အပေါင်းအပါများနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးမှုများ](#) ကမ်းလှမ်းနေပါသည်။

အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေသူများ အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေရာတွင် ကူညီပေးရန် [အလုပ်သမားအင်အား ဖြေရှင်းရေးများ မြို့တော်ရေယာ](#) ကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့အား ဖုန်းနံပါတ် 512-485-3792 တွင် ခေါ်ဆိုပါ။ လတ်တလော ပွင့်နေသည့်အလုပ်များအတွက် [အလုပ်ရှာဖွေသူများ စာမျက်နှာ](#) လည်း ရှိပါသည်။

ပြည်နယ် အထောက်အပံ့

တက္ကဆက် လုပ်အားကော်မစ်ရှင်(Texas Workforce Com mission) သည် အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များကို လျှောက်ထားနိုင်သော နေရာဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ထံတွင် အဆိုပါလုပ်ငန်းစဉ်တစ်လျှောက် သင့်အား လမ်းညွှန်ပေးရန် အကူအညီရသည့် သင်္ချာတစ်ခုလည်း ရှိပါသည်။

ပြည်ထောင်စု အထောက်အပံ့

ထရာဗစ်ကောင်တီတွင်းရှိ အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် အမြတ်အစွန်းမယူသည့်အဖွဲ့အစည်းများအနေဖြင့် [ယူအက်စ် အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ အုပ်ချုပ်ရေးဌာန \(SBA\) ဘေးဒုက္ခ အထောက်အပံ့ချေးငွေ](#) တစ်ခု လျှောက်ထားနိုင်ပြီး ယင်းက ဘေးဒုက္ခ၏ ထိခိုက်မှုကြောင့် မပေးနိုင်သည့် တရားဝင် အကြွေးများ၊ လစာပေးချေမှုများ၊ ပေးချေရန်ရှိသည့် အကောင်အရာများ နှင့် အခြား ငွေတောင်းခံလွှာများအတွက် ဒေါ်လာ ၂ မီလျှံအထိ ပေးအပ်ပါသည်။

အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် အမြတ်အစွန်းမယူသည့်အဖွဲ့အစည်းများအနေဖြင့် အစီအစဉ်အတွင်းပါဝင်ရန် ခွင့်ပြုချက်ပေးထားသည့် မည်သည့်ငွေချေးအဖွဲ့အစည်း မဆိုထံတွင် [လစာငွေချက်လက်မှတ် ကာကွယ်ပေးရေး အစီအစဉ်](#) တစ်ခု လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။ သင်၏ ဘဏ်ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုနိုင်သလို သင်၏ဧရိယာအတွင်း SBA မှအတည်ပြုထားသည့် ငွေချေးသူများကို SBA ၏ အွန်လိုင်း ငွေချေးသူ တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးသည့် ကိရိယာကို ရှာဖွေနိုင်ပါသည်။ သင်၏ ဒေသဆိုင်ရာ [အသေးစား စီးပွားရေးလုပ်ငန်း ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးစင်တာ သို့မဟုတ် အမျိုးသမီး စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များ စင်တာ](#) ကို ခေါ်ဆိုနိုင်ပြီး ၎င်းတို့က အခမဲ့ အထောက်အပံ့ နှင့် သင့်အားငွေချေးမည့်သူထံ လမ်းညွှန်ပေးပါလိမ့်မည်။

ထပ်ဆောင်း ရင်းမြစ်များ

စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌာနက ဒေသဆိုင်ရာ၊ ပြည်နယ်၊ ပြည်ထောင်စု နှင့် လူထု ရင်းမြစ်များအတွက် စာရင်းတစ်ခုကို [အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်း ရင်းမြစ်လမ်းညွှန်](#) Filter ပေါ်တွင် ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားပါသည်။ ကိုဗစ် -၁၉ ကမ္ဘာ့ ကပ်ရောဂါကြောင့် ထိခိုက်ခဲ့သည့် သင်၏ စီးပွားရေးလုပ်ငန်း သို့မဟုတ် အမြတ်အစွန်းမယူသည့် အဖွဲ့အစည်းအတွက် လတ်တလောအထောက်အပံ့ ရှာဖွေရန် “ဘေးဒုက္ခ ကယ်ဆယ်ရေး” အမည်ဖြင့် စစ်ချပါ။

သင့်အနေဖြင့် ရလဒ်များကို [အသေးစားစီးပွားရေးလုပ်ငန်း ရင်းမြစ်လမ်းညွှန်](#) ပေါ်မူလည်း အောက်ပါ အုပ်စုအမျိုးအစားများအတိုင်း လိုက်နာပြီး စစ်ချနိုင်ပါသည် - အရှိန်မြှင့်ပေးသူ/သားဖောက်သူ၊ အနုပညာ/ဂီတ၊ စီးပွားရေးလမ်းညွှန်မှု၊ အတူအလုပ်တွဲလုပ်ရန်နေရာများ၊ ဘေးဒုက္ခ ကယ်ဆယ်ရေး၊ ပညာရေး၊ စွမ်းအင်၊ ရုပ်ရှင်/တယ်လီဗွီးရှင်း/ဗီဒီယိုဂိမ်းများ၊ အစားအသောက်လုပ်ငန်း၊ ရန်ပုံငွေ၊ ချီးမြှင့်မှုများ၊ သွင်းကုန်/ထုတ်ကုန်၊ ဥပဒေရေးရာ၊ ကွန်ရက် ဆက်သွယ်မှု၊ အမြတ်အစွန်းမယူသည့်လုပ်ငန်း စတင်ခြင်းများ၊ ဘောလုံးပစ် ပြိုင်ပွဲ၊ ပြန်လည်ပတ်ရေး လုပ်ငန်း၊ သုတေသန၊ နည်းပညာ၊ ကုန်သွယ်ရေးအုပ်စုများ။

ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက် ဝန်ဆောင်မှုများ

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် နှင့်အလားတူသည့် ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာရှိသော အာမခံမရှိသူများ သို့မဟုတ် စောင့်ရှောက်ပံ့ပိုးသူ အတည်တကျမရှိသူများအနေဖြင့် ရပ်ကွက်လူထုစောင့်ရှောက်ရေး [CommUnityCare](#) အား ဖုန်းနံပါတ် 512-978-8775 တွင်ခေါ်ဆိုသင့်ပါသည်။ CommUnityCare က အဆိုပါသူများအား ဖုန်းပေါ်မှ စောင့်ရှောက်မှုပေးပြီး သင့်တော်သည့်နေရာတစ်ခုသို့ ပို့ပေးပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးစင်တာ (CDC) ၏ အလျှင်အမြန် တုံ့ပြန်ရေး လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို လိုက်နာပြီး ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပျံ့နှံ့ခြင်းကို ကာကွယ်ရန် ယင်းနေရာသို့သွားမည့်အစား အထက်ပါဖုန်းနံပါတ်ကိုခေါ်ရန် စောင့်ရှောက်ပံ့ပိုးသူ အတည်တကျမရှိသေးသူများအား တောင်းဆိုပါသည်။

စစ်မှုထမ်းဟောင်းများအတွက် ရင်းမြစ်များ

[ကိုဗစ် - ၁၉ တုံ့ပြန်မှုအတွက် အမေရိကန် စစ်မှုထမ်းဟောင်းရေးရာ ဌာန](#)

ယခု ပေါ်ထွန်းလာနေသည့် ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်ကို ရင်ဆိုင်ရချိန်အတွင်း စစ်မှုထမ်းဟောင်းများအား ကာကွယ်ရန် နှင့် စောင့်ရှောက်ရန် VA က အားကြီးမာန်တက် ရှိသည့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုတစ်ခုကို အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့ပါသည်။

[စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ၏ အိမ်ထောင်ဖက်များ ကွန်ရက်](#)

ရင်းမြစ်များသတ်မှတ်ရေး နှင့် ၎င်းတို့အတွက် နှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုများအတွက် ရင်းမြစ်များ နှင့် အစီအစဉ်များ သတ်မှတ်ခြင်းတွင် စေ့စပ်ဆောင်ရွက်ရန် တက္ကဆက်

ပြည်နယ်တစ်ဝှမ်းလုံးရှိ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ၏ အိမ်ထောင်ဖက်များအတွက် အွန်လိုင်း နှင့် လူကိုင်တိုင် ဆွေးနွေးစကားပြောပွဲတစ်ခု။ ယနေ့အချိန်တွင် VSN သည် တက္ကဆက်ပြည်နယ် တစ်ဝှမ်းရှိ အိမ်ထောင်ဖက်ပေါင်း ၈၀၀ ကျော်သည့် ကွန်ရက်တစ်ခုအဖြစ် ကြီးထွားလာခဲ့ပါသည်။

[သင်နာလန်ပြန်ထလာခြင်းက အရေးကြီးပါသည် - နာလန်ပြန်ထခြင်းဆိုင်ရာ အယောင်ရင်းမြစ်များ](#)

This guide ဆေးစွဲခြင်း နှင့် စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ အုပ်ချုပ်ရေးဌာနမှ လမ်းညွှန်က နာလန်ပြန်ထခြင်းဆိုင်ရာ အယောင်ရင်းမြစ်များပေးအပ်သည့် အဖွဲ့အစည်း မြောက်များစွာတို့အတွက် လင့်ခ်များ မျှဝေထားပါသည်။ ယင်းတို့ထဲတွင် အယောင် ၁၂ ဆင့်ပါ အစည်းအဝေးများမှသည် နာလန်ပြန်ထရေးနှင့်ဆက်စပ်သည့် စကားပြောခန်းများအထိ၊ အစည်းအဝေးတစ်ခု အိမ်ရှင်အဖြစ် ပြုလုပ်ပုံဆိုင်ရာ အချက်အလက်များအတွက် လင့်ခ်များ မှသည် တစ်ဦးချင်း တိုင်ပင်အကြံပေးသည့်ဝန်ဆောင်မှုများအထိ ပါဝင်ပါသည်။

တက္ကဆက်ပြည်နယ် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများအဖွဲ့ အက်ပ် အန်းဒရိုက် ကိရိယာများအတွက် | [အက်ပ်ယယ် ကိရိယာများအတွက်](#)

ဤ အခမဲ့ ရိုးရှင်းသည့် အက်ပ်က ကျွန်ုပ်တို့၏ တပ်မတော် နှင့် စစ်မှုထမ်းများအား ထောက်ပံ့ကူညီသည့် ဝန်ဆောင်မှုအဖွဲ့ဝင်များ၊ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ၊ ၎င်းတို့၏ မိသားစုများ နှင့် မည်သည့် တက္ကဆက်သားမဆိုအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ ကြယ်တစ်ပွင့် ပြည်နယ် (Lone Star State) တွင်ရှိ SMVF အတွက် ရရှိနိုင်သည့် ဒေသန္တရ ပြည်နယ် နှင့် နိုင်ငံတော် ရင်းမြစ်များအကြောင်း ပိုမိုလေ့လာသင်ယူရန် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် ယင်းအားအသုံးပြုပါ။

[စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ၊ တပ်မတော် အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး နှင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ](#)

အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး (Integral Care) က ၎င်း၏ဝန်ဆောင်မှုများအားလုံးကို တယ်လီကျန်းမာရေးစနစ်သို့ ရွှေ့ပြောင်းလိုက်ပါသည်။ အဆိုပါ VA ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများနှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုဝင်များ အားလုံး အကျုံးဝင်ချင်မှ ဝင်နိုင်ပါသည်။ မည်သူမဆိုနှင့် အားလုံးက အင်တီဂရယ် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ services (Integral Health services) အတွက် အကျုံးဝင်ပါသည်။ VA မှ လွှဲပြောင်းပေးမှုတစ်ခု မလိုအပ်ပါ။ ထို့အပြင် ငွေပေးချေနိုင်စွမ်း ပေါ်မူတည်ပဲ ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်ပြီး ယင်းအား ဘာသာစကားများစွာဖြင့် ပေးအပ်နိုင်ပါသည်။

၂၄ နာရီ ချပလင်း ဝန်ဆောင်မှုများ (Chaplain Services)

တက္ကဆက် စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဗဟိုစနစ်။ ဘာသာရေး နှင့် ဂိုဏ်းဂဏအဖွဲ့များအားလုံးအနေဖြင့် ဖုန်းနံပါတ် (254) 743-2849 သို့မဟုတ် (254) 743-0991 ကိုခေါ်ဆိုရန် ဖိတ်ခေါ်ပါသည်။

[WoVeN အမျိုးသမီး စစ်မှုထမ်းဟောင်းများ ကွန်ရက်](#)

WoVeN သည် ကိုဗစ် -၁၉ ကာလ အတွင်း ယခုအခါ အချင်းချင်း အယောင်ထောက်ပံ့ကူညီမှု (virtual peer support) အုပ်စုများ ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။ ယင်းအုပ်စုများက အပတ်စဉ် တစ်ကြိမ်လျှင် ၉၀ မိနစ်ဖြင့် နှစ်လကြာ တွေ့ဆုံပါသည်။ အဖွဲ့ဝင်များအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ဘဝများမှ အမြင်ကွဲ အမြောက်အများကို မျှဝေရန် နှင့် တုံ့ပြန်ထင်ဟပ်ရာတွင် ကူညီရန် အုပ်စုအစည်းအဝေးတစ်ခုစီက ခေါင်းစဉ်သစ်တစ်ခုအပေါ် အာရုံစူးစိုက်ပါသည်။

စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ

အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး၏ စိတ်ရောဂါအရေးပေါ် ဝန်ဆောင်မှု အပ်ဒီတ် -

အင်္ဂါနေ့မှ စတင်ပြီး အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး၏ စိတ်ရောဂါ အရေးပေါ် ဝန်ဆောင်မှုများ (PES) က လာရောက်လည်ပတ်မှုများအားလုံးကို တယ်လီဖုန်း နှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးစနစ်ဖြင့် ပံ့ပိုးပေးပါမည်။ မျက်နှာချင်းဆိုင် လည်ပတ်ခြင်းများက လိုအပ်သည့်အတိုင်း ချိန်းဆိုမှုဖြင့်သာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ PES က အရေးပေါ် စိတ်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပံ့ပိုးပေးအပ်ပါသည်။ PES က ယခုအချိန်အခါတွင် လမ်းလျှောက်ဝင်ရောက် လည်ပတ်ခြင်းကို လက်မခံပါ။ ဖုန်းဖြင့်ဝန်ဆောင်မှု နှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 512-472-4357 ကိုခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားအတွက် 1 ကိုနှိပ်ပါ။ ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်တို့၏ဝန်ထမ်းနှင့် စကားပြောဆိုရန် 1 ကို ထပ်နှိပ်ပါ။ ဖွင့်ချိန်များ - တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့၊ နံနက် ၈ နာရီ မှ ည ၁၀ နာရီထိ၊ စနေနေ့ နှင့် ရုံးပိတ်ရက်များ၊ နံနက် ၁၀ နာရီမှ ည ၈ နာရီထိ

အရွယ်ရောက်ပြီးသူ နှင့် ကလေးများအတွက် စိတ်ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ အပ်ဒီတ် -

အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး အရွယ်ရောက်ပြီးသူ နှင့် ကလေး စိတ်ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုအများစုကို ယခုအခါ တယ်လီဖုန်း သို့မဟုတ် တယ်လီကျန်းမာရေးစနစ် ဖြင့် ပံ့ပိုးပေးနေပါသည်။ တယ်လီဖုန်းဖြင့်ဝန်ဆောင်မှု နှင့် တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 512-472-4357 ကိုခေါ်ဆိုပါ။

အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားအတွက် 1 ကိုနှိပ်ပါ။ ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်တို့၏ဝန်ထမ်းနှင့် စကားပြောဆိုရန် 4 ကို နှိပ်ပါ။ ဖွင့်ချိန်များ - တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့၊ နံနက် ၈ နာရီ မှ ညနေ ၅ နာရီထိ

၂၄/၇ အကျပ်အတည်းကျရောက်ချိန် အကူအညီလိုင်း -

ကျွန်ုပ်တို့၏ ၂၄/၇ အကျပ်အတည်းကျရောက်ချိန် အကူအညီလိုင်းက စိတ်ကျန်းမာရေး အကျပ်အတည်း ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံနေရသူများအား တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်၊ တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ ချက်ချင်း ထောက်ပံ့ကူညီမှုပေးအပ်ရန် ဆက်လက်ရှိနေပါသည်။ အကူအညီအတွက် ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 512-472-4357 ကိုခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကားအတွက် 1 ကိုနှိပ်ပါ။ ပြီးနောက် အကျပ်အတည်း အထောက်အပံ့အတွက် 1 ကို ထပ်နှိပ်ပါ။

- တယ်လီဖုန်း ဝန်ဆောင်မှု နှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ဖုန်းနံပါတ် 512-472-4357 ကိုခေါ်ဆိုပါ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာစကား အတွက် 1 ကိုနှိပ်ပါ။ ပြီးနောက် ကျွန်ုပ်တို့၏ဝန်ထမ်းနှင့် စကားပြောဆိုရန် 1 ကို ထပ်နှိပ်ပါ။
- ဖွင့်ချိန်များ - တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့၊ နံနက် ၈ နာရီ မှ ည ၁၀ နာရီထိ၊ စနေနေ့ နှင့် ရုံးပိတ်ရက်များ၊ နံနက် ၁၀ နာရီမှ ည ၈ နာရီထိ

- အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး၏ အကျပ်အတည်း ရှိရာသို့လာရောက်သည့် ရွေ့လျားအဖွဲ့ အပံ့အပိုး -
- မတ်လ ၂၄ ရက်၊ အင်္ဂါနေ့မှစတင်ပြီး အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး၏ အကျပ်အတည်း ရှိရာသို့လာရောက်သည့် ရွေ့လျားအဖွဲ့ (MCOT) က လာရောက်လည်ပတ်မှုများအားလုံးကို တယ်လီဖုန်း နှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးစနစ်မှတစ်ဆင့် ပေးအပ်မည်ဖြစ်ပြီး မျက်နှာချင်းဆိုင် လာရောက်လည်ပတ်မှုများကို လိုအပ်သည့်အတိုင်း ကြိုတင်ချိန်းဆိုမှုဖြင့်သာ ပေးအပ်ပါမည်။ MCOT က လူထုအတွင်း စိတ်ကျန်းမာရေး အကျပ်အတည်းဆိုင်ရာ စောင့်ရှောက်မှု ပေးအပ်ပါသည်။

အထွေထွေ ဝန်ဆောင်မှုများ

[Austin 2-1-1](#) သည် တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီ ရရှိနိုင်သည့် အခမဲ့ လူမှုဝန်ဆောင်မှုအရေးပေါ် ဟော့တ်လိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

[Austin 3-1-1](#) သည် ထပ်ဆောင်းအထောက်အပံ့များရရှိရန် အထွေထွေမေးခွန်းများအားလုံးကို ဖြေကြားရာတွင်ကူညီပေးသည့် ရင်းမြစ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

[Aunt Bertha](#) သည် အကျုံးဝင်သူများအား အစားအစာ၊ နေအိမ်၊ ခရီးထောက်သွားလာရေး၊ ကျန်းမာရေး/ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ၊ ပညာရေး နှင့် ဥပဒေရေးရာ အကူအညီများဖြင့် တွဲဖက်ပေးသည့် ဝက်ဘ်ဆိုက်ဖြစ်ပါသည်။

လူဒါန်းမှုများ

အော်စတင် ဘေးဒုက္ခကယ်ဆယ်ရေး ကွန်ရက် (ADRN) က လူထုထံမှ တစ်ကိုယ်ရေ ကာကွယ်ရေးကိရိယာများအတွက် စုဆောင်းကောက်ခံရန် အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး (APH) နှင့် မြို့တော် အမိမြေလိုခြုံရေး နှင့် အရေးပေါ်စီမံခန့်ခွဲရေး (HSEM) တို့နှင့် ပူးပေါင်းလက်တွဲနေပါသည်။ APH နှင့် HSEM တို့က လူဒါန်းထားသည့် အထောက်အပံ့များကို လိုအပ်ချက်နှင့်အညီ ဖြန့်ဖြူးပေးပါမည်။ အော်စတင်မြို့သူ မြို့သားများအနေဖြင့် အောက်ပါအထောက်အပံ့များ လူဒါန်းရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါသည် -

- လက်သန့်စင်ဆေး (အရွယ်စုံ)
- ဘက်တီးရီးယားသတ်သည့် ဆပ်ပြာ
- N95 မျက်နှာဖုံးများ (အသစ်)
- ခွဲစိတ်ခန်းသုံး မျက်နှာဖုံးများ (အသစ်)
- စက်မှုလုပ်ငန်းသုံး မျက်နှာဖုံးများ (N-95 သို့မဟုတ် ဖုဲ့အတွက်)
- ပိုးသတ်ရန် သုတ်သည့်အစများ (အသစ်)
- ရာဘာမပါသည့် လက်အိတ်များ (Latex-Free Gloves)
- မျက်လုံးကာကွယ်ရေး ဂေါ်ဂယ်လ် မျက်မှန်များ သို့မဟုတ် မျက်မှန်များ (အသစ်)

- မျက်နှာ အကာများ (အသစ်)
- ကာကွယ်ရေး ဝတ်ရုံများ (ရေမစိမ့်)
- တစ်ခါသုံး အစားအစာလုပ်ငန်းသုံးအဆင့် လက်အိတ်များ
- အပူချိန်တိုင်း ကိရိယာများ (အသစ် သာ)၊ အထူးသဖြင့် မထိရသည့် အမျိုးအစား

ADRN သည် အိမ်ချုပ် မျက်နှာဖုံးများကိုလည်း လက်ခံနေပါသည်။

လူဒါန်းမှုများကို ADRN ရုံးချုပ်များ /HOPE မိသားစု တစ်ပတ်ရစ်စတိုး (Family Thrift Store)၊ 1122 East 51st Street, Austin 78723 တွင် တနင်္လာနေ့မှ စနေနေ့အထိ နံနက် ၁၀ နာရီမှ ညနေ ၆ နာရီအတွင်း လာရောက် ပို့ထားနိုင်ပါသည်။

**နာမကျန်းဖြစ်နေသူများအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ
ရောဂါသွင်ပြင် လက္ခဏာများ**

COVID-19 ရှိသော လူနာများထံတွင် အောက်ပါသွင်ပြင်လက္ခဏာများပါရှိသည့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ နေထိုင်မကောင်းမှု အပျော့စားမှ အပြင်းစားအထိ ရှိပါသည်

- ဖျားခြင်း
- ချောင်းဆိုးခြင်း
- အသက်ရှူခက်ခြင်း

အလုပ်သို့ပြန်သွားရေးဆိုင်ရာ ဝိသေသများ

အကယ်၍ သင်သည် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်ခဲ့ပြီး ပို၍ကောင်းလာသည်ဟု ခံစားရပါက ကျန်းမာရေးလုပ်သားများအနေဖြင့် အလုပ်သို့ပြန်မဝင်မီ [ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးစင်တာများမှ အလုပ်သို့ပြန်သွားရေးဆိုင်ရာ ဝိသေသ](#) before အတိုင်းလိုက်နာပါ။ အကယ်၍ သင်သည် အိမ်တွင် နာလန်ပြန်ထူလာပြီး မိမိဖာသာ သီးသန့်ခဲ့နေခဲ့ပါက [မိမိဖာသာ သီးသန့်ခဲ့ခြင်းအား ရပ်တန့်ပုံအတွက် CDC လမ်းညွှန်အတိုင်း လိုက်နာပါ။](#)

အိမ်တွင်နေခဲ့သည့် ကိုဗစ် - ၁၉ ရှိသူများ (အိမ်တွင် သီးသန့်ခဲ့နေခဲ့သည်) အနေဖြင့် အိမ်တွင်းသီးသန့်ခဲ့ခြင်းကို အောက်ပါအခြေအနေများအောက်တွင် ရပ်နိုင်ပါသည် -
၎င်းတို့အနေဖြင့် ရောဂါဆက်လက်ကူးစက်နိုင် မကူးစက်နိုင်ဆုံးဖြတ်ရန် စစ်ဆေးမှုတစ်ခု ရရှိမည်မဟုတ်ပါက အောက်ပါအချက် သုံးချက် ဖြစ်ပေါ် ပြီးနောက် အိမ်မှ ထွက်ခွာနိုင်ပါသည် -

- ၎င်းတို့ထံတွင် အဖျား ၇၂ နာရီ မရှိခဲ့ပါက (ယင်းက အဖျားကျဆေးမသောက်ပဲ သုံးရက်အပြည့် အဖျားမရှိခြင်းဖြစ်သည်)

နှင့်

- အခြား ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများ တိုးတက်လာပါက (ဥပမာ ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် အသက်ရှူကြပ်ခြင်းတို့ တိုးတက်လာပါ)။

နှင့်

- ရောဂါသွင်ပြင် လက္ခဏာများ စပေါ် ခဲ့သည်မှ အနည်းဆုံး ၇ ရက် ကျော်သွားပြီးနောက်။

တယ်လီကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ

ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှု ပံ့ပိုးသူများက တုတ်ကွေးရောဂါနှင့်အလားတူ သွင်ပြင်လက္ခဏာ တွေ့ကြုံခံစားနေရသူ လူနာများအား COVID-19 တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်ရေး အတွက် ပြုလုပ်ထားပြီးသော မိတ်ဆက်အကူများ သို့မဟုတ် ဝက်ဘ်ဆိုက်များကို အရင်အသုံးပြုရန် အားပေးတိုက်တွန်းနေပါသည်။ သင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး နှင့် အဆင်ပြေသက်သာရေးအတွက် တယ်လီကျန်းမာရေး ရင်းမြစ်များကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပံ့ပိုးသူနှင့် ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု မစီစဉ်မီ သို့မဟုတ် ဆေးခန်း၊ အလျင်အမြန် စောင့်ရှောက်ရေးစင်တာ သို့မဟုတ် ဆေးရုံတစ်ခုအတွင်း လမ်းလျှောက်ဝင်မသွားမီ သင့်ဆရာဝန်၏ရုံးခန်းမှ သင်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူနှင့် တယ်လီကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ချိန်းဆိုမှုများ ကမ်းလှမ်းပေးနိုင်သည့်အတွက် အဆိုပါရုံးနှင့် စစ်ဆေးပါ အောက်ပါတို့အနက်မှ တစ်ခု သို့မဟုတ် အလားတူဝန်ဆောင်မှုများကို အသုံးပြုရန် သင့်အား အကြံပြုတိုက်တွန်းပါသည်။

- ဘောလာ စကော့တ် အန် ဝိုက် ([Baylor Scott & White](#))
 - ၎င်းတို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် သင်၏မိတ်ဆက်ကိရိယာပေါ်တွင် ၎င်းတို့၏ အက်ပ်ကို ထည့်ပါ။ သင်၏ ဖုန်းသို့ ယင်းကိုပို့ပေးရန် 88408 တွင် BETTER သို့ စာမက်ဆွဲချိပို့ပါ။ ချိန်းဆိုမှု မလိုအပ်ပါ။
- အဆန်းရှင်း ([Ascension](#))
 - ၎င်းတို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ သို့မဟုတ် သင်၏မိတ်ဆက်ကိရိယာပေါ်တွင် ၎င်းတို့၏ အက်ပ်ကို ထည့်ပါ။ HOME ကုတ်ကို တစ်ကြိမ်ဝင်ရောက်လျှင် ဒေါ်လာ 20 ဖြင့် အသုံးပြုပါ။ ထို့အပြင် ယင်းအတွက် ချိန်းဆိုမှု မလိုအပ်ပါ။
- အမ်ဒီ လိုက်ဗ် ([MDLive](#))
 - အခမဲ့အကောင့်တစ်ခုစာရင်းသွင်းဝင်ရောက်ရန် ၎င်းတို့၏ဝက်ဘ်ဆိုက် တွင်း ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။
- တယ်လီ ဒေါ့ ([TelaDoc](#))
 - အကောင့်တစ်ခု စာရင်းသွင်းရန် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ အက်ပ်ကိုဒေါင်းလုတ် လုပ်ရန် ၎င်းတို့၏ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင်းဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ Teladoc တစ်ခုအတွင်းဝင်ရောက်ရန် အကြောင်းက သင်၏ကျန်းမာရေးစီမံကိန်းအပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။ နေ့စဉ်စောင့်ရှောက်ရေးအတွက် ကုန်ကျစရိတ်က 49 ဒေါ်လာထက်နည်းပါသည်။
- ဟေးဒေါ့ ([HeyDoc](#))
 - အက်ပ်ကို ဒေါင်းလုတ် လုပ်ရန် ၎င်းတို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ HeyDoc တွင်း ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုမှု တစ်ကြိမ်လျှင် လူနာအတွက် 10 ဒေါ်လာ နှင့် 50 ဒေါ်လာအတွင်း ကုန်ကျပါသည်။
- တယ်လီ ဗီရို ဟဲလ်သ် ([Televero Health](#))
 - အရေးပေါ်စောင့်ရှောက်ရေးဆရာဝန်တစ်ဦး သို့မဟုတ် အပြုအမူဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တစ်ဦးဖြင့် အတိုင်ပင်ခံရန် ၎င်းတို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင်း ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။
- ဖရီးမန်း ဆေးခန်း ([Freeman Medical Clinic](#))
 - လူနာအသစ်များနှင့် ရှိလက်စ လူနာများအား တယ်လီကျန်းမာရေး (telehealth) မှတဆင့် ကြည့်ရှုမည့် ဒေသန္တရဆေးခန်းတစ်ခုဖြစ်သည်။
- အနောက်ပိုင်း ဟိုလစ်တစ် ဆေးဝါးဆိုင်ရာ ([West Holistic Medicine](#))
 - အကောင့်တစ်ခု မှတ်ပုံတင်ရန် ၎င်းတို့၏ဝက်ဘ်ဆိုက်ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။ ဝင်ငွေစကေး အမြင့်အလိုက် ကုန်ကျစရိတ် ဒေါ်လာ ၀-၇၀ အထိ ဖြစ်ပါသည်။
- ဗစ်ထရီ ဆေးဝါးဆိုင်ရာ ([Victory Med](#))
 - www.victorymed.com တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပြီး ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု စီစဉ်ရန် "ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု ကြိုတင်ဘွတ်ကင်ယူပါ (Book an Appointment)" ခလုတ်ကို နှိပ်ပါ သို့မဟုတ် ဖုန်းနံပါတ် 512-462-3627 ကိုခေါ်ဆိုပါ။ ကျန်းမာရေး အာမခံ သို့မဟုတ် ငွေသားပေးချေမှုအပေါ် မူတည်ပြီး ကုန်ကျစရိတ်က ဒေါ်လာ ၁၀-၅၀ ထိကွဲပြားနိုင်ပါသည်။ လူနာများအနေဖြင့် ချိန်းဆိုမှုတစ်ခုကို ဒေါ်လာ ၁၀၀ ဖြင့် စီစဉ်နိုင်ပါသည်။ မက်ဒီကဲရ် ရှိသူများကိုလည်း အခမဲ့ လက်ခံပါသည်။
- [အမ်ဒီ ဘောက်စ် \(MD Box\)](#)

