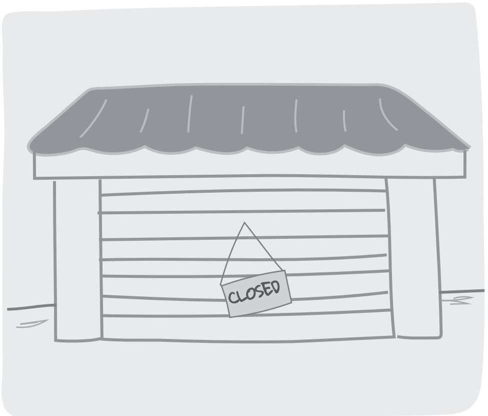
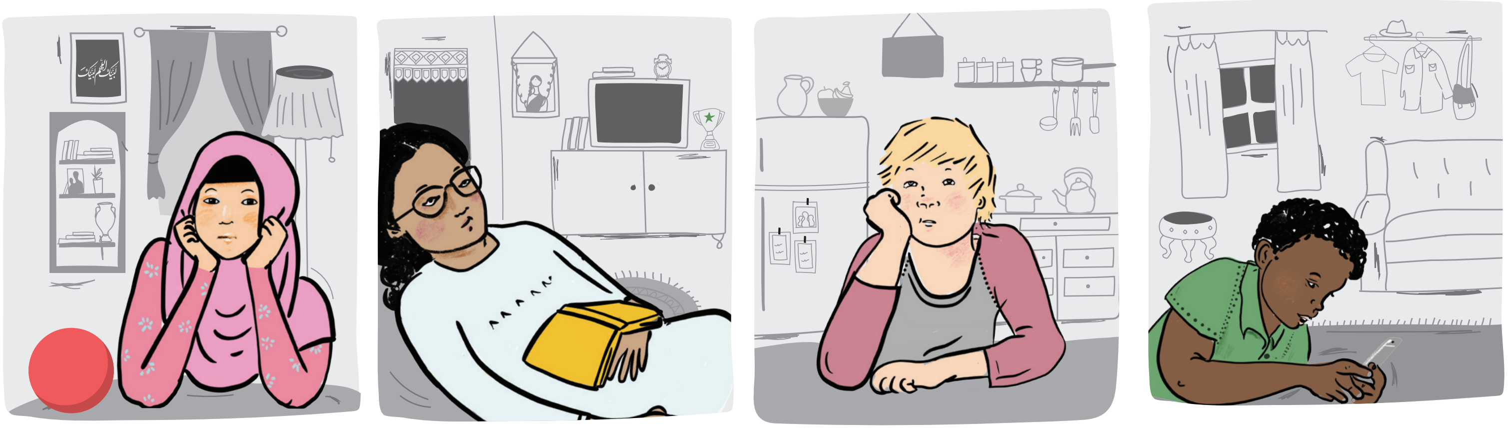
ዕለቱ ብሩህና ፀሃያማ ቀን ነው። የከተማው ክፍሎች ፀጥ እረጭ ብለዋል። በሁሉም ቦታ ፀጥታ ሰፍኗል።

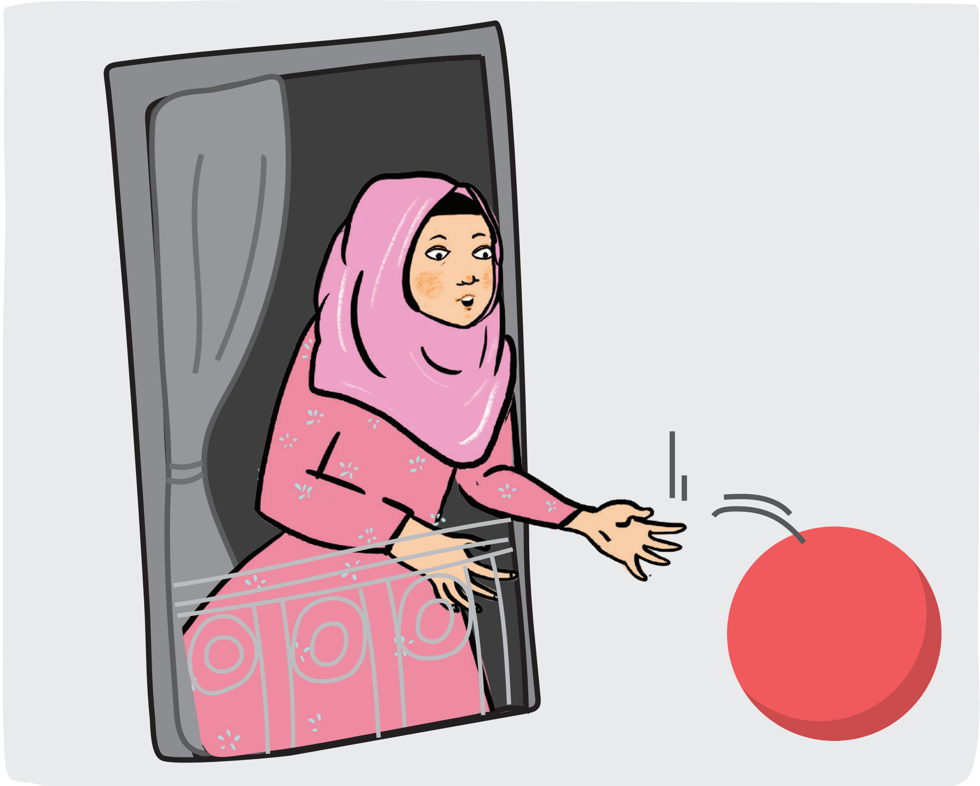


መንገዶች ሁሉ ባዶ ናቸው፤ ሱቆች እና ሱፐር ማርኬቶች ክፍት ቢሆኑም በአንፃራዊነት መደርደሪያዎቻቸው ባዶ ናቸው። የትምህርት ቤቶች በሮች ዝግ ሲሆኑ በመንገድ ላይ አንድም ሰው አይታይም።



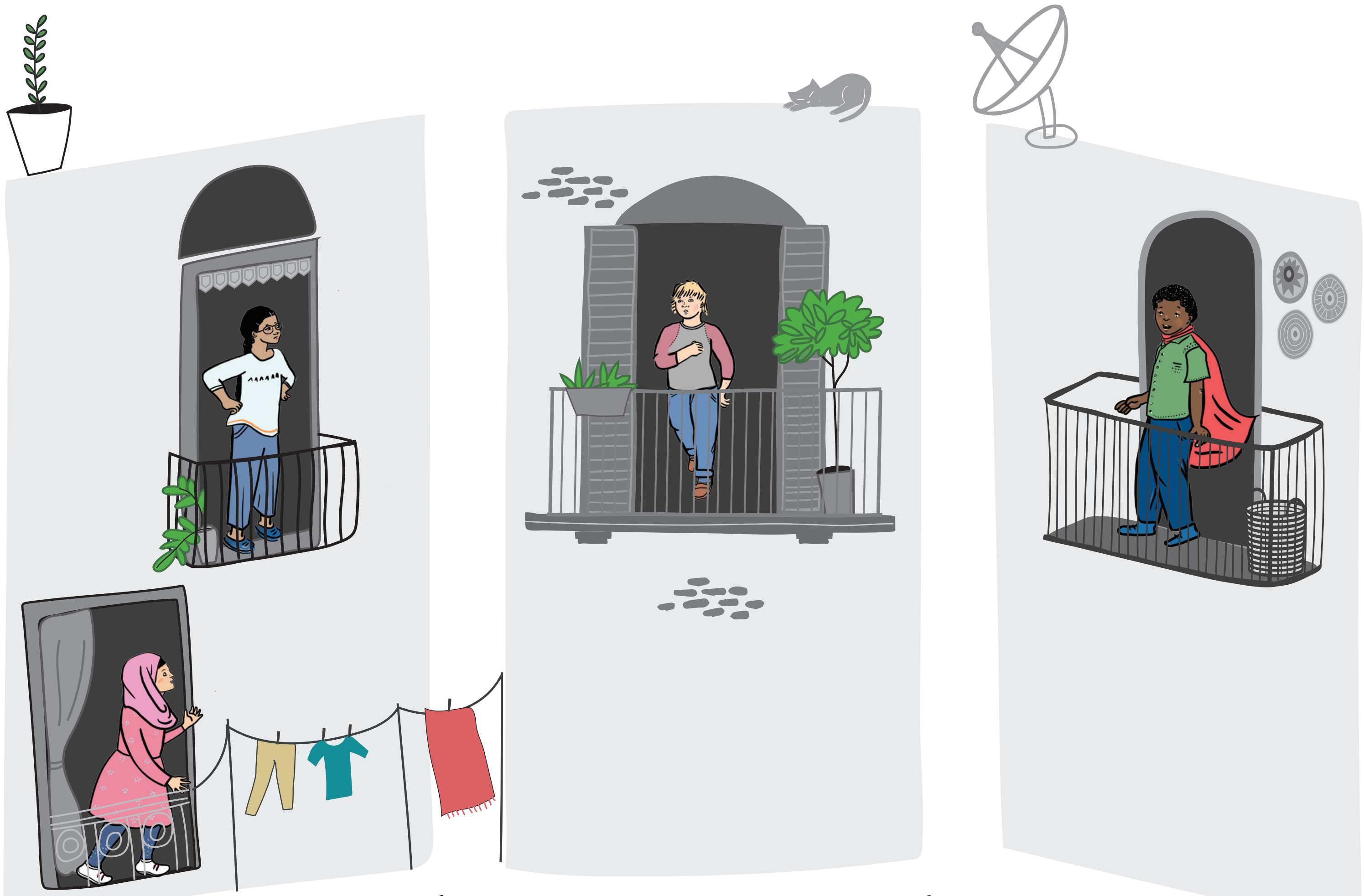
ትምህርት ቤቶች ተዘግተዋል። አሚና፣ ታምራት፣ ታዬ ፣ እና አለም በቤቶቻቸው ውስጥ ተወስነው ተቀምጠዋል። ከቤታቸው መውጣት ባለመቻላቸው ተሰላችተዋል።

በነገሩ የተሰላቸውአካቿ መልስ ለማግኘት ወስኗል። እዚያው ከተማ ውስጥ ወደሚሰራውና ወደታወቀው አጎቱ ስልክ ደወለ።



በታምራት መስኮት ፊት ለፊት አቅጣጫ ኳስ ሲወድቅ አየና።

ብሎ ጮኸና እየሮጠ ወጣ።



የኦሊቨርን ድምጽ የሰሙ ሁሉ ሮጠው ወደ በረንዳቸው ወጡ።

ነገ የእህቴ የልደት ቀኗ ነው። የመዝናኛ ዝግጅት አቅደን ነበር፤ ነገር ግን ወላጆቼ እንዲሰረዝ አድርገዋል። አሁን እሷ እያለቀሰች ነውና በጣም አሳዝናኛለች።
አንድ ትንሽ ህéን ልጅ እንዳታከብር መደረጉ አግባብነት ያለው አይመስለኝም። በአካባቢያችን ውስጥ ካሉ ሰዎች ውስጥ በቫይረሱ የተያዘ ሰው ስለሌለ እኛ ደህንነታችን ተጠበቀ ነው ማለት ነው።
ስሙ ይሄ ለጥንቃቄ የተደረገ ነው። በአሁኑ ወቅት ጥንቃቄ ቁልፍ ጉዳይ ነው።
ኮሮና ድንበር አይገድበውም። የትም ቦታ ሊከሰት የሚችል ነው በአፍሪካ፣ በእስያ፣ በአሜሪካ፣ በአውሮፓ ... በትላልቅም ሆነ በትናንሽ ከተሞች እንዲሁም በመንደሮች ሳይቀር።
በትክክል። በከተማም ይሁን በመንደር መኖራችን ለውጥ