

ደረጃ ሁለት መመሪያ
ኮሮናቫይረስ 2019 (COVID-19)፣ የጉዞ መመሪያ

በደረጃ ሁለት ጊዜ፣ ከብሄራዊ ዋና ከተማ ክልል ውጪ አስገዳጅ ያልሆነ ጉዞ አይበረታታም። ጉዞ በCOVID-19/ኮሮናቫይረስ የመያዝ እና የማሰራጨት እድልዎን ስለሚጨምር፣ እራስዎን እና ሌሎችን ከመታመም ለመጠበቅ ተመራጩ መንገድ ቤት መቆየት ነው።

የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ ምልክቶች ያለበት፣ ወይም በቅርብ ጊዜ በ COVID-19/ኮሮናቫይረስ የተያዘ ሰው ጋር የነበረ ማንኛውም ሰው፣ ሌሎች ሰዎችን ላለማጋለጥ መጓዝ እንደሌለበት አባክዎ ያስታውሱ። የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ ምልክቶች፣ትኩሳት(በግምት ወይም 100.4 ድግሪ ፋራናይት/38 ድግሪ ሴልስየስ)፣ቅዝቃዜ፣ሳል፣የእስትንፋስ እጥረት ወይም ለመተንፈስ መቸገር፣ ድካም፣ የጡንቻ ወይም የአካል ህመሞች፣የራስ ህመም፣አዲስ የጣዕም ወይም የሽታ ችሎታን ማጣት፣ የጉሮሮ ህመም፣ የአፍንጫ መታፈን ወይም የአፈንጫ ንፍጥ፣ማቅለሽለሽ ወይም ማስመለስ፣ተቅማጥ፣ወይም የሌላ የጤንነት ስሜት ማጣት ሊያካትቱ ይችላሉ።

በማርች 30፣2020 በወጣው፣ የከንቲባ ትእዛዝ 2020-054 መሰረት፣"አስገዳጅ ጉዞ" ማለት፣

- አስገዳጅ ተግባራትን፣ አስገዳጅ የመንግስት ስራዎችን፣አስገዳጅ ንግዶችን፣ ወይም አነስተኛ መሰረታዊ ስራዎችን ለማቅረብ፣ ወይም ከማድረስ ጋር የተያያዙ ጉዞዎችን ጨምሮ፣ አስገዳጅ ንግዶችን ለመስራት ወይም አስገዳጅ የመንግስት ስራዎችን ለማከናወን ወደ ስራ ቦታ እና ከስራ ቦታ መጓዝን ያካትታል።
- በእድሜ የገፉ፣ አካለመጠን ያልደረሱ፣ጥገኞች፣የአካል ጉዳተኞች፣ወይም ሌሎች ተጋላጭ የሆኑ ሰዎችን ለመንከባከብ የሚደረግ ጉዞ፣
- የአምልኮ ቦታን ለመጎብኘት የሚያስፈልግ ጉዞ፣
- የቤተሰብ ለቅሶ ለመድረስ የሚደረግ ጉዞ፣
- ለቤተሰብ ድንገተኛ ሁኔታ የሚደረግ ጉዞ፣
- የርቀት ትምህርት ቁሳቁሶች ለመቀበል፣ምግብ ለመቀበል፣እና ማንኛውም ሌላ ተያያዥ አገልግሎትን ለማግኘት ወደ እና ከትምህርት ተቋማት የሚደረግ ጉዞ፣
- ከግዛቱ እና ወደ ግዛቱ አስገዳጅ ለሆኑ ተግባራት ለሚጓዙ፣ወደ መኖሪያቸው ዋሺንግተን ዲሲ ለሚጓዙ ኗሪዎች እና ኗሪ ላልሆኑ ከዋሺንግተን ዲሲ ውጪ ወደ ሆነ የመኖሪያ ቦታቸው ለመመለስ የሚደረግ ጉዞ፣
- በህግ አስፈጻሚ ወይም በፍርድ ቤት ትእዛዝ የሚደረግ ጉዞ፣ እና
- በሀገር ዋና ከተማ ክልል ውስጥ የሚደረግ ጉዞ።
- አስገዳጅ ያልሆኑ የጉዞ ምሳሌዎች እንደ የመዝናኛ ጉዞዎች፣የትምህርት ቤት ጉዞዎች፣የወጣቶች የስፖርት ውድድሮች ወይም የስራ ኮንፈረንሶችን ያካትታሉ።

በ ኖቬምበር 6፣ 2020፣ ከንቲባ ብራውሰር የከንቲባ ትዕዛዝ 2020-110 ኳራንታይን-ላይ የተመሰረተ የጉዞ ስለት ወደ ምርመራ-ላይ የተመሰረተ የጉዞ ስለት ለዉጥ የያዘ የተሻሻለ የጉዞ ምክራ-ሀሳብ በዉስጡ የያዘውን ህግ አወጣ። ባሁን ጊዜ በስፋት የሚገኘ የ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምርመራ ይህንን አቀራረብ ምክንያታዊ አድርጎታል።

አባክዎን ያስተውሉ። በዚህ መመሪያ ዉስጥ “ኳራንታይን” የሚለው ቃል መጠቀም የከፍተኛ-ስጋት ጉዞ መዋቅር ዉስጥ ያለ ኳራንታይን ብቻ ይመለከታል። የተሻሻለው ምርመራ-ላይ የተመሰረተ የጉዞ ትዕዛዝ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ያለበት ሰው ጋር የሚታወቅ ግንኙነት ስለነበራቸው ወደ ኳራንታይን ለተመሩ ግለሰቦች እንደ "ከኳራንታይን መውጫ ምርመራ" መንገድ ተደርጎ ምንም ዓይነት ሁኔታዎች ዉስጥ መወሰድ የለበትም። በሚታወቅ ተጋላጭነት ምክንያት ኳራንታይን ዉስጥ ያሉ ግለሰቦች ሙሉ የ14-ቀን ኳራንታይን ጊዜን መጨረስ አለባቸው እና በCOVID-19/ኮሮናቫይረስ እንዳለበት ለተረጋገጠ ሰው ግንኙነቶች መመርመራት የተገለጹ መመሪያዎችን በ coronavirus.dc.gov/healthguidance መከታተል አለባቸው።

ጉዞን ሲያሰቡ የሚከተሉትን ያስተውሉ፣

- ጉዞው እርስዎ ወይም ሌሎች ላይ የሚያመጣው ስጋት ከጥቅሙ እንደሚበልጥ ከትኩረት ያስገቡ።
- እርስዎ ወደሚጓዙበት ቦታ COVID-19/ኮሮናቫይረስ እየተሰራጨ ከሆነ፣ ሲጓዙ በቫይረሱ ሊያዙ ይችላሉ እና ሲመለሱ ለቤተሰብዎ አባላት ሊያስተላልፉ ይችላሉ።
- በማህበረሰብ ውስጥ COVID-19/ኮሮናቫይረስ አሁንም እየተሰራጨ ከሆነ፣ እርስዎ ምንም እንኳን ምልክቶችን ባያሳዩም ቫይረሱን ወደ ሌሎች ሰዎች የሚያስተላላፍበት እድል ይኖራል።
- በእድሜ የገፉ ሰዎች ወይም ከባድ ህመም ያለባቸው ሰዎች በCOVID-19/ኮሮናቫይረስ ምክንያት ለከፍተኛ የጤና መወሳሰብ አደጋ የተጋለጡ ናቸው እና መጠንቀቅ አለባቸው።
- ምልክቶች ካለዎት ወይም COVID-19/ኮሮናቫይረስ ያለበት ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት ከነበርዎት፣ አይጓዙ።

- የቅርብ ግንኙነት ማለት ከአንድ ሰው ጋር በሃያ-አራት (24) ሰዓታት ጊዜ ውስጥ በአጠቃላይ ለአስራ አምስት (15) ደቂቃዎች በ ስድስት (6) ጫማ/2 ሜትር ርቀት ውስጥ ማሳለፍ ማለት ነው።

የተወሰኑ ስጋቶች ከተለያዩ የጉዞ ዘዴዎች ጋር ይያያዛሉ።

- የአውሮፕላን ጉዞ፣ የአየር ጉዞ የደህነነት መስመሮች እና የኤርፖርት ተርሚናሎች ጋር ጊዜ ማሳለፍን ስለሚጠይቅ፣ ከሌሎች ሰዎች ጋር የቅርብ ግንኙነት እንዲኖርዎ እና በተደጋጋሚ ለሚነኩ ስፍራዎች ሊያጋልጥዎ ይችላሉ። ብዙ ቫይረሶች እና ሌሎች ጀርሞች በረራዎች ላይ በቀላሉ አይሰራጩም ንፊስ የሚተላለፍበት እና አውሮፕላን ላይ የሚጣራበት ሁኔታ ምክንያት። ይሁን እንጂ፣ በተጨማሪም በረራዎች ላይ ማህበራዊ ርቀትን መጠበቅ አስቸጋሪ ስለሆነ እርስዎ ከሌሎች ሰዎች አጠገብ (በ6 ጫማ ርቀት ውስጥ)፣ አንዳንድ ጊዜ ለሰዓታት፣ ሊቀመጡ ይችላሉ። ይህ ደግሞ COVID-19/ኮሮናቫይረስ የመጋለጥ እድልን ይጨምራል።
- የባስ ወይም የባቡር ጉዞ፣ በባስ ወይም በባቡር ለማንኛውም የጊዜ ርዝመት ያክል መጓዝ በ6 ጫማ/2 ሜትር ርቀት ውስጥ ከሌሎች ሰዎች አጠገብ መቆመጥን ወይም መቆምን ሊያስከትል ይችላል።
- የመኪና ጉዞ፣ ለነዳጅ፣ ለምግብ ወይም ለመጻፍ ቤት መንገድ ላይ መቆም እርስዎ እና አብረው ከእርስዎ ጋር የሚጓዙትን ከሌሎች ሰዎች ጋር በቅርብ ርቀት ላይ እንዲሆኑ ሊያደርጉ እና ከተበከሉ ስፍራዎች ጋር ንኪኪ ሊያስከትሉ ይችላሉ።
- የሽርሽር መርከቦች፣ የበሽታ መቆጣጠር እና መከላከል ማዕከላት (CDC) በአሁን ወቅት ተጓዦች ሁሉንም ዓለምአቀፍ የመርከብ ጉዞዎችን እንዳያደርጉ ይመክራል።

ወደ DC ለሚመጡ ጎብኚዎች።

እነዚህ መስፈርቶች ከ100000 ሰዎች 10 ኬዝ በላይ የሰባት (7) ቀን አማካይ የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ ፍጥነት ካለበት ስቴት ወይም የበሽታ መቆጣጠር ማዕከላት ድህረገጽ ላይ የደረጃ 3 (ከፍተኛ ስጋት) የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ የጉዞ ጤና ማስታወቂያ ካለው ሀገር ወደ ዋሺንግተን ዲሲ የሚጓዙ ማንኛውም ሰው ላይ ይተገበራሉ። ከዚህ መስፈርት ነፃ የሆኑ ለተሻሻለው የስቴቶች ዝርዝር coronavirus.dc.gov/phasetwo ይጎብኙ። ለ ጉዞ ጤና ማስታወቂያዎች የ CDC ድረገጽ cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/map-and-travel-notice.html ይመልከቱ።

ተጓዦች DCን ከመጎብኘት በፊት የሚከተሉትን እርምጃዎች መውሰድ አለባቸው።

- ከመጓዝ በፊት 72 ሰዓታት ውስጥ፣ ተጓዦች የ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምርመራ ማግኘት አለባቸው።
 - ተጓዦች ምልክቶች ከሌለው፣ PCR ምርመራ ለCOVID-19 ከአንቲጅን ምርመራ ይመረጣል።
 - የምርመራ ውጤት ነገረብ ሆኖ እስኪመለስ ጉዞ መካሄድ የለበትም።
 - የምርመራ ውጤቶች መጠባበቅ ላይ ካሉ አይጓዙ።
 - የምርመራ ውጤቱ ፖዘቲቭ ከሆነ፣ ራስዎን ለብቻ ያወጡ። አይጓዙ።
- የተረጋገጠ የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ ፖዘቲቭ ኬዝ ጋር የቅርብ ግንኙነት ካለዎት አይጓዙ።
- በግል ተሽከርካሪ መጓዝ በጥብቅ ይበረታታል።
- ለ 3 ቀናት በላይ DCን የሚጎብኙ ከሆነ፣ ሁለተኛ ምርመራ ከመድረስ በኋላ 3-5 ቀናት ውስጥ እስኪወሰድ እና ነገረብ ሆኖ እስኪመለስ እንቅስቃሴዎችን መገደብ አለብዎት።
 - ተጓዦች DC ውስጥ እያለ ተመርምሮ ፖዘቲቭ ከሆነ፣ ወደ ቤት ከመጓዘቸው በፊት የብቻ መውጣት ጊዜያቸውን መጨረስ አለባቸው፣ እና ማንኛውም የቅርብ ግንኙነት ያለው ሰው የ 14-ቀን ኳራንታይን መጨረስ አለበት።
- ሁሉም ጎብኚዎች በጉብኝታቸው ጊዜ ለ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምልክቶች የራስ-ቁጥጥር ማድረግ አለባቸው።
 - ምልክቶች ከታዩ፣ ራስዎን ለብቻ ያወጡ እና ይመርመሩ።
 - የምርመራ ውጤቱ ነገረብ ሆኖ ከተመለሱ፣ በታቀዱት ስራዎች ይቀጥሉ።
 - ምርመራው ፖዘቲቭ ከሆነ፣ ራስዎን ለብቻ ያወጡ።
- በ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምርመራ ጥረቶች፣ እንደ የግንኙነት ዱካ ፍለጋ፣ ማስፈጸሚያዎች፣ ወይም ቁጥጥሮች ውስጥ የሚሳተፉ የዲስትሪክቱ ባለሥልጣናት፣ ለነገረብ የምርመራ ውጤቶች ሊጠይቁ ይችላሉ። ይህንን የማያደርጉ ጎብኚዎች ለ14-ቀናት የራስ-ኳራንታይን ማድረግ አለባቸው።
- እንደ ዩኒቨርሲቲዎች፣ አሰሪዎች፣ ሆቴሎች፣ ሆስፒታሎች፣ የመሰብሰቢያ እንክብካቤ ተቋማት፣ እና የአምልኮ ቤቶች ያሉ የግል ተቋማት ስለ ቅርብ ጊዜ ጉዟቸው ጎብኚዎችን ሊጠይቁ ይችላሉ እና ወደ ተቋማቸው መግቢያን ሳይፈቅዱ በፊት የነገረብ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምርመራ መዘገብን ሊጠይቁ ይችላሉ።
 - እንዲህ ዓይነት ማረጋገጫን የማያቀርቡ ወይም ማቅረብ የማይችሉ ጎብኚዎች ዲስትሪክቱ ውስጥ ከመድረሳቸው በፊት
 - ለ አስራ አራት (14) ቀናት የራስ-ኳራንታይን ማድረግ አለባቸው።
 - እንዲሁም ተቋማት አዲስ ደንቦችን ማስፈጸም ይችላሉ። እንደ ለጎብኚዎች የግዴታ ኳራንታይን፣ አስፈላጊ ሆኖ እንደታዩ።

- የምርመራ መስፈርቶች የማይመለከቷቸው፦
 - ከሜሪላንድ እና ቨርጂኒያ የሚመጡ ጎብኚዎች (ወደ DC ከመጓዣው በፊት ለባለፉት 14 ቀናት ከፍተኛ ስጋት ወዳለበት አካባቢ እስካልተጓዙ ድረስ)
 - ለ24 ሰዓታት በታች ወደ DC የሚመጡ ጎብኚዎች
 - ወደ DC መተላለፊያ ውስጥ ከፍተኛ ስጋት ያለበት አካባቢ ውስጥ ለማለፍ ብቻ የቆዩ ጎብኚዎች (ለምሳሌ፣ በአዉሮፕላን ማረፊያ በኩል ወይም በመኪና)፣ በመተላለፊያ ጊዜ የማህበራዊ እንቅስቃሴዎች ውስጥ ወይም ከፍተኛ-ስጋት ባህሪ ውስጥ ያልተሳተፉ እስኪሆኑ ድረስ።
- በተጨማሪም፦
 - ለወሳኝ ሥራ ወደ DC የሚመጡ ሰዎች DC ውስጥ ያደረጉት ሁለተኛ ምርመራ ውጤቶችን ሳይቀበሉ በፊት ሥራዎቹን ሊፈጽሙ ይችላሉ (የ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምልክቶች፣ መጠባበቅ ላይ ያለ የ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምርመራ ውጤት፣ ወይም ባለፉት 14 ቀናት ውስጥ የተረጋገጠ የ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ኬዝ ጋር ግንኙነት እስኪሌላቸው ድረስ)
 - **ማስታወሻ፦** የወሳኝ ሥራ ሰራተኞች ለ DC ጉዟቸው የገደብ በላይ ማስታወቂያ ጊዜ ካላቸው፣ ከመጓዣው በፊት ምርመራ ማድረግ ይጠበቅባቸዋል።
 - ለቤተሰብ ድንገተኛ ሁኔታ ወይም ቀብር ሥነ-ሥርዓት ምክንያት ወደ DC የሚጓዙ ሰዎች ከመምጣታቸው በፊት ነገራቸውን የምርመራ ውጤትን መወሰድ አያስፈልጋቸውም ይህን ማድረግ የማይቻላቸው ከሆነ፣ ነገር ግን እንቅስቃሴያቸውን ከድንገተኛ ጉዟቸው ዓላም ጋር ወደሚያያዙ ብቻ መገደብ አለባቸው።
 - ከሜሪላንድ፣ ቨርጂኒያ፣ ወይም ዝቅተኛ ስጋት ካለው ስቴት ወይም ሀገር ውጭ ከሆነ ቦታ ወደ ዲስትሪክቱ በመደበኛነት የሚጓዙ ሰዎች፣ በተጨማሪ ከጊዜ ወደ ጊዜ ለ COVID-19/ኮሮናቫይረስ መመርመር አለባቸው፣ አንድ አንድ ጉዟቸው የ 24 ሰዓታት ቆይታ በታች ቢሆኑ እንኳ።

ለ DC ነዋሪዎች፦

ከሜሪላንድ፣ ቨርጂኒያ ወይም ዝቅተኛ ስጋት ካለበት ስቴት ወይም ሀገር ውጭ ከሆነ ቦታ ተጉዘው ወደ ዲስትሪክቱ የሚመለሱ DC ነዋሪዎች ወይ፦

- ሲመለሱ የለት ተአለት እንቅስቃሴን ለ14 ቀናት መገደብ ወይም ወይም
- ወደ DC ከተመለሱ በኋላ የለት ተአለት እንቅስቃሴን መገደብ እና 3-5 ቀናት ውስጥ ለ COVID-19/ኮሮናቫይረስ መመርመር አለባቸው።
 - ምልክቶችን እያዩ ከሆኑ፣ የምርመራ ውጤቶች እስኪመለሱ ድረስ በቤት ራስዎን ለብቻ ያዉጡ።
 - የምርመራ ውጤቶች መጠባበቅ ላይ እያሉ ኳራንታይን የማድረግ ምክራብ ለሁሉም ይሰራል።
- ከ ጉዞ በኋላ DC ነዋሪዎች ለ 14 ቀናት ለ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ምልክቶች የራስ-ቁጥጥር ማድረግ አለባቸው። እና ምልክቶችን ካዩ ራሳቸውን ለብቻ ማዉጣት እና ምርመራን መፈለግ አለባቸው።
- እነዚህ መስፈርቶች ወሳኝ ሥራን ለመስራት የሚጓዙ፣ እየሰሩ እያሉ ወይም ወሳኝ እንቅስቃሴዎች (ለምሳሌ፣ ምግብ፣ የህክምና እንክብካቤ ወይም መድሃኒቶችን ማግኘት) ውስጥ ሲሳተፉ እነሱ ላይ አይተገበሩም። የ14 ቀን የጊዜ ቆይታ እስኪያልቅ ወይም ነገራቸውን የሆነ የ COVID-19/ኮሮናቫይረስ የምርመራ ውጤት እስኪቀበሉ ሥራ ላይ ከሌሉ እንቅስቃሴዎችን መገደብ አለባቸው።
- ተቋማት/አሰሪዎች ሌሎች ደንቦችንም ሊያስፈጽሙ ይችላሉ፣ እንደ ለተጓገሩት የግዴታ ኳራንታይን፣ አስፈላጊ ሆኖ እንደታየ።
- ወደ ሜሪላንድ እና ቨርጂኒያ መጓዝ የሚፈቀድ ቢሆንም፣ በእነዚያ ክልሎች ውስጥ ከሌሎች የክልሉ አካባቢዎች የበለጠ ከፍተኛ አደጋ ሊሆኑ ስለሚችሉ ወደ ክልሎቹ የሚያደርጓቸውን አስገዳጅ ያልሆኑ ጉዞዎችን እና የመዝናኛ መዳረሻዎችን በጥንቃቄ አስቡበት።

እንቅስቃሴዎችን መገደብ እና የራስ-ቁጥጥር፦

- የራስ-ቁጥጥር የሚጨምሩት በቀን ሁለት ጊዜ የሰውነት ሙቀትዎን በቴርሞሜትር መለካት እና ከ COVID-19/ኮሮናቫይረስ ጋር ለሚገናኙ ማንኛውም ምልክቶች ቁጥጥር ማድረግ። የሰውነት ሙቀትዎን ለማስመዘገብ እና ምልክቶች ካሉ ማስታወሻ ይጠቀሙ።
- ለጎብኚዎች፣ የምርመራ መስፈርቶች እስኪሟሉ እና የምርመራ ውጤቶች ነገራቸውን ሆነው እስኪመለሱ እንቅስቃሴዎችን ወደ ቅድሚያ የጉብኝት ዓላማዎ ይገድቡ። በተቻለ መጠን ከህዝብ መዋቅር ይቆጠቡ።
- ከጉዞ በኋላ ለሚመለሱ የ DC ነዋሪዎች፦ አስፈላጊ ሲሆን ብቻ ከቤትም በመዉጣት፣ የህዝብ መሰብሰብን (የትኛውም መጠን) በማስወገድ፣ እና ሌሎች ካልተጓዙት ማህበራዊ ርቀትን በመጠበቅ፣ ቤተሰብዎ ውስጥ ጨምሮ፣ እንቅስቃሴዎችን ይገድቡ። ይህ የምርመራ መስፈርቶች እስኪሟሉ እና የምርመራ ውጤቶች ነገራቸውን ሆነው እስኪመለሱ መከተል አለበት።

ምልክቶቹ ከታዩብዎ።

- ከሌሎች ለይተው ራስዎን ለብቻ ያወጡ።
- ከጤና እንክብካቤ አቅራቢ ጋር ይመካከሩ እና ምርመራን ይፈልጉ። አስቀድመው ይደውሉ እና ምልክቶችዎን ይነገሯቸው።
- መቆያ ቦታዎን/ቤትዎን እንደ የጤና እንክብካቤ/ምርመራ መፈለግ ላሉ ወሳኝ ዓላማዎች ብቻ ለቀው ይወጡ።
- ወደ 911 ይደውሉ ድንገተኛ የህክምና ሁኔታ እንደ መተንፈስ መቸገር፣ የትንፋሽ መቆራረጥ፣ የማያቋርጥ የደረት ህመም ወይም ግፊት፣ አዲስ የሆነ ግራ መጋባት፣ ወይም መንቃት አለመቻል፣ ሰማያዊ ከንፈሮች ወይም ፊት።
- እርስዎ የCOVID-19 ምርመራ ካስፈለገዎት፣ የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ የምርመራ አማራጮች ላይ መረጃ በcoronavirus.dc.gov/testing ይገኛል።
- COVID-19/ኮሮናቫይረስ ከተገኘብዎ ምን ማድረግ እንዳለብዎ በተመለከተ ለበለጠ መረጃ የCOVID-19/ኮሮናቫይረስ ምርመራቸው ፖዘቲቭ የሆኑ ሰዎች የጤና መመሪያን ይመልከቱ በ coronavirus.dc.gov/healthguidance።

የመጋለጥ አደጋዎችን ለመቀነስ የጉዞ ፍላጎቶችን ያቅዱ።

- ለአጠቃላይ ጉዞው በቂ የሆነ መድሃኒት ይያዙ።
- በቂ የሆነ አልኮል ያለው የእጅ ማጽጃ(ቢያንስ 60% አልኮል) ይያዙ እና በእጅዎ ይያዙት።
- በህዝብ ስፍራዎች ላይ እና ማህበራዊ ርቀትን ማድረግ በማያስችሉ የውጭ ስፍራዎች ላይ የሚያደርጉት የጨርቅ የፊት መሸፈኛ ይያዙ።
- ለጉዞዎ ምግብ እና ውሃ ያዘጋጁ። ምናልባት ራስዎን እና የምግብ ሰቆች ዝግ ከሆኑ የማይበላሽ ምግብን ይያዙ።
- የሚጓዙበትን ክፍሎች የሚያጸዱ ከሆነ፣የCDCን የማጽዳት እና የዲስኪንጌሽን መመሪያ ይመልከቱ cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html#clean-disinfect.

የክልል እና የአካባቢን የጉዞ ገደቦች ይተግብሩ።

- ለወቅታዊ መረጃ እና የጉዞ መመሪያ ባሉበት፣ መንገድ ላይ፣እና በጉዞ መዳረሻዎ ላይ፣ የክልሉን ወይም የአካባቢውን የጤና መመሪያን ይመልከቱ። በCDC ድረገጽ ላይ የክልል እና የአካባቢ የጤና መመሪያ ድረገጾች ዝርዝር ሊገኝ ይችላል። cdc.gov/publichealthgateway/healthdirectories/healthdepartments.html.
- በጉዞ ላይ እያሉ፣የክልል ወይም የአካባቢ መንግስት እንደ ቤት ውስጥ የመቆየት ወይም ባሉበት የመጠለል ትእዛዝ፣ መዳረሻ ላይ አስገዳጅ ራስን ማግለል (ኳረንታይን)፣ወይም የክልል ድምበር መዝጋት የመሳሰሉ የጉዞ ገደቦችን ሊያስቀምጥ ይችላል። ሲጓዙ ያሉትን መሻሻሎችን ያረጋግጡ።

ለዓለም-አቀፍ ጉዞ።

- ኗሪዎች ያልሆኑ እንዳይገቡ የሚከለክሉ ወይም ጎብኚዎች ራሳቸውን ለይተው እንዲቆዩ የሚያስገድዱ የጉዞ ገደቦች ሊኖሩ እንደሚችሉ ይገንዘቡ።
- የጎብኚዎች ገደቦች በየጊዜው ይለዋወጣሉ። ዓለምአቀፍ በረራዎችን ለማድረግ ከማቀድዎ እና ከመጓዝዎ በፊት ምን አይነት ገደቦች እንዳሉ ማወቅ አስፈላጊ ነው።
- ወደ ውጭ ከተጓዙ፣ የጉዞ ገደቦች እና መቋረጦች ሊኖሩ ስለሚችሉ ሊመለሱ ስለመቻልዎ ምንም ዋስትና እንደሌለ ያስታውሱ።

እነዚህ ምክረ ሀሳቦች መሻሻላቸውን ይቀጥላሉ። ለወቅታዊ መረጃ እባክዎ coronavirus.dc.gov በመደበኛነት ይጎብኙ።