- လက်ရှိ အရေးအချင်းကို ထောက်ပံ့ပေးသည့်အနေဖြင့် အမ်ဒီ ဘောက်စ် (MDBox)က လူတိုင်းအား တယ်လီကျန်းမာရေး (telehealth) ဖြင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူတစ်ဦးဖြင့် အတိုင်ပင်ခံပေးမှုကို လျှော့စျေးဖြင့် ကမ်းလှမ်းပေးနေပါသည်။

ယခုအချိန်တွင် တောင်းဆိုချက်အရ ကားဖြင့်မောင်းလာ၍ စစ်ဆေးမှု မပြုလုပ်ပါ။ လက်ရှိတွင် ယင်းသို့သော စစ်ဆေးမှုအမျိုးအစားကို လုပ်ရန်တိုက်တွန်းခြင်းမပြုမီ သင့်အား စစ်ချစစ်ဆေးပြီး ညွှန်ကြားချက်ပေးရပါမည်။

အာမခံမရှိသူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများ

- **လူထု တစ်ညီတစ်ညွတ်ထဲ စောင့်ရှောက်ရေး တယ်လီဆေးကုသရေး (CommUnityCare Telemedicine) ရရှိနိုင်မှု**
 - ယခုအခါတွင် စောင့်ရှောက်မှုများကို သင့်အိမ်မှ ထွက်စရာမလိုပဲ သက်တောင့်သက်သာဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။ **ဖုန်းဖြင့် ကြိုတင်ချိန်းဆိုမှုမှတစ်ဆင့်** ယင်းက ကိုဗစ် - ၁၉ ရောဂါ ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုကို ကိုင်တွယ်ရာတွင် ကူညီနေရင်း စောင့်ရှောက်မှုကောင်းကောင်း ရနိုင်သေးရန် ခွင့်ပြုပေးပါသည်။ သင်၏ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကုသမှုပေးသူဖြင့် တယ်လီဖုန်းဖြင့် လည်ပတ်မှုတစ်ခု စီစဉ်ရန် ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 512-978-9015 ကိုခေါ်ဆိုပါ။
- **အရေးတကြီးလိုအပ်သူအား ဦးစားပေးကုသရန် ဟော့တ်လိုင်း (CommUnityCare Triage Hotline)**
 - **ဗဟိုကျန်းမာရေးမှ ရန်ပုံငွေထောက်ပံ့သည့် လူထုတစ်ညီတစ်ညွတ်ထဲ စောင့်ရှောက်ရေး ကျန်းမာရေးစင်တာများ (Central Health-funded CommUnityCare Health Centers)** launched က ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် (ကိုဗစ် - ၁၉) နှင့်အလားတူ ရောဂါသွင်ပြင် လက္ခဏာများ တွေ့ကြုံခံစားနေရသည့် ကျန်းမာရေးအာမခံမရှိသော ထရာဗစ်ကောင်တီသားများအတွက် အရေးတကြီးကုသမှုလိုအပ်သူအား ဦးစားပေးရန် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ ခန့်အပ်ထားသည့် အရေးပေါ်ဟော့တ်လိုင်းတစ်ခုကို မိတ်ဆက်လိုက်ပါသည်။
 - ကျန်းမာရေး အာမခံမရှိပဲ အသားကျပြီးသားဆရာဝန်တစ်ဦးမရှိသည့် ကိုဗစ် - ၁၉ ရောဂါသွင်ပြင်လက္ခဏာများ တွေ့ကြုံခံစားနေသူများအနေဖြင့် လမ်းညွှန်ရရှိရန် အရေးပေါ်ဟော့တ်လိုင်း နံပါတ် 512-978-8775 ကို ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။ ယနေ့မှစတင်ပြီး ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ က လူအများ ဆေးခန်း သို့မဟုတ် အရေးပေါ်ဌာနသို့ တိုက်ရိုက်သွားခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် ဖုန်းများနှင့် အရေးတကြီးဦးစားပေးကုသမှု ရရှိရန် ခေါ်ဆိုသူများ- အထူးသဖြင့် ကျန်းမာရေးအာမခံမရှိသူများ -ကို ဖြေဆိုပေးပါလိမ့်မည်။ ယခုအခါတွင် ဟော့တ်လိုင်းကို နံနက် ၈ နာရီမှ ညနေ ၅ နာရီအထိ ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

ရောဂါပျံ့နှံ့ခြင်းကို ကာကွယ်တားဆီးရန် အဆင့်များ

အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက Austin Public Health has developed [နေထိုင်မကောင်းသူများထံမှ အခြားသူများထံ ကူးစက်ပျံ့နှံ့ခြင်းကို တားဆီးကာကွယ်ရာတွင် ကူညီရန် လမ်းညွှန် \(PDF\)](#) ကို ဖော်ထုတ်ထားပါသည်။ [ယင်းအား စပိန် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ဗီယက်နမ် ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ရိုးရှင်းသော တရုတ်ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [တရုတ်ရိုးရာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [ကိုးရီးယား ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [အူဒူး ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [မြန်မာ ဘာသာစကား \(PDF\)](#)၊ [နှင့် အာရဗီ ဘာသာစကား \(PDF\) တို့ဖြင့်ရရှိအောင် ပြုလုပ်ထားပါသည်။](#)

- ဆေးဝါးစောင့်ရှောက်မှုရယူရန်မှလွဲပြီး အိမ်တွင်နေပါ
- သင်၏ဆရာဝန်ထံ မသွားမီ ကြိုတင် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ
- သင်၏ ရောဂါသွင်ပြင်များကို စောင့်ကြည့်ပါ
- သင့်ကိုယ်သင် အိမ်ရှိ အခြားသူများ နှင့် တိရိစ္ဆာန်များထံမှ သီးသန့်ခွဲနေပါ
- တစ်ကိုယ်ရေသုံးပစ္စည်းများကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ
- သင် ချောင်းဆိုး နှာချေပါက အုပ်ကာထားပါ
- သင့်လက်များကို မကြာမကြာဆေးကြောပါ
- အထိအတွေ့များသည့် မျက်နှာပြင်များအားလုံးကို နေ့စဉ် သန့်ရှင်းပါ

ကိုဗစ် -၁၉ ရှိသည်ဟု အတည်ပြုထားသည့် လူနာများအနေဖြင့် အခြားသူများထံ တဆင့်ကူးစက်ပျံ့နှံ့စေသည့်အန္တရာယ် နည်းပါးသွားပြီဟု ထင်ရသည်အထိ အိမ်တွင်း သီးသန့်ခွဲနေသည့် ကြိုတင်သတိပြုကာကွယ်မှုအောက်တွင် ဆက်လက်ရှိနေသင့်သည်။

ကျေးဇူးပြု၍ သင်၏ အလုပ်နားရက်များအကြောင်း သင့်အလုပ်ရှင်နှင့် ပြောဆိုပါ။ အချို့အလုပ်ရှင်များက သင့်အား အိမ်မှအလုပ်လုပ်ရန် ခွင့်ပြုနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ လိုအပ်ပါက ဆရာဝန်၏ မှတ်ချက်ဖြင့် ထိန်းချုပ်ရေးအမိန့်စာများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

မရှိမဖြစ် လိုအပ်ချက်များကို လက်လှမ်းယူခြင်း

အကယ်၍ သင့်အား သီးသန့်ခွဲထားပါက ကုန်စုံပစ္စည်းများ နှင့် ဆေးဝါးများကဲ့သို့ မရှိမဖြစ်ပစ္စည်းများ အလှမ်းမီရရှိဖို့ လိုနိုင်ပါသည်။ အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနက ကူညီပေးရန် ရင်းမြစ်များစာရင်းတစ်ခု ပြုစုထားပါသည်။

အစားအစာ/ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ပစ္စည်းများ

- အိတ်ချ်အီးဘီ ကာဘ်ဆိုက် ([HEB Curbside](#))
 - အခကြေး - ပထမဆုံးအသုံးပြုသူများအတွက် အခမဲ့ဖြစ်သည်။ ဝန်ဆောင်မှုက အခမဲ့ သို့မဟုတ် ၄.၉၅ ဒေါ်လာဖြစ်သည်
- ဝေါ်လ်မာ့တ် ပစ်အပ် ([Walmart Pick-Up](#))
- ဖေဗာ ([Favor](#))
 - အခကြေး - အိမ်တိုင်ရာရောက် ပို့ဆောင်ခ ၇.၉၅ ဒေါ်လာဖြစ်ပြီး သီးသန့်ဈေးဝယ်ပေးခ ၄.၉၅ ဒေါ်လာဖြစ်သည်
- အင်စတာကာ့တ် ([Instacart](#))
 - အခကြေး - ပထမဆုံးအကြိမ် မှာကြားမှုအတွက် အခမဲ့ပို့ဆောင်ပေးပါသည်။ ၃၅ ဒေါ်လာထက်ပိုသည့် မှာကြားပါက ပို့ဆောင်ခ ၃.၉၉ ဒေါ်လာဖြစ်ပြီး ၃၅ ဒေါ်လာအောက်ဖြစ်ပါက ပို့ဆောင်ခ ၇.၉၉ ဒေါ်လာဖြစ်သည် (၄င်းတို့က ပစ္စည်းတစ်ခု၏ ဈေးနှုန်းပေါ်တွင် ၃% အခကြေး၊ ဝန်ဆောင်ခ ၅% နှင့် ဒရိုင်ဗာအတွက် အပိုကြေး ၅% လည်းကောက်ခံပါသည်)

အကယ်၍ သင်က ကားမောင်းပါက သို့မဟုတ် ပစ္စည်းများကို သွားယူပြီး သင့်အိမ်သို့ပို့ဆောင်ပေးနိုင်သည့် မိတ်ဆွေ၊ မိသားစု သို့မဟုတ် အိမ်နီးချင်းတစ်ဦးရှိပါက သို့မဟုတ် အစားအစာဝယ်ယူရန် အကူအညီလိုအပ်ပါက ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 512-972-6240 ကို ခေါ်ဆိုပါ။

ဆေးဝါး

- ဝေါ်လ်ဂရင်း ([Walgreens](#))
 - ပို့ဆောင်ခ - ၃၅ ဒေါ်လာထက်ပိုပြီးမှာကြားပါက အခမဲ့
- စီဗီအက်စ် ([CVS](#))
 - ပို့ဆောင်ခ - COVID-19 ကြောင့် နေရာအတော်များများက အခကြေး လျှော့ပေးပါသည်။
- အိတ်ချ်အီးဘီ ([HEB](#))
- ဝေါ်လ်မာ့တ် ([Walmart](#))
 - အခကြေး - ပုံမှန် ပို့ဆောင်မှု (အလုပ်ရက် ၅-၇ ရက်) အတွက် အခမဲ့၊ မှာပြီး ဒုတိယနေ့ ပို့ဆောင်ကြေး ၈ ဒေါ်လာ၊ ညတွင်းချင်း ပို့ဆောင်ကြေး ၁၅ ဒေါ်

အကယ်၍ သင်၏ဆေးဆိုင်တွင် အိမ်တိုင်ရာရောက်ပို့ဆောင်သည့် ရွေးချယ်စရာမရှိပါက ၎င်းတို့ထံတွင် ကားဖြင့်ဖြတ်မောင်းဝယ်ယူရန် နေရာတစ်ခု ရှိမရှိစစ်ပါ။ ဆေးဆိုင်ကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပြီး သင်၏ ဆေးဝါးဖြည့်တင်းမှုကို အခြားနေရာတစ်နေရာသို့ တစ်ကြိမ်တစ်ခါ သွားယူရန် လွှဲပြောင်းပေးနိုင် မပေးနိုင်သိရှိနိုင်ပါသည်။

ငွေကြေးဆိုင်ရာ

အချို့ဘဏ်များက ငွေပေးချေမှုများကို ရွှေ့ဆိုင်းပေးရန် သင့်နှင့်အတူလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။မေးခွန်းများရှိပါက သင်၏ဘဏ်ကို ကျေးဇူးပြု၍ ဆက်သွယ်ပါ။ အကယ်၍ အခြားရင်းမြစ်များအတွက် အကူအညီ သင်လိုချင်ပါက သင်၏ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးမော်နီတာအား လွှဲပြောင်းပေးရန် ကျေးဇူးပြု၍ တောင်းဆိုပါ။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အထောက်အပံ့

သင်၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များက အရေးပါလှပြီး သင်သည် စိုးရိမ်ပူပန်နေပါက သို့မဟုတ် ဝမ်းနည်းနေပါက အကူအညီရှိပါသည်။ သင်သည် စိုးရိမ်မှု နှင့် ပူပန်မှုများ၊ အိပ်ရခက်ခြင်းများ၊ အလွန်အကျွံစားခြင်း သို့မဟုတ် မစားနိုင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဝမ်းနည်းပြီး စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းမှု ခံစားနေရနိုင်ပါသည်။ သင့်ထံတွင် ယင်းတို့ထဲမှ သွင်ပြင်လက္ခဏာတစ်ခုခုရှိပါက ကျေးဇူးပြု၍ အောက်ပါတို့ထံ ဆက်သွယ်ပါ -

- ၂၄ နာရီ အင်တီဂရယ် စောင့်ရှောက်ရေး (Integral Care) အကျပ်အတည်း အရေးပေါ်ဟော့တ်လိုင်း - 512-472-HELP (4357)
- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နာမကျန်းမှုများအတွက် အမျိုးသားမဟာမိတ် (National Alliance) အကူအညီဖုန်းလိုင်း - 1-800-950-NAMI (6264) သို့မဟုတ် NAMI အား 741741 တွင် စာမက်ဆွဲချပို့ပါ
 - တနင်္လာနေ့ - သောကြာနေ့ နံနက်၁၀:၀၀ နာရီ - ညနေ၆:၀၀ (အရှေ့ပိုင်း အချိန်)
- နိုင်ငံသားမိမိကိုယ်ကို သတ်သေမှုကာကွယ်တားဆီးရေး ဘဝအသက် ဖုန်းလိုင်း(National Suicide Prevention Lifeline)- 1-800-273-8255

အကယ်၍ သင့်ထံတွင် ထပ်ဆောင်းစိတ်ပူစရာများ သို့မဟုတ် မေးခွန်းများရှိပြီး အမှုကိုင်မန်နေဂျာတစ်ဦးနှင့် နောက်ဆက်တွဲလိုက်လိုပါက သင်၏ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးမော်နီတာအား ကျေးဇူးပြု၍ အသိပေးပါ။

စိတ်ကျန်းမာရေး

တက္ကဆက် ကျန်းမာရေး နှင့် လူသားရေးရာ ဝန်ဆောင်မှုများက ကိုဗစ် - ၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကြီးကြောင့် စိတ်သောကရောက်မှု၊ စိတ်ဖိစီးမှု သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများကို တွေ့ကြုံခံစားနေရသည့် တက္ကဆက် ပြည်နယ်သူပြည်နယ်သားများကို ကူညီရန် ၂၄ နာရီ ၇ ရက် (၂၄/၇) ပြည်နယ်တစ်ဝှမ်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး အထောက်အပံ့ လိုင်းကို စတင်ခဲ့ပါသည်။

အဆိုပါ ရင်းမြစ်အသစ်က တက္ကဆက် ပြည်နယ်သူပြည်နယ်သားများအားလုံးအတွက် ကိုဗစ် - ၁၉ နှင့်ဆက်စပ်သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအထောက်အပံ့များ ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။ လူအများအနေဖြင့် ပြည်နယ်တစ်ဝှမ်းလုံးဆိုင်ရာ ကိုဗစ် - ၁၉ စိတ်ကျန်းမာရေး အထောက်အပံ့လိုင်းကို တစ်ပတ်လျှင် ၇ ရက်၊ တစ်ရက်လျှင် ၂၄ နာရီဖြင့် အဝေးခေါ်အခမဲ့ ဖြင့် ဖုန်းနံပါတ် 833-986-1919 တွင် ခေါ်ဆိုနိုင်ပါသည်။

အိမ်နေ ဖျော်ဖြေရေးဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ

အော်စတင် ပြည်သူ့စာကြည့်တိုက်၏ အယောင်စာကြည့်တိုက်

အော်စတင် ပြည်သူ့စာကြည့်တိုက်တွင် “အယောင်စာကြည့်တိုက်” တစ်ခုရှိပြီး သင်က ယင်းနေရာတွင် အီးစာအုပ်များ၊ အီး အော်ဒီယိုစာအုပ်များ၊ မဂ္ဂဇင်းများ၊ ရုပ်ရှင်များ နှင့် တေးဂီတများကို ဒေါင်းလုတ်လုပ်ပါက သင်၏ကွန်ပျူတာ သို့မဟုတ် မိုဘိုင်းကိရိယာပေါ်မှနေပြီး ၂၄/၇ စာဖတ်၊ နားထောင်၊ ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များရရှိရန် library.austintexas.gov/virtual တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အိမ်တွင်း အော်စတင် ISD လေ့လာသင်ယူမှု

အိမ်တွင်း အော်စတင် ISD လေ့လာသင်ယူမှုက ကျောင်းသား/သူများအနေဖြင့် မိမိဖာသာ သို့မဟုတ် မိသားစုဝင်များ၊ သို့မဟုတ် အခြား အရွယ်ရောက်ပြီးသူများဖြင့် အလုပ်လုပ်နိုင်မည့် အွန်လိုင်း နှင့် အော့ဖ်လိုင်း (အွန်လိုင်းမဟုတ်) လှုပ်ရှားမှုများအတွက် အကြံဉာဏ်အမျိုးမျိုး ထည့်သွင်းရန် ရွေးလိုကရွေးနိုင်သည့် ရင်းမြစ်များ ပေးအပ်ပါသည်။ ထပ်ဆောင်းရင်းမြစ်များကို ထပ်ထည့်ပေးပါမည်၊ ကျေးဇူးပြု၍ အခါအားလျော်စွာ ပြန်စစ်ဆေးပါ။ အလှမ်းမီရရှိရန် <https://sites.google.com/austinisd.org/aisd-learning-at-home> တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

UT ဇီဝမျိုးကွဲ စင်တာ

ပယ်ရီဂရင်း သိန်းငှက် အမ တစ်ကောင် နေထိုင်နေပြီး အမည်ပြောင် “တာဝါ မိန်းကလေး” ဟုခေါ်သည့် UT ဇီဝမျိုးကွဲ စင်တာတွင် UT တာဝါကို စောင့်ကြည့်ရန် အချိန်ပြည့် ရိုက်ကူးနေသည့် သိန်းငှက်မျက်လုံး ကင်မရာ တပ်ဆင်ထားပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် biodiversity.utexas.edu/resources/falcon-cam တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

ဂူဂယ် အနုပညာ နှင့် ယဉ်ကျေးမှု

ဂူဂယ်လ် အနုပညာ နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဌာနတွင် ပြတိုက်များ နှင့် အထိမ်းအမှတ် နာမည်ကြီးနေရာများကို ၃ ဖက်မြင် (3D) ပုံစံဖြင့် စူးစမ်းလေ့လာရန် အယောင် စုဆောင်းထားမှုတစ်ခု ရှိပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် artsandculture.google.com/project/openheritage တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

မောန်တယ်ရီး ဘေး ငါးပြတိုက် (Monterrey Bay Aquarium)

Monterrey Bay Aquarium တွင် သန္တာကျောက်တန်းများ၊ ဂျယ်လီငါးများ နှင့် ပင်ဂွင်းများအပါအဝင် သမုဒ္ဒရာ အတွေ့အကြုံအမျိုးမျိုးကို ကြည့်ရှုရန် အချိန်ပြည့်ရိုက်နေသည့် ကင်မရာ ဆယ်လုံး တပ်ထားပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် monterreybayaquarium.org/animals/live-cams တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

စမစ်သ်ဆိုးနီးယမ်း နိုင်ငံတော် တိရိစ္ဆာန်ရုံ (Smithsonian National Zoo)

Smithsonian National Zoo တွင် ကိုယ်လုံးတီး တွင်းကြွက်များ၊ ခြင်္သေ့များ၊ ပင်ဒါအကြီးကြီးများ နှင့် ဆင်များကို ကြည့်ရှုရန် အချိန်ပြည့်ရိုက်နေသည့် ကင်မရာ လေးလုံး တပ်ဆင်ထားပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် nationalzoo.si.edu/webcams တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

စမစ်သ်ဆိုးနီးယမ်း နိုင်ငံတော် သဘာဝသမိုင်းပြတိုက် (Smithsonian National Museum of Natural History)

Smithsonian National Museum of Natural History တွင် ၎င်းတို့၏ လက်ရှိပြသချက်များအတွက် အယောင်လေ့လာရေး ခရီးများ (Virtual tours) ရှိပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် naturalhistory.si.edu/visit/virtual-tour/current-exhibits တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

စမစ်သ်ဆိုးနီးယမ်း အင်စတီကျု (Smithsonian Institute)

Smithsonian Institute တွင် ကလေးများအတွက် အွန်လိုင်း ရင်းမြစ်များ ရှိပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် www.si.edu/kids တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

စကိုလာစ်တစ် (Scholastic)

Scholastic က ကလေးများအတွက် အိမ်တွင်း လေ့လာရေးဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ ကမ်းလှမ်းထားပါသည်။ ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန်အတွက် classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းများအတွက် သတင်းအချက်အလက်များ

အိမ်တွင်နေ - ဘေးကင်းစွာအလုပ်လုပ်ရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာ

အိမ်တွင်နေ - ဘေးကင်းစွာအလုပ်လုပ်ရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာတစ်ခုကို ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၄ ရက်နေ့ ည ၁၁:၅၉ နာရီမှ စတင်သက်ရောက်ပြီး ၂၀၂၀ ခုနှစ် ဧပြီလ ၁၃ ရက်နေ့အထိ တည်သည့် ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာအရ COVID-19 ရောဂါ ဆက်လက်ပျံ့နှံ့ခြင်းမှကာကွယ်ရန် မလုပ်မဖြစ်လှုပ်ရှားမှုများနှင့် မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများမှလွှဲပြီး မြို့သူမြို့သားများအား အိမ်တွင်နေရန် လိုအပ်စေပါသည်။

ယခု အမိန့်ကြော်ငြာစာအောက်တွင် မလုပ်မဖြစ်မဟုတ်သည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း နှင့် လည်ပတ်မှုများအားလုံးကို ရပ်တန့်ရမည်။ မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နှင့် မလုပ်မဖြစ်လှုပ်ရှားမှုများမှလွှဲပြီး အော်စတင်မြို့တော်အတွင်း အဆောက်အအုံတစ်ခုရှိသည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ သို့မဟုတ် လည်ပတ်မှုများအားလုံးအနေဖြင့် အနည်းဆုံး အခြေခံလည်ပတ်မှုမှလွှဲပြီး မြို့တော်အတွင်းတည်ရှိသော အဆောက်အအုံဌာနများရှိ လှုပ်ရှားမှုများအားလုံးကို ရပ်တန့်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏အိမ်များမှ လှုပ်ရှားမှုများဆောင်ရွက်သည့် (အိမ်မှ အလုပ်လုပ်ခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်) ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် ကန်ထရိုက်တာများ သီးသန့်ပါဝင်သည့် လည်ပတ်မှုများကိုလည်း ဆက်လုပ်နိုင်ပါသည်။

မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများသည် လူမှုရေးအရခပ်ခွဲခွာနေရမည့် လိုအပ်ချက်အတိုင်း လိုက်နာရပါမည်။

တင်းကျပ်ခြင်း နှင့် လိုက်နာခြင်း

အခြေခံအာရုံစိုက်မှုမှာ ရောဂါပျံ့နှံ့မှုကို ရပ်တန့်ရာတွင်ကူညီရန် ပညာပေးခြင်း၊ ဆန္ဒအလျောက် လိုက်နာခြင်းနှင့် တစ်ဦးချင်း တာဝန်ယူခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

အော်စတင်မြို့တော် ဥပဒေ၊ မီးသတ်နှင့်ရဲဌာနတို့သည် ဤအမိန့်ကြော်ငြာစာကိုချိုးဖောက်သည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအကြောင်း တိုင်ကြားချက်များကို တုံ့ပြန်ပါသည်။ ထပ်တလဲလဲကျူးလွန်သူများအနေဖြင့် တစ်ကြိမ်ကျူးလွန်တိုင်း အမြင့်ဆုံး ငွေဒဏ် ဒေါ်လာ ၁၀၀၀ နှင့် ထောင်ဒဏ် ရက် ၁၈၀ သို့မဟုတ် နှစ်စုစလုံး ကျခံရနိုင်ပါသည်။

တက္ကဆက်ပြည်နယ် တက္ကသိုလ်မှ [နောက်ဆုံးပေါ်စံပြဒေတာ](#) အရ ရောဂါပျံ့နှံ့ခြင်းကို လျှော့ချရန် အော်စတင်မြို့တော်အနေဖြင့် ၂၀၂၀ ခုနှစ် မေလ အကုန်တွင် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းကို ၉၀% တိုင်းတာရသည်အထိ တိုးမြှင့်ရပါမည်။ မြို့တော်နေ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးသည် အော်စတင်လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းထံမှ လိုက်နာမှုအပေါ်မူတည်ပါသည်။

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းများ နှင့် ယင်းသို့သောအလုပ်မျိုးများအတွက် ညွှန်ကြားချက်

အောက်ပါ ဇယားက စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းများ၊ ယင်းသို့သောစီးပွားရေးအမျိုးအစားများ နှင့် အထူးလုပ်ငန်းများအတွက် ရှင်းလင်းချက်ကို တတ်နိုင်သလောက် အတိုင်းအတာအထိ ပေးအပ်ပါသည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုစီအနေဖြင့် ပေးအပ်ထားသည့် လမ်းညွှန်အပေါ် အခြေပြုပြီး မရှိမဖြစ်ဟုသတ်မှတ်သောအရာများကို ဆုံးဖြတ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ အော်စတင်မြို့တော်က ပုဂ္ဂလိကစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအား ယခုအချိန်အတောအတွင်း ၎င်းတို့၏ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအနေဖြင့် ဆက်ဖွင့်သင့်မသင့် သို့မဟုတ် ပိတ်ထားသင့်မသင့် ဆိုသည့် ဥပဒေရေးရာအကြံဉာဏ်များ မပေးပါ။

အဓိပ္ပါယ်သတ်မှတ်ချက်များ

အနိမ့်ဆုံး အခြေခံ လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုများ

၎င်းတို့၏အိမ်မှ လုပ်ငန်းများ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်သည့် (ဆိုလိုသည်မှာ အိမ်မှ အလုပ်လုပ်သည့်) သို့မဟုတ် ဥပဒေအရ မပြင်မဖြစ်ပြင်ရမည့် လှုပ်ရှားမှုများတွင်း ထောက်ကူရန် လိုအပ်ချိန်၊ သို့မဟုတ် မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း၊ အစိုးရ လုပ်ငန်းဆောင်တာ သို့မဟုတ် အရေးကြီးသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံကို တိုးမြှင့် လုပ်ကိုင်ရန် ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် ကန်ထရိုက်တာများ သီးခြားရှိသည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအနေဖြင့် လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုများ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။

မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ

သတ်မှတ်ထားသည့် [အမိန့်ကြော်ငြာစာအတွင်းရှိ မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ \(PDF\)](#) စာရင်းကို ကြည့်ရှုပါ။

အရေးကြီးသည့် အခြေခံ အဆောက်အအုံ

အော်စတင် မြို့တော်တွင်းရှိ လုံခြုံရေး၊ အစိုးရလုပ်ငန်း၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး၊ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး နှင့် စီးပွားရေးလုံခြုံမှု အတွက် အသက်ပါသည့် ပြည်သူပိုင် နှင့် ပုဂ္ဂလိက ဌာနများအားလုံး။

လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်း

အခြားသူများထံမှ အနည်းဆုံး ၆ ပေ အကွာအဝေးတွင် ဆက်နေပါ။

မရှိမဖြစ် အစိုးရ လုပ်ငန်းဆောင်တာများ

အစိုးရ အေဂျင်စီများ၏ လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုများ ဆက်လက်နေကြောင်း သေချာစေရန် နှင့် ပြည်သူလူထု၏ ကျန်းမာရေး၊ လုံခြုံရေး နှင့် ကျန်းမာရွှင်လန်းရေး ပံ့ပိုးပေးသည့် ပြည်သူလူထု နှင့် အေဂျင်စီများအားလုံး၏ ကျန်းမာရေး၊ လုံခြုံရေးနှင့် ကျန်းမာရွှင်လန်းရေး ပံ့ပိုးပေးရန်အတွက်လိုအပ်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများအားလုံး။ အစိုးရအဖွဲ့တစ်ခုစီအနေဖြင့် ၎င်း၏ မရှိမဖြစ် အစိုးရလုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ဆုံးဖြတ်သင့်ပြီး ယင်းလုပ်ငန်းဆောင်တာများကို လုပ်ဆောင်ရန် ဝန်ထမ်းများ နှင့်/သို့မဟုတ် ကန်ထရိုက်တာများကို ခွဲခြားသတ်မှတ်သင့်ပါသည်။ တတ်နိုင်သည့် အတိုင်းအတာအထိ မရှိမဖြစ် အစိုးရလုပ်ငန်းဆောင်တာများအနေဖြင့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေရန် လိုအပ်ချက်များဖြင့် ကိုက်ညီအောင် လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။

လမ်းညွှန်

အလုပ်ခွင် နှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအတွက် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းဆိုင်ရာ လမ်းညွှန်

- မလုပ်မဖြစ်မဟုတ်သည့် ဝန်ထမ်းခရီးသွားလာခြင်းကို ဆိုင်းငံ့ရန်။

- မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများအတွက် အနီးကပ်လုပ်ဆောင်မှု ပေးအပ်ရန်လိုအပ်သည်မှ လွဲပြီး ဝန်ထမ်းများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အကြား ခြောက် (၆) ပေအတွင်း အလုပ်လုပ်ခြင်းကို တားမြစ်ပါသည်။ လူကိုယ်တိုင်တက်ရောက်ရသည့် အစည်းအဝေးများ နှင့် ကွန်ဖရင့်များကို တတ်နိုင်သလောက် နည်းပါးစေခြင်း သို့မဟုတ် ဖျက်သိမ်းခြင်းပါဝင်ပါသည်။
- ဝန်ထမ်းများ နာမကျန်းဖြစ်နေပါက အိမ်တွင်နေရန်လိုအပ်စေပြီး နာမကျန်းခွင့် အကျိုးခံစားခွင့်များကို အများဆုံးပြောင်းလဲလွယ်အောင်လုပ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နာမကျန်းဖြစ်နေသော ဝန်ထမ်းများကို ဆရာဝန်မှတ်ချက်တစ်ခုမပါပဲအိမ်တွင်နေရန်ခွင့်ပြုပေးပါ။
- လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ထိတွေ့ဆက်ဆံခြင်းကို နည်းနိုင်သမျှနည်းစေရန် တယ်လီဖုန်းဖြင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်သည့် ရွေးချယ်စရာများကို အသုံးပြုပါ။
- ဝန်ထမ်းများအတွက် အချိန်ဇယားများကို လွှဲပြောင်းပေးပါ သို့မဟုတ် မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများအတွက် အနီးကပ်လုပ်ဆောင်မှု ပေးအပ်ရန်လိုအပ်သည်မှလွဲပြီး ဝန်ထမ်းအားလုံး တစ်ချိန်တည်း၌ တစ်နေရာတည်းတွင်ရှိနေမည်မဟုတ်ပါ။

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး ဌာနများ နှင့် ကျောင်းများအတွက် လမ်းညွှန်

[COVID-19 တုံ့ပြန်ရေးကာလအတွင်း အော်စတင်-ထရာဗစ်ကောင်တီအတွင်း လုပ်ငန်းလည်ပတ်နေသော ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းများအတွက် လမ်းညွှန် နှင့် တိုက်တွန်းအကြံပြုချက် အပြည့်အစုံကို ဤနေရာတွင် ကြည့်ရှုပါ။](#)

- အကယ်၍ သင်၏ကလေးဖျားနာနေပါက ကျောင်း သို့မဟုတ် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးသို့ မသွားပါစေနှင့်။
- အကယ်၍ သင့်ထံတွင် နာတာရှည်ရောဂါအခြေခံရှိသော ကလေးတစ်ဦးရှိပါက ကျောင်းနှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးသို့ တက်ရောက်ရန်နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင့်ကလေး၏ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ပါ။
- တစ်ကိုယ်ရည် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးလုပ်ဆောင်မှုများ (လက်ဆေးခြင်း၊ စသဖြင့်) နှင့်စပ်လျဉ်းပြီး ကျောင်းသားကျောင်းသူများ နှင့် ဝန်ထမ်းများအား မကြာခဏ ပညာပြန်ပေးခြင်း နှင့် သင့်တော်သည့်ဆိုင်ဘုတ်များ ထောင်ထားကြောင်း သေချာအောင်လုပ်ခြင်း။
- ကျောင်းများ နှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများအနေဖြင့် အခန်းအားလုံးကို လက်သန့်စင်ဆေးများ နှင့် တစ်ရှူးများဖြင့် ဖြည့်ပေးထားသင့်သည်။
- ဆက်လက် သင်ကြားမှုရရှိရန် အဝေးရောက်သင်ကြားရေး နှင့် အွန်လိုင်း ရွေးချယ်စရာများကို ရှာဖွေပါ။
- ကျောင်းများအနေဖြင့် မြို့တော်တစ်ဝှမ်း ကျောင်းပိတ်ထားခြင်းများအတွက် စီမံကိန်းတစ်ခု တည်ထောင်ပြီး မိသားစုများအနေဖြင့် ကျောင်းပိတ်နိုင်ချေ အတွက် ပြင်ဆင်မှုအပါအဝင် အလိုက်သင့်အလျားသင့် ပြင်ဆင်ထားသင့်ပါသည်။
- ကလေးများအနေဖြင့် အုပ်စု တစ်ခုမှတစ်ခုသို့ မပြောင်းသင့်ပါ။
- ကလေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူများအနေဖြင့် ကလေးအုပ်စုတစ်ခုတည်းဖြင့် လုံးဝဥသုံးဆက်လက်နေသင့်ပါသည်။

ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးဌာနများအတွက် ရင်းမြစ်များ -

အကယ်၍ သင်သည် အထောက်အပံ့များလိုအပ်နေပါက [ဤပုံစံကို ဖြည့်ပါ။](#) အော်စတင်-ထရာဗစ်ကောင်တီအတွင်း ရှိနေစဉ် COVID-19 ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး တာဝန်အဖွဲ့က သင်လိုအပ်သည့် အထောက်အပံ့များအားလုံး သင်ရရှိနိုင်မည်ဟု အာမခံနိုင်ပါ။ အော်စတင်မြို့တော် နှင့် တာဝန်အဖွဲ့ အပေါင်းအပါများက ယင်းလိုအပ်ချက်များပြည့်မီအောင် ကူညီဖို့ကြိုးစားရန် ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်နိုင်သလောက်လုပ်ပါမည်။

အော်စတင်/ထရာဗစ် ကောင်တီ COVID-19 ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး တာဝန်အဖွဲ့က ကလေးစောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူများအတွက် ဝက်ဘ်နာ တစ်ခုကို ၂၅/၃/၂၀၂၀ တွင် အိမ်ရှင်အနေဖြင့် ပြုလုပ်ပေးခဲ့ပါသည်။ ယင်းဝက်ဘ်နာပေါ်မှ ထောက်ပံ့ပစ္စည်းများကို အောက်ပါနေရာများတွင် အလှမ်းမီ ရရှိနိုင်ပါသည် -

- [ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးအပ်သူများအတွက် တာဝန်ကျအဖွဲ့၏ ၂၅/၃/၂၀၂၀ ဝက်ဘ်နား ရီကောဒင်း](#)
- [ကလေးစောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူများအတွက် တာဝန်ကျအဖွဲ့၏ ၂၅/၃/၂၀၂၀ မှ ဆလိုက်များ](#)

COVID-19 နှင့် ဆက်စပ်သည့် အော်စတင်မြို့တော်အတွင်း စောစီးသည့်ကလေးဘဝဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ နှင့် ရင်းမြစ်များရရှိရန်အတွက် [ပေါ်တယ်လ် ၆ ခုဖြင့် အောင်မြင်မှု](#) ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

အလုပ်သမားအင်အား ဖြေရှင်းချက်များ မြို့တော်ဧရိယာ - ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအကြောင်းဆိုင်ရာ အထွေထွေ အချက်အလက်များ သို့မဟုတ် မေးခွန်းများရှိပါက ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် (512-597-7191) ကို ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် providerservices@wfscapitalarea.com သို့ အီးမေးလ် ပို့ပါ။

COVID-19 ကာလအတွင်း မလုပ်မဖြစ် အလုပ်သမားများ၏ ကလေးများအတွက် စောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်ရန်အတွက် ဤဖောင်ပုံစံကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖြည့်ပါ။

ကျွန်ုပ်တို့က သင်၏ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုအတွက် စာရင်းပြုစုထားသည့် အချက်အလက်အတိအကျကို ရှေ့တန်း ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး ရရှိနိုင်မှု ပေါ်တယ် (Frontline Child Care Availability Portal) အတွင်း ထုတ်ဝေလိုသော်လည်း ဤပုံစံသည် စည်းကမ်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်တစ်ခုမဟုတ်ပါ။ စောင့်ရှောက်မှုပေးအပ်သူ အတော်များများက ပေါ်တယ်ကိုအလှမ်းမှီရယူရာတွင် စိန်ခေါ်မှုများ ရင်ဆိုင်ခဲ့ရသည်။ လော့ဂ်အင် ဝင်ချိန်၌ အကယ်၍ သင့်ထံတွင် ပြဿနာတစ်ခုခု ရှိပါက ပထမဆုံးအကြိမ် မည်သို့ လော့ဂ်အင်ဝင်ရပုံဆိုင်ရာ ညွှန်ကြားချက်များကို တွေ့ရှိရန် ကျေးဇူးပြု၍ **ဤလင့်ခ်** အတွင်း ကျေးဇူးပြု၍ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။

ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးအပ်သူများအတွက် ၎င်းတို့၏ ဌာနများအတွင်း တင်ရန် ဖြန့်ဝေစာရွက်များကို **လူထုအတွက် ရင်းမြစ်များ စာမျက်နှာ** တွင် ကြည့်ရှုပါ။

အကယ်၍ သင်၏ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး စင်တာများ/အိမ် နှင့်ပတ်သက်ပြီး ပြောင်းလဲမှုတစ်ခုခုရှိပါက **ဤနေရာရှိ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေး စည်းမျဉ်းများ (လိုင်စင်ယူခြင်း)တွင် ချက်ချင်း ပြင်ဆင်ပါ။**

- **COVID-19 နှင့်ပတ်သက်ပြီး ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးအပ်သူများအတွက် လမ်းညွှန်။**
- ကလေးစောင့်ရှောက်မှု ပေးအပ်သူများ၏ COVID-19 နှင့်ဆက်စပ် မေးခွန်းများကို **အနိမ့်ဆုံး အဆင့်အတန်းဆိုင်ရာ စာတိုက်ပုံး သို့ msc@hpsc.state.tx.us မှ သို့မဟုတ် DSHS ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်အတွက် ဖုန်းခေါ်ဆိုရေးစင်တာသို့ ဖုန်းနံပါတ်- 1-877-570-9779 တွင်** လမ်းညွှန်ပေးပို့နိုင်ပါသည်။

ကုန်စုံပစ္စည်းစတိုးဆိုင်များ၊ ဆေးဆိုင်များ နှင့် အရက်ရောင်းသည့် စတိုးဆိုင်များအတွက် လမ်းညွှန်

- စတိုးဆိုင် အတွင်း နှင့် အပြင်တွင် တန်းစီနေသည့်လှိုင်းတွင်းရပ်နေသူများအကြား အနည်းဆုံးအကွာအဝေး ၆ ပေ ရှိရန် လိုအပ်သည့် ထိန်းချုပ်မှုကို တည်ထောင်ပါ။
- ထိန်းချုပ်မှုများတွင်း လူတိုင်း ဈေးဝယ်သည့်လှိုင်းတစ်ခုဆောင်ရန် လိုအပ်စေခြင်း နှင့် ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် အမှတ်အသားများချထားခြင်းပါဝင်ပြီး ယင်းတို့သာဟု ကန့်သတ်ထားပါ။
- လက်လီရောင်းချသည့်ဆိုင်များအား အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်ရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါသည် -
 - ကားဖြင့်ဖြတ်မောင်း ဝယ်ယူခြင်း၊ လမ်းဘေးပလက်ဖောင်းတွင် ချထားပေးခြင်း၊ သို့မဟုတ် အိမ်တိုင်ရာရောက်ပို့ဆောင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ အသုံးပြုခြင်းကို မြှင့်တင်ရန်။
 - အချိန်တစ်ချိန်တွင် စတိုးဆိုင်တစ်ခုအတွင်း ခွင့်ပြုသည့် ဖောက်သည်အရေအတွက်ကို ထိန်းချုပ်ရန် သို့မဟုတ် ကန့်သတ်ရန်။
 - တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခြောက် (၆) ပေ အကွာအတွင်း အလုပ်လုပ်သည့် ဝန်ထမ်းအရေအတွက်ကို တတ်နိုင်သလောက်လျှော့ချရန်။
 - လက်ဆေးနိုင်သည့် စွမ်းဆောင်ရည်၊ လက်သန့်စင်ဆေးများ နှင့် တစ်ရှူးများ ပေးအပ်ရန်
 - ကောင်တာစားပွဲများ၊ တံခါ လက်ကိုင်ဖုန်းများ နှင့် လက်ရန်းများကဲ့သို့သော အထိများသည့် မျက်နှာပြင်များကို မကြာခဏသန့်ရှင်းရန်။

ကုန်စုံစတိုးဆိုင်တွင် တင်ထားရန်အတွက် ဒေါင်းလုတ်ယူနိုင်သည့် ဖြန့်ဝေစာရွက်

အလုပ်ရှင်များအတွက် လမ်းညွှန်

ဆက်လက် လည်ပတ်နေသေးသော အလုပ်ခွင်များအတွက် CDC မှ တိုက်တွန်းအကြံပြုချက်များအတိုင်း လိုက်နာပါ။

CDC ၏ အလုပ်ခွင် လမ်းညွှန်

အလုပ်သို့ပြန်လာရန် ဝိသေသများ

နာမကျန်းဖြစ်နေသူများအတွက် အချက်အလက်များ စာမျက်နှာ ပေါ်တွင် အထူးပြသထားသော ဝိသေသများကို ကျေးဇူးပြု၍ ကြည့်ရှုပါ။

ဝန်ထမ်းများအတွက် လမ်းညွှန်

အောက်ပါ ဝိသေသများနှင့် ကိုက်ညီပြီး မိမိဖာသာ စောင့်ကြည့်နေပါက အလုပ်သို့ပြန်မလာဖြစ်အောင် နေပါ။

- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် CDC မှ “ရောဂါထူပြောသောနေရာ” တစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသော ဧရိယာတစ်ခုသို့ သွားလာခဲ့ပါက။
- ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အသက်ရှူရခက်ခြင်း သို့မဟုတ် လည်ချောင်းနာခြင်း ကဲ့သို့သော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ကူးစက်ရောဂါတစ်ခု၏ လက္ခဏာများ နှင့် သွင်ပြင်များ သင့်ထံတွင်ရှိပါက။
- အဖျား ၉၉.၆ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက် ထက်မြင့်ပါက။
- လွန်ခဲ့သော ၁၄ ရက်အတွင်း ကိုဗစ် - ၁၉ ရှိသည်ဟု အသေအချာ ရောဂါအမည်တပ်ခံထားရသူတစ်ဦးနှင့် ထိတွေ့ခဲ့ပြီး ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်တားဆီးရေး စင်တာများ (CDC) မှ ဒီဇိုင်းထုတ်ထားသော သင့်တော်သည့် တစ်ကိုယ်ရေ ကာကွယ်ရေး ကိရိယာတစ်ခု မဝတ်ဆင်ခဲ့ပါက။
- သင်သည် ကိုဗစ် -၁၉ အတွက် စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုအောက်တွင်ရှိပါက သို့မဟုတ် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ နာမကျန်းဖြစ်မှုတစ်ခုဖြင့် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေပါက။

အလုပ်သို့ ပြန်လာရန် ဝိသေသများ

[နာမကျန်းဖြစ်နေသူများအတွက် အချက်အလက်များ စာမျက်နှာ](#) ပေါ်တွင် အထူးပြသထားသော ဝိသေသများကို ကျေးဇူးပြု၍ ကြည့်ရှုပါ။

စားသောက်ဆိုင်များ နှင့် ဘားများအတွက် လမ်းညွှန်

- အစားအသောက်ဆိုင်များအနေဖြင့် လူထုသို့ဖွင့်ပေးထားသော ဆိုင်တွင်း နှင့် ဆိုင်ပြင် ရှိ အများစားသောက်သည့် ဧရိယာများကို ပိတ်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။
- လူတစ်ဦးချင်းစီအကြား ထိတွေ့မှုကိုကန့်သတ်ရန် အစားအသောက်ဆိုင်များအနေဖြင့် အိမ်သို့သယ်ယူခြင်း၊ ထိတွေ့မှုမရှိသည့် အိမ်တိုင်ရာရောက် ပို့ဆောင်ခြင်း၊ ကားဖြတ်မောင်း ဝယ်ယူခြင်း၊ သို့မဟုတ် လမ်းဘေး ပလက်ဖောင်းတွင် ပစ္စည်းယူခြင်း တို့ကို အားပေးသင့်သည်။
- ဘားများအား ဆိုင်တွင်း နှင့် ဆိုင်ပြင် အများသောက်စားသည့် ဘားနေရာများကို ပိတ်ထားရန် အမိန့်ထုတ်ထားပြီး ဘားပရဝုဏ်အတွင်း မှာယူ စားသောက်မှုအားခွင့်ပြုခြင်းကို တားမြစ်ပါသည်။
- ဝင်ရောက်ယူငင်ရုံ နှင့် အိမ်တိုင်ရာရောက်ပို့ဆောင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများဖြင့် အကူးအပြောင်းလုပ်နေသည့် ဒေသတွင်းစားသောက်ဆိုင်များကို ထောက်ပံ့မှုအနေဖြင့် အော်စတင် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးက [လူတင်သည့် ယာယီဇုန်များ တည်ထောင်နေပါသည်။](#) စားသုံးသူများ ယူငင်ရန်အတွက် ဇုန်များ၏တည်နေရာများကို ကြည့်ရှုရန် ၎င်းတို့၏ [အွန်လိုင်း မြေပုံ](#) ကို ကြည့်ပါ။

ဒေါင်းလုတ် လုပ်နိုင်သည့် ဖြန့်ဝေစာရွက်များအတွက် [လူထုအတွက် ရင်းမြစ်များ](#) ကိုကြည့်ရှုပါ။

ဆောက်လုပ်ရေးဆိုင်ရာ စက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းများအတွက် လမ်းညွှန်

၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၃၁ ရက်နေ့တွင် မြို့တော်ဝန် Greg Abbott က ကိုဗစ် - ၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါအချိန်အတွင်း အချို့သော ကန့်သတ်ချက်များနှင့် ခွင့်ပြု သောလုပ်ငန်းများအတွက် ပြည်နယ်တစ်ဝှမ်း တာသမတ်တည်း ချဉ်းကပ်မှုတစ်ခုပေးအပ်သည့် အထူး အမိန့်ကြော်ငြာစာ နံပါတ် No. GA-14 (“အထူး အမိန့်ကြော်ငြာစာ”) ကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။

အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာအောက်တွင် ခွင့်ပြုသည့် ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်း အမျိုးအစားများ

မြို့တော်ဝန်၏ ၂၀၂၀ ခုနှစ်၊ မတ်လ ၃၁ ရက်နေ့ အထူးအမိန့်ကြော်ငြာစာ (No. GA-14) အတွင်း ခွင့်ပြုခဲ့သော ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများအားလုံးကို ခွင့်ပြုပါသည်။ မြို့တော်အနေဖြင့် စီးပွားဖြစ် သို့မဟုတ် လူနေအိမ် ဆောက်လုပ်ရေး ပရောဂျက်များကို တားမြစ်မည် မဟုတ်တော့ပါ။

ဆောက်လုပ်ငန်း လုပ်ငန်းအားလုံးအတွက် အလုပ်ရှင်ဖက်မှ လိုအပ်ချက်များ

အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာ၏ ပြသချက် အေ နှင့် ဘီ တွင်းရှိ အကွာအဝေးတစ်ခု ခြားထားရန်လမ်းညွှန်များ နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်လျော်ညီသော အလုပ်ခွင် အလေ့အထ ပေါ်မှ ထပ်ဆောင်းပြီး မည်သည့်အချိန်တစ်ခုမဆိုအတွင်း တက်ကြွလုပ်ကိုင်သည့် အလုပ်သမား ၁၀ ဦးအထက်ရှိသည့် မြို့တော်အတွင်းရှိ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းများအားလုံးအတွက်၊ ဆိုက်တစ်ခုလုံးအတွက် တာဝန်ရှိသူ (“ဆိုက် မန်နေဂျာ”) အနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို လုပ်သင့်ပါသည် -

- ဆိုက်အတွင်း ယင်းနေရာတွင် အလုပ်လုပ်နေသူအားလုံး နားလည်နိုင်မည့် ဘာသာစကားများဖြင့် ယင်းနေရာတွင် အလုပ်လုပ်သော အဖွဲ့ဝင်များ၏ ပမာဏအရေအတွက်များ နှင့် အမျိုးအစားများကို ပြသသည့် အသိပေးချက်တစ်ခု နှင့် အဖွဲ့ဝင်အရေအတွက်များကို မန်နေဂျာမှ မည်သို့ ကန့်သတ်နေပုံ နှင့် အဆိုင်းများ လည်ပတ်ပုံဆိုင်ရာ ဦးတည်ချက်များကို တင်ထားရမည်။
- နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အလုပ်မစတင်မီ အလုပ်သမားတစ်ဦးစီ၏ အထွေထွေကျန်းမာရေးအခြေအနေအတွက် အလုပ်သမားများ နားလည်သဘောပေါက်သည့် အလုပ်ခွင်တွင်း ကြိုတင် စစ်ချစ်ဆေးမှုတစ်ခု လုပ်ဆောင်ပါ။
- ဆိုက်တွင်းရှိ အလုပ်သမား ၁၅ ဦးစီတိုင်းအတွက် ဆပ်ပြာ သို့မဟုတ် လက်သန့်စင်ဆေး ပေးထားသည့် လက်ဆေးရန် နေရာ အနည်းဆုံး တစ်ခုရှိကြောင်း သေချာပါစေ။
- အများသုံး ရေအေးပေးစက် အသုံးပြုခြင်းကို တားမြစ်ပါ။
- မျှဝေသုံးစွဲသည့်တန်ဆာပလာများကို အသုံးပြုသူများ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးအကြား ပိုးသတ်ကြောင်း သေချာစေပြီး အများပိုင်ဧရိယာများ (နေ့လည်စာ နှင့် ခေတ္တနားသည့် ဧရိယာများ၊ တန်ဆာပလာပုံး ယူရင်းစကားပြောသည့် ဧရိယာများ၊ ကိရိယာစက်ကြီးများ၊ စသဖြင့်)နှင့် စုပေါင်းထိတွေ့သည့်နေရာများ (တံခါးလက်ကိုင်ဖုန်းများ၊ ကောင်တာစားပွဲများ၊ ကီးဘုတ်များ၊ စသဖြင့်) တို့ကို တစ်ရက်လျှင် အနည်းဆုံး နှစ်ကြိမ် သန့်ရှင်းပြီး ပိုးသတ်ကြောင်း သေချာစေပြီး
- အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာ၏ အခန်း 6.j. တွင်းရှိ လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေရန် လိုအပ်ချက်များ၊ အိမ်တွင်နေရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာ၏ ပြသချက် ဘီ တွင်းရှိ ဝန်ထမ်းများအတွက် တိုက်တွန်းချက်များ၊ နှင့် ယခု လမ်းညွှန်စာတမ်း၏ အခန်း ၃ တွင်းရှိ ပြဌာန်းချက်များ၊ နှင့် ချိုးဖောက်မှုတစ်ခုခုအတွက် တိုင်ကြားမှုများ တင်သွင်းရန် အလုပ်သမားများအတွက် အချက်အလက်များ ပေးအပ်သည့် ယင်းသို့သော ဆိုင်းဘုတ်တစ်ခု၊ အင်္ဂလိပ် ဘာသာ သို့မဟုတ် စပိန် ဘာသာစကားဖြင့်ဆိုင်းဘုတ်တစ်ခုကို ရရှိအောင် မြို့တော်မှပြုလုပ်ပေးပြီးသည်နှင့်တပြိုင်နက် ဝန်ထမ်းများအတွက် ထုံးတမ်းစဉ်လာအရ အသိပေးချက်များ တင်ပေးသည့် ဆိုက်တစ်ခုတွင်းရှိ အထင်ကရ နေရာတစ်ခု သို့မဟုတ် နေရာများတွင် တင်ပေးထားပါ။

အကယ်၍ ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခုရှိ အလုပ်သမားတစ်ဦးတွင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ခဲ့သည်ဟု အတည်ပြုချက်ရှိခဲ့ပါက အလုပ်ခွင် စီမံခန့်ခွဲရေးအနေဖြင့် ယင်းအလုပ်သမားကို အိမ်သို့ ချက်ချင်းပြန်လွှတ်ကာ အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနသို့ အသိပေးပြီး ယင်းအလုပ်သမားနှင့် ဆက်စပ်သည့် အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနမှ လမ်းညွှန်များအားလုံးအတိုင်း လိုက်နာရမည်။

အလုပ်ခွင်မန်နေဂျာအနေဖြင့် အလုပ်ခွင်တွင်းဝင်ရောက်လာသူ အလုပ်သမားတိုင်းက လက်မှတ်ထိုးဝင်ရောက်ကြောင်း သေချာစေပြီး အကယ်၍ အလုပ်သမားတစ်ဦး သည် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်ထားသည်ဟု အတည်ပြုချက်ရရှိထားသူတစ်ဦးနှင့် အလုပ်ခွင်တစ်ခုတွင်း အတူမျှဝေလုပ်ကိုင်ခဲ့ပါက ယင်းအလုပ်သမားများကို ခွဲခြားဖော်ထုတ်ရန် နှင့် အသိပေးရန် ရည်ရွယ်ချက်အတွက် အလုပ်ခွင်တွင်းဝင်ရောက်သော အလုပ်သမားတိုင်း၏ ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာ နှင့် အလုပ်သမားစာရင်းတစ်ခု ကိုသိမ်းဆည်းထားရမည်။

ဆောက်လုပ်ရေး စက်မှုလုပ်ငန်းများ၏ အလုပ်ရှင်များအားလုံးအနေဖြင့် မြို့တော်တစ်ခုလုံး၏ စီးပွားရေးအလုံးစုံအတွက် အကျိုးရှိစေရန် အောက်ပါ အလုပ်ခန့်အပ်မှု ဆိုင်ရာ အလေ့အထများအတိုင်း စောင့်ကြည့်လိုက်နာရန် တိုက်တွန်းအကြံပြုပါသည် -

- အကယ်၍ အလုပ်သမားတစ်ဦးသည် အလုပ်ခွင်တွင်း ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် အလုပ်သမားများ သို့မဟုတ် အခြားသူများ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် မရောက်မဖြစ်ရောက်လာတော့မည့် ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်တစ်ခုရှိသည်ဟု စိတ်စေတနာကောင်းဖြင့် ယုံကြည်ပြီး အလုပ်ဆင်းရန် ငြင်းဆန်ပါက ထိုသူအပေါ် တန်ပြန်အရေးယူမှု မပြုရန်။
- ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်နှင့် ထိတွေ့ခဲ့နိုင်ချေရှိသောကြောင့် စောင့်ကြည့်ခံခဲ့ရသော၊ သို့မဟုတ် မိမိဖာသာစောင့်ကြည့်ရန် အကြံပြုခံခဲ့ရသော အလုပ်သမားတစ်ဦး အပေါ် တန်ပြန်အရေးယူမှု မပြုရန်။
- ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဆောက်လုပ်ရေး လုပ်ငန်းခွင်တစ်ခု ပိတ်ထားရသည့် ရလဒ်အနေဖြင့် ယာယီအားလပ်ရက်တစ်ခုခုယူထားပြီး အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များအတွက် ဖိုင်တင်သွင်းခဲ့သော အလုပ်သမား၏ တောင်းဆိုမှုကို မငြင်းပါနှင့်။

အလုပ်ခွင်များအားလုံးအနေဖြင့် ဆောက်လုပ်ရေး ဆိုင်းဘုတ်ကို မြင်သာသည့်တည်နေရာတစ်ခုတွင် အင်္ဂလိပ် ဘာသာစကား နှင့် စပိန် ဘာသာစကားတို့ဖြင့် တင်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ယင်းစာရွက်စာတမ်းများကို [လူထုအတွက် ရင်းမြစ်များ စာမျက်နှာ](#) ပေါ်တွင် ဒေါင်းလုတ်ယူနိုင်ပါသည်။

ပါမစ်တင်ရန်အတွက် လမ်းညွှန်

မြို့တော် ဌာနများက ဝန်ထမ်းများအား တယ်လီဖုန်းဖြင့်အလုပ်လုပ်သည့် အခြေအနေများသို့ ရွှေ့ပြောင်းခဲ့ပြီး အဆောက်အအုံများအတွင်း လျှော့ချဝန်ထမ်းများဖြင့် လည်ပတ်နေပါသည်။ လမ်းလျှောက်ဝင်ရောက်လာသည့် သုံးစွဲသူများအတွက် ဧည့်ခန်းများကို ပိတ်ထားပြီး ပါမစ်လျှောက်လွှာများကို စာ သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့်သာ လက်ခံပါမည်။

ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဝန်ဆောင်မှုများဌာန မှ ပါမစ်များအတွက် **၎င်းတို့၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်ပေါ်မှ လမ်းညွှန်အတိုင်း လိုက်နာပါ။**

အော်စတင် အခမ်းအနားပွဲများ စင်တာ မှ ပါမစ်များအတွက် **ပုံမှန်ပါမစ်တင်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်အတိုင်း လိုက်နာပါ။ အထူး အခမ်းအနားပွဲများအားလုံးကို ၂၀၂၀ ခုနှစ် မေလ ၁ ရက်နေ့အထိ တားမြစ်ထားပါသည်။**

အော်စတင် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာန၏ ပတ်ဝန်းကျင် ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ ဌာနခွဲ (EHSD) က လမ်းလျှောက်ဝင်ရောက်လာသော သုံးစွဲသူများအတွက် ဧည့်ခန်းများကို ပိတ်ထားပြီး ပါမစ်လျှောက်လွှာတင်ခြင်းကို စာ သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့်သာ လက်ခံပါမည်။ ၎င်းတို့၏လျှောက်လွှာများကို စာ သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့် တင်ရန်မတတ်နိုင်သည့် သုံးစွဲသူဖောက်သည်များအနေဖြင့် EHSD က 1520 Rutherford Lane, Building 1 Suite 205, Austin, TX 78754 တွင် တည်ရှိသည့် ကျွန်ုပ်တို့၏ရုံးတွင် ဝန်ဆောင်မှုအတွက် ချိန်းဆိုချက်များပြုလုပ်ရန် လက်ခံပါမည်။ ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု စီစဉ်ရန် ကျေးဇူးပြု၍ ဖုန်းနံပါတ် 512-978-0300 ကို ခေါ်ဆိုပါ။

အစားအစာလှည့်လည်ရောင်းချသည့် ဈေးသည်လျှောက်လွှာ သုံးသပ်ကြည့်ရှုမှုများက ယခုအခါတွင် အင်္ဂါနေ့ နှင့် ကြာသပတေးနေ့ နံနက် ၇း၄၅ နာရီ မှ ၁၁း၀၀ နာရီ အထိ ချိန်းဆိုချက်ဖြင့်သာ လုပ်ပါမည်။ လမ်းလျှောက်ဝင်ရောက်ချိန်းဆိုမှုများကို မရရှိနိုင်တော့ပါ။ ချိန်းဆိုမှုတစ်ခု စီစဉ်ရန် ဖုန်းနံပါတ် 512-978-0300 ကို ခေါ်ဆိုပါ။ အစားအစာလှည့်လည်ရောင်းချသည့် ဈေးသည်များအား ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်းက ကျွန်ုပ်တို့အဆောက်အအုံ၏ ကားရပ်နားစခန်းအတွင်း ကြိုတင်ချိန်းဆိုချက်ဖြင့်သာ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်ပါမည်။

မေးခွန်းများ နှင့် စိုးရိမ်ပူပန်စရာများအားလုံးကို အီးမေးလ် EHSD.Service@austintexas.gov မှ **တဆင့် သို့မဟုတ် ဖုန်းနံပါတ် (512) 978-0300 သို့ ဆက်သွယ်ခြင်းအားဖြင့်** တင်သွင်းနိုင်ပါသည်။

ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ခြင်း နှင့် ငွေချေခြင်းများအတွက် EHSD ဝန်ဆောင်မှုများကို အောက်ပါလိပ်စာများသို့ စာ သို့မဟုတ် အီးမေးလ်ဖြင့် တင်သွင်းနိုင်ပါသည် -

- o စာ - APH EHSD, PO BOX 142529, Austin, TX 78714
- o အီးမေးလ် - EHSD.Service@austintexas.gov
- o ငွေချေမှုတစ်ခုပြုရန် လိုအပ်သော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအတွက် ခရက်ဒစ်ကတ် တစ်မျိုးတည်းဖြင့်ငွေချေခြင်းပြုရန် ကျွန်ုပ်တို့၏ ငွေရှင်းသူက သင့်အား ဖုန်းပေါ်မှဆက်သွယ်ပါမည်။

ကျွန်ုပ်၏ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းကို ကူညီရန် မည်သည့် အထောက်အပံ့များ ရရှိပါသလဲ။

အော်စတင် စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌာန ([Austin Economic Development Department](#)) က ရှေ့လာမည့်ရက်သတ္တပတ်များအတွင်း ရုန်းကန်ရမည်ဟု မိမိဖာသာတွေ့ရှိနိုင်သည့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ အတွက် **ငွေကြေးရန်ပုံငွေ အစီအစဉ်များ နှင့် အရေးပေါ်စီမံကိန်းဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ** ကမ်းလှမ်းပေးပါသည်။

အထွေထွေရင်းမြစ်များအတွက် စီးပွားရေး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌာန အသေးစားစီးပွားရေး ဌာနခွဲ (**Small Business division**) က **အခမဲ့ စီးပွားရေး လမ်းညွှန်သင်တန်း၊ အခမဲ့ အွန်လိုင်းအတန်းများ** နှင့် လူထုတွင်းရှိ စီးပွားရေးအပေါင်းအပါများနှင့် အဆက်အသွယ်များ ကမ်းလှမ်းပေးပါသည် -

အသေးစားစီးပွားရေးရင်းမြစ်တစ်ခု (**A Small Business Resource**) လမ်းညွှန် ကလည်း ဒေသန္တရ၊ ပြည်နယ် နှင့် ပြည်ထောင်စု အဖွဲ့အစည်းများမှ ရှာဖွေယူနိုင်သော အကူအညီများနှင့် လူထုအတွက်ရင်းမြစ်များကို အုပ်စုအမျိုးအစား - အရှိန်မြှင့်ပေးသူ/သားဖောက်သူ၊ အနုပညာ/ဂီတ၊ စီးပွားရေးလမ်းညွှန်မှု၊ အတူအလုပ်တွဲလုပ်ရန်နေရာများ၊ ဘေးဒုက္ခ ကယ်ဆယ်ရေး၊ ပညာရေး၊ စွမ်းအင်၊ ရုပ်ရှင်/တယ်လီဗွီရှင်း/ဗွီဒီယိုဂိမ်းများ၊ အစားအသောက်လုပ်ငန်း၊ ရန်ပုံငွေ၊ ချီးမြှင့်မှုများ၊ သွင်းကုန်/ထုတ်ကုန်၊ ဥပဒေရေးရာ၊ ကွန်ရက် ဆက်သွယ်မှု၊ အမြတ်အစွန်းမယူသည့်လုပ်ငန်း စတင်ခြင်းများ၊ ဘောလုံးပစ် ပြိုင်ပွဲ၊ ပြန်လည်ပတ်ရေး လုပ်ငန်း၊ သုတေသန၊ နည်းပညာ၊ ကုန်သွယ်ရေးအုပ်စုများ အလိုက် ပေးအပ်ပါသည်။

ကိုဗစ် -၁၉ ကမ္ဘာ့ကပ်ရောဂါကြောင့် ထိခိုက်ခံခဲ့ရသည့် သင့်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအတွက် လတ်တလောအထောက်အပံ့ကို ရှာဖွေရန် အသေးစားစီးပွားရေးရင်းမြစ်တစ်ခု ([Small Business Resource](#)) လမ်းညွှန်အတွင်း “ဘေးဒုက္ခ ကယ်ဆယ်ရေး” ဖြင့် စစ်ချပါ။

[တက္ကဆက် အလုပ်သမားအင်အား ကော်မစ်ရှင်](#) သည် အလုပ်လက်မဲ့ အကျိုးခံစားခွင့်များရရှိရန် သင်လျှောက်ထားနိုင်သည့် နေရာဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါလုပ်ငန်းစဉ် တလျှောက် သင့်အား လမ်းပြရန် အကူအညီရသည့် လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုလည်း ၎င်းတို့ထံတွင် ရှိပါသည်။

[Workforce Solutions Capital Area အလုပ်သမားအင်အား ဖြေရှင်းရေး မြို့တော်ဧရိယာ](#) က အလုပ်သစ်ရှာဖွေတွေ့ရှိရန် သင့်အား ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့အား ဖုန်းနံပါတ် 512-485-3792 တွင် ခေါ်ဆိုပါ။ ချိတ်ဆက် အလုပ်နေရာများအတွက် လတ်တလော ပွင့်နေသည့်အလုပ်များအတွက် [a Job Seekers page](#) [အလုပ်ရှာဖွေသူများအတွက် စာမျက်နှာ](#) လည်းရှိပါသည်။

COVID-19 - ခရီးသွားများ နှင့် လေယာဉ်များဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ

ခရီးသွားခြင်း

မလုပ်မဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ သို့မဟုတ် အရေးကြီးသော အခြေခံလုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ရသည့် လူအများ ခရီးသွားလာနိုင်ရန်အတွက် နှင့် စောင့်ရှောက်မှုပေးရန် ခရီးသွားလာရသည့် စောင့်ရှောက်မှုပေးသူများအတွက် လေယာဉ်၊ တက္ကဆီ နှင့် ကားမျှဝေစီးသည့် အစီအစဉ်များကို မရှိမဖြစ် လုပ်ငန်းများအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး ယခုအချိန်တွင် ဆက်လက်ဖွင့်ထားနိုင်ပါသည်။

ခွင့်ပြုသည့် ခရီးသွားလာမှု

မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများ၊ မရှိမဖြစ် အစိုးရလုပ်ငန်းဆောင်တာများ၊ မရှိမဖြစ် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ၊ အရေးကြီးသည့် အခြေခံလုပ်ငန်းများ သို့မဟုတ် အနိမ့်ဆုံး အခြေခံလည်ပတ်မှုပြုလုပ်ရန် ခွင့်ပြုထားသည့်အလုပ်များနှင့် ဆက်စပ် ခရီးသွားလာမှုအတွက်သာ။

ခွင့်ပြုသော ခရီးသွားလာမှုတွင်း ပါဝင်သည်မှာ -

- အသက်အရွယ်ကြီးသူများ၊ အရွယ်မရောက်သေးသူများ၊ မှီခိုရသူများ၊ မသန်စွမ်းမှုရှိသူများ၊ သို့မဟုတ် အခြား ထိခိုက်လွယ်သူများအား စောင့်ရှောက်ပေးရန် ခရီးသွားလာမှု၊
- အဝေးရောက် သင်ယူရေးအတွက် သင်ထောက်ပံ့ပေးစွမ်းများ လက်ခံရယူရန် သို့မဟုတ် အခြားဆက်စပ်ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ပညာရေးအဖွဲ့အစည်းများသို့ သို့မဟုတ် မှ ခရီးသွားလာမှု၊
- တရားစီရင်စုပြင်ပရှိ နေအိမ်နေရာတစ်ခုသို့ သို့မဟုတ် မှ ခရီးသွားလာမှု (ဥပမာ - ပိတ်သွားသော တက္ကသိုလ်ကျောင်းမှ အိမ်သို့ပြန်ခြင်း)၊
- တရားဥပဒေတင်းကျပ်ရေး သို့မဟုတ် တရားရုံးအမိန့်များအတွက် လိုအပ်သည့် ခရီးသွားလာမှု၊
- ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများအတွက် အဝေးရောက် ပို့ချမှု ပြုလုပ်ရန် ရည်ရွယ်ချက်အတွက် သို့မဟုတ် ခရီးသွားဖို့လိုအပ်သည့် အခြား ဘုရားကျောင်းအလုပ်များအတွက် ဘုရားကျောင်းဝန်ထမ်း/တရားဟောဆရာ များခရီးသွားလာမှု၊
- မြို့တော်ပြင်ပရှိ ၎င်းတို့နေထိုင်ရာ နေရာသို့ ပြန်လာသည့် မြို့သူမြို့သားမဟုတ်သူများအတွက် လိုအပ်သည့် ခရီးသွားလာမှု။ လူအများအနေဖြင့် ခရီးသွားမီ ၎င်းတို့၏ မြို့တော်ပြင်ပ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးက ဆက်လက်ရှိနေသေးကြောင်း နှင့် လုပ်ငန်းဆက်လက်လုပ်ဆောင်နေသေးကြောင်း ခွဲခြားအတည်ပြုရန် ပြင်းပြင်းထန်ထန် အားပေးတိုက်တွန်းပါသည်။

အများပြည်သူသုံး သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး

[CapMetro](#) သည် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးကို မြှင့်တင်ရန် နှင့် အစိုးရနှင့် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်များမှ အကြံပြုထားသည့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခွာခွာနေခြင်းနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်စေရန် ၎င်းတို့၏ဝန်ဆောင်မှုများကို ယာယီပြောင်းလဲရန် အကောင်အထည်ဖော်နေပါသည်။

CapMetro သည် ဧပြီလတလျှောက်လုံး သုံးစွဲသူတိုင်းအတွက် ယာဉ်စီးခ အခမဲ့ ဖြစ်စေရန် အကောင်အထည်ဖော်ပါမည်။

- ရည်မှန်းချက်မှာ အော်ပရေတာများ နှင့် စီးနင်းသူများ ကိုယ်လက် နီးနီးကပ်ကပ်ရှိနေခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးရန် နှင့် ဝန်ဆောင်မှုကို အသုံးပြုသည့် စီးနင်းသူများ မလုပ်မဖြစ်တာဝန်များထမ်းဆောင်ရာတွင် ထောက်ပံ့ရန် ဖြစ်ပါသည်။
 - ယာဉ်စီးခ အခမဲ့ဝန်ဆောင်မှု ပြုလုပ်ခြင်းက စီးနင်းသူများအား ၎င်းတို့၏ လက်မှတ်များကို ပြသရန်၊ မောင်းနှင်သူအား ယာဉ်စီးခပေးရန် သို့မဟုတ် ယာဉ်စီးခပုံးအတွင်း ငွေထည့်ရန် လိုအပ်ချက်များကို ပယ်ဖျက်ပေးခြင်းဖြင့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းကို ကူညီပေးပါလိမ့်မည်။ ယင်းက ယာဉ်ပေါ်တက်ချိန်ကို မြန်ဆန်စေပြီး ယာဉ်အဝင်တွင် လူများ ကြပ်သိပ်နေခြင်းကို လျော့ချပေးပါသည်။
 - ယာဉ်စီးခ အခမဲ့ကာလက ထပ်ဆောင်းစီးနင်းမှုများကို အားပေးရန် မဆိုလိုပါ။ စီးနင်းသူများအား အိမ်တွင်နေ - ဘေးကင်းစွာ အလုပ်လုပ် ကာလအတောအတွင်း မလုပ်မဖြစ် ခရီးများအတွက်သာ ပို့ဆောင်ရေးကိုအသုံးပြုရန် သတိပေးပါသည်။
 - MetroAccess စီးနင်းသူများအနေဖြင့် ယာဉ်ပေါ်မတက်မီ တရားဝင် မှတ်ပုံတင်အိုင်ဒီ တစ်ခုပြသရန် ဆက်လက်လိုအပ်ပါသည်။
- CapMetro ၏ ဝန်ဆောင်မှု ချိန်ညှိချက်များဖြင့် အချိန်နှင့်တပြေးညီဖြစ်နေစေရန် [CapMetro.org/COVID19](https://www.capmetro.org/COVID19) တွင် ကြည့်ပါ။

ယာဉ်မျှဝေစီးသည့် ဝန်ဆောင်မှု

Ride Austin က လူထု ဘေးကင်းလိုခြံစေရေးအတွက် လည်ပတ်မှုများကို ယာယီရပ်ဆိုင်းထားပါသည်။

Revel က ၎င်း၏ ယာဉ်အရေအတွက်ကို ၁၀% လျော့ချထားပါသည်။

Scoot's က ယာဉ်အရေအတွက် အတော်များများ လျော့ချထားပြီး ယင်းတို့ကို အခြေခံအားဖြင့် မလုပ်မဖြစ် အလုပ်သမားများ ခရီးသွားလာရေးကို ကူညီပေးရန် ရာထားပါသည်။

Zipcar က ရှေ့လအတွက် အော်စတင်အတွင်း ၎င်း၏ လည်ပတ်မှုများကို ခေတ္တရပ်ထားပြီး ယာဉ်များကို ဦးစားပေးယာဉ်ကြောမှ ဖယ်ထားပါသည်။

အသေးစား သွားလာမှုများ

မလုပ်မဖြစ် လှုပ်ရှားမှုများအတွက် ခရီးသွားလာရန် အသေးစားသွားလာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို အသုံးပြုချိန်တွင် အခြားသူများထံမှ ၆+ ပေ ထိန်းသိမ်းထားပြီး ခရီးတစ်ခါသွားပြီးတိုင်း သင့်လက်များကို ဆေးကြောပါ။

အော်စတင် ဘိုင်စကယ် (Austin Bicycle) က **အခမဲ့ အော်စတင် စက်ဘီးလက်မှတ်များ** ကို အိမ်တွင်နေ - ဘေးကင်းစွာ အလုပ်လုပ် ကာလအတောအတွင်း မသွားမဖြစ် ခရီးများပြုလုပ်ရသည့် မည်သူမဆိုအတွက် ကမ်းလှမ်းပေးပြီး စက်ဘီးများ နှင့် စက်ဘီးစခန်းများအားလုံးကို သန့်ရှင်းလုပ်ကာ ပိုးသတ်ပေးသည့် အကြိမ်ရေကို မြှင့်တင်ပေးထားပါသည်။

Bird hasက မလုပ်မဖြစ် အလုပ်သမားများ ၎င်းတို့၏ခရီးသွားလာမှုအတွက် အသုံးပြုနိုင်ရန် ယာဉ်အရေအတွက်အနည်းငယ်မှ ချန်ထားပြီး ၎င်း၏ ယာဉ်အရေအတွက်ကို မတ်လ ၂၇ ရက်နေ့မှစတင်ပြီး လျော့ချထားပါသည်။

Lyft က ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးသည့် အလုပ်သမားများ မသွားမဖြစ်ခရီးသွားလာရေး ချောမွေ့စေရန် စကူတာများကို ဒေသဆေးရုံများအနီး ဦးစားပေးဖြန့်ကျက်ထားပါသည်။

အောက်ပါ ကုမ္ပဏီများက ၎င်းတို့၏ လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုများကို ခေတ္တဆိုင်းငံ့ထားပြီး နောက်ထပ်သတိပေးချက်များ ရရှိသည်အထိ ယာဉ်များအားလုံးကို ဦးစားပေး လမ်းကြောများမှ ဖယ်ရှားထားပါသည်။ ၎င်းတို့ထံတွင် အော်စတင် ၃-၁-၁ (Austin 3-1-1) တောင်းဆိုချက်များကို တုံ့ပြန်ရန် ဝန်ထမ်းများ ရှိပါသေးသည်။ requests.

- **Lime** မတ်လ ၁၇ ရက်နေ့မှ စတင်ပါသည်
- **Wheels** မတ်လ ၁၉ ရက်နေ့မှ စတင်ပါသည်
- **Spin** 26 မတ်လ ၂၆ ရက်နေ့မှ စတင်ပါသည်
- **JUMP** 27 မတ်လ ၂၇ ရက်နေ့မှ စတင်ပါသည်

တက္ကဆက်ပြည်နယ် ခရီးသွားလာရေး စောင့်ကြည့်မှု အမိန့်ကြော်ငြာစာများ

နောက်ထပ် အသိပေးချိန်အထိ တက္ကဆက်ပြည်နယ်တွင်းသို့ ခရီးဆုံးမှတ်အနေဖြင့် အောက်ပါလေဆိပ်တစ်ခုမှတစ်ဆင့် ဝင်ရောက်သူတိုင်း -

- နယူးယောက် (New York)
- နယူးဂျာစီ (New Jersey)
- ကော်နက်တိကတ် (Connecticut)
- ကယ်လီဖိုးနီးယား (California)
- လူဝီစီယားနား (Louisiana)
- ဝါရှင်တန် (Washington)
- အတ္တလန်တာ မြို့တော်၊ ဂျော်ဂျီယာ (City of Atlanta, Georgia)
- ချီကာဂို မြို့တော်၊ အီလီနွိုက် (City of Chicago, Illinois)
- ဒီးထရွိုက်မြို့တော်၊ မစ်ရှီဂန် (City of Detroit, Michigan)
- မိုင်ယာမီ မြို့တော်၊ ဖလော်ရီဒါ (City of Miami, Florida)

ထို့အပြင် တက္ကဆက်ပြည်နယ်တွင်းသို့ အောက်ပါနေရာမှ ကုန်းလမ်းခရီးဖြင့် ဝင်ရောက်သူ မည်သူမဆို -

- လူဝီစီယားနား (Louisiana)

တက္ကဆက်ပြည်နယ်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်သည့်အချိန် သို့မဟုတ် တက္ကဆက်ပြည်နယ်တွင်း အဆိုပါသူရောက်ရှိနေသည့်ကာလ မည်သည်က တိုသည်ဖြစ်စေ အဆိုပါရက်မှ ၁၄ ရက်တာကာလအတွက် မိမိဖာသာ စောင့်ကြည့်မှု မလုပ်မဖြစ်လုပ်ရပါမည်။

မိမိဖာသာစောင့်ကြည့်ရန် အမိန့်ကြော်ငြာစာများက တက္ကဆက်ပြည်နယ် အရေးပေါ် စီမံခန့်ခွဲမှုမှ ဆုံးဖြတ်ပေးခြင်းဖြစ်နိုင်သောကြောင့် စစ်ဖက်ဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှု၊ အရေးပေါ်တုံ့ပြန်မှု၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှု သို့မဟုတ် အရေးကြီးသည့် အခြေခံအဆောက်အအုံဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းဆောင်တာများနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ခရီးသွားသူများအတွက် အကျိုးမဝင်ပါ။

ပို့ဆောင်ထောက်ပံ့ပေးမှုများ နှင့် ပြဋ္ဌာန်းတင်းကျပ်မှုများ

တက္ကဆက် ပြည်နယ် ပြည်သူ့လုံခြုံရေးဌာန (DPS) အနေဖြင့် အဆိုပါတည်နေရာများမှ ခရီးသွားများအား တက္ကဆက်ပြည်နယ်အတွင်း နေထိုင်စရာ သို့မဟုတ် ဟိုတယ် ကဲ့သို့သော စောင့်ကြည့်ရန်နေရာတစ်ခု သတ်မှတ်ပေးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ခရီးသွားများအနေဖြင့် အမည် အပြည့်အစုံ၊ မွေးနေ့၊ အိမ်လိပ်စာ၊ တယ်လီဖုန်းနံပါတ် နှင့် ယာဉ်မောင်းလိုင်စင် သို့မဟုတ် ပတ်စ်ပို့ အချက်အလက်များလည်း ပေးအပ်ရပါမည်။

DPS စစ်သည်များ၊ သို့မဟုတ် အခြား ခွင့်ပြုထားသည့် ငြိမ်းချမ်းရေးအရာရှိများက လေဆိပ်တွင် ခရီးသွားတစ်ဦးစီထံမှ ဖြည့်ထားသည့်ဖောင်ပုံတစ်ခုကို ကောက်ယူစုဆောင်းပြီး တက္ကဆက်- လူဝီစီယားနား နယ်နိမိတ်တလျှောက် အထူးအမိန့်ကြော်ငြာစာကို တင်းကျပ်ပါမည်။

၁၄ ရက်တာ စောင့်ကြည့်ကာလ အတောအတွင်း ခရီးသွားများအနေဖြင့် သတ်မှတ်ထားသည့် စောင့်ကြည့်ရာနေရာတွင် ကျန်းမာရေးဌာနမှ ဝန်ထမ်းတစ်ဦး၊ ဆရာဝန်၊ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသူ မှလွဲပြီး ဧည့်သည်များ လက်ခံခွင့်မပြုပါ။ ထို့အပြင် မည်သည့် အများပိုင်နေရာများမဆိုသို့ မလည်ပတ်သင့်ပါ။

DPS အထူးကိုယ်စားလှယ်များက ခရီးသွားများ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျရှိနေမနေ အတည်ပြုခြင်းဖြင့် လိုက်နာမှုရှိမရှိ စိစစ်ရန် သတ်မှတ်ထားသည့် စောင့်ကြည့်ရာနေရာများကို မကြေငြာပဲ သွားရောက်လည်ပတ်မှုများ ပြုလုပ်ပါလိမ့်မည်။ မိမိဖာသာ စောင့်ကြည့်ရန် ယခုအမိန့်ကြော်ငြာစာအတိုင်း လိုက်နာရန် ပျက်ကွက်မှုတစ်ခုခုအား ဒေါ်လာ ၁၀၀၀ ထက်မပိုသည့် ဒဏ်ငွေတစ်ခု၊ ရက်ပေါင်း ၁၈၀ ထက်မကျော်သည့် ကာလတစ်ခုအတွက် ထောင်သွင်းအကျဉ်းချခြင်း သို့မဟုတ် နှစ်ခုစလုံးဖြင့် အပြစ်ပေးနိုင်သည့် ရာဇဝတ်မှု ကျူးလွန်ခြင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါမည်။

ယခု အမိန့်ကြော်ငြာစာများနှင့် ပတ်သက်သည့် မေးခွန်းများကို DPS အား ဖုန်းနံပါတ် (800) 525-5555 တွင် လွှဲပြောင်း ညွှန်ပေးသင့်ပါသည်။

အော်စတင်- ဘာဂ်စတော့မ် (Austin-Bergstrom) အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လေဆိပ်မှ လေကြောင်းခရီးသွားလာမှုဆိုင်ရာ ပြင်ဆင်ချက်များ

AUS သည် အရေးကြီးသော အခြေခံအဆောက်အအုံအဖြစ် သတ်မှတ်ပြီး လေဆိပ်ကို ဆက်လက်ဖွင့်ထားပါသည်။ လေဆိပ် လည်ပတ်မှုများအတွက် အချိန်နှင့် တပြေးညီဖြစ်သည့် အသေးစိတ်အချက်အလက်များရရှိရန် အောက်ပါ လင့်ခ်ကို အသုံးပြုပါ။

[AUS COVID-19 ဆိုင်ရာ ပြင်ဆင်ချက်များ](#)

၎င်းတို့၏ ဆိုရှယ်မီဒီယာ နှင့် သမ္မတ လမ်းမကျယ် (Presidential Boulevard) တလျှောက်ရှိ အင်ဂျင်နီယာ ဆိုင်းဘုတ်များကို ကြည့်ရှုပါ။

လေဆိပ် သန့်ရှင်းရေး နှင့် မိလ္လာသန့်ရှင်းရေး

လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းနှင့် ကိုက်ညီစေရန်၊ လေဆိပ်က အချိန်တစ်ချိန်အတွင်း ခရီးကျိုယာဉ်အတွင်းရှိ ခရီးသွားအရေအတွက်ကို ကန့်သတ်နေပါသည်။ AUS က ယာဉ်များ သန့်ရှင်းအောင် နှင့် သုံးစွဲသူများ ဘေးကင်းအောင်ထားရန် လုပ်ကိုင်နေပါသည်။ ခရီးကျိုယာဉ်များကို ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် သန့်ရှင်းထားပြီး လက်ရန်းများ ကဲ့သို့သော ထိတွေ့သည့် ဧရိယာများကို တစ်နေ့လျှင် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ သုတ်နေပါသည်။

ထပ်ဆောင်းပြီးလည်း အောက်ပါ သန့်ရှင်းရေး နှင့် မိလ္လာစနစ်ဆိုင်ရာ အားထုတ်မှုများ နေသားတကျရှိနေပါသည် -

- ခရီးသွားများသည် ဧရိယာများ (TSA စစ်ဆေးရေးပွိုင့်များအပြီး ကဲ့သို့) တွင် အပို လက် ပိုးသန့်စင်ဆေးပေးထားသည့်နေရာများ။
- အထွေထွေ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး အလေ့အထများ နှင့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေခြင်းအကြောင်း ဆက်သွယ်ပြောဆိုသည့် ကြော်ငြာ ဆိုင်းဘုတ်ကို တင်ထားပြီး ဝန်ထမ်းများမှ ဆက်သွယ်ကြေငြာပေးခြင်း။
- အာရုံစိုက်သည့်နေရာမှာ ကီးရော့စ်များ၊ ပိုဒီယမ်များ၊ တံခါးလက်ကိုင်များ၊ ကီးဘုတ်များ၊ လက်ရန်းများ၊ ရေပန်းများ၊ ထိုင်ခုံများ နှင့် လုံခြုံရေးပုံးများ ကဲ့သို့သော "ထိတွေ့မှု မြင့်မားသည့်" ဧရိယာများကို ပိုးသတ်ခြင်းဖြစ်သည်။
- သန့်ရှင်းရေးဝန်ထမ်းများကို အများသုံးဧရိယာများတွင် ပိုများများချထားပြီး အချို့သောအခြေအနေများတွင် တိုးချဲ့သန့်ရှင်းရေး လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများတွင် ကူညီရန် အခြားဌာနခွဲများမှ ဝန်ထမ်းများကို ဆွဲခေါ်နေပါသည်။ ဌာနများမှဝန်ထမ်းများထံတွင် ၎င်းတို့အလုပ်လုပ်စဉ် အသုံးပြုရန် ပိုးသတ်ဆေးပုလင်းများ ရှိပါသည်။ သန့်ရှင်းရေးဝန်ထမ်းများအားလုံးက လက်အိတ်များကိုလည်း အသုံးပြုပြီး တောင်းဆိုပါက မျက်နှာဖုံးများလည်း အလှမ်းမှီရရှိပါသည်။
- ဧရိယာတိုင်းရှိ ဝန်ထမ်းများအား လက်ဆေးခြင်း ကဲ့သို့သောတစ်ကိုယ်ရေ ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးကောင်း ကျင့်ကြံရန် နှင့် လူမှုရေးအရ ခပ်ခာခာနေရေးလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ ဖြစ်နိုင်သော နေရာတိုင်တိုင်းတွင် ကပ်လျက် လူတစ်ဦးထံမှ အနည်းဆုံး ၆ ပေ ခွာထားခြင်း၊ လူအုပ်စု ကြီးကြီးမားမားရှိသည့် ဆက်တင်များ သို့မဟုတ် စည်းဝေးမှုများကို ရှောင်ကြဉ်ရန် အားပေးတိုက်တွန်းထားပြီးဖြစ်သည်။ လေကြောင်းဝန်ထမ်းများ အနေဖြင့် လေဆိပ်လည်ပတ်မှုများကို ထောက်ပံ့ပေးရန် ဝန်ထမ်း ခပ်ကြုံကြုံထားရေးကို အကောင်အထည်ဖော်နေပါသည်။ ဖြစ်နိုင်သောနေရာ တိုင်းတွင် လေကြောင်းဝန်ထမ်းများက အိမ်မှအလုပ်လုပ်နေပါသည်။

ကျွန်ုပ်၏ ခရီးသွားအစီအစဉ်များကို ပြောင်းလဲလိုပါက ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်ရပါမလဲ။

ရောက်လာတော့မည့် ခရီးသွား အစီအစဉ်တစ်ခုခုနှင့် ဆက်စပ်ပြီး စိတ်ပူပန်မှုရှိသော ခရီးသွားများအတွက် ၎င်းတို့၏လေယာဉ်ခရီးစဉ်များကို ပြန်လည်စီစဉ်ရန် ဖြစ်နိုင်ချေအကြောင်း စုံစမ်းမေးမြန်းရန် ၎င်းတို့၏ သက်ဆိုင်ရာလေကြောင်းလိုင်းသို့ ဆက်သွယ်ရန် အားပေးတိုက်တွန်းပါသည်။

COVID-19 ကို တုန့်ပြန်သည့်အနေဖြင့် လေကြောင်းလိုင်းများက ဘာတွေလုပ်နေပါသလဲ။

AUS အပါအဝင် အချို့သော လေကြောင်းလိုင်းများက အချို့သောလေကြောင်းဝန်ဆောင်မှုလမ်းကြောင်းများ၏ အကြိမ်ရေ ပြောင်းလဲရန် သို့မဟုတ် လျှော့ချရန် ဆုံးဖြတ်ချက်များ လုပ်နေပါသည်။ လေကြောင်း ဝန်ဆောင်မှု အပြောင်းအလဲများနှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ထပ်ဆောင်းအချက်အလက်များ နှင့် ယခုအချိန်အခါတွင် လေကြောင်းလိုင်းများ လုပ်ဆောင်နေသည့် အခြားခြေလှမ်းများနှင့် စပ်လျဉ်းပြီး အချက်အလက်များလိုအပ်ပါက ကျေးဇူးပြု၍ လေကြောင်းလိုင်းကို ဆက်သွယ်ပါ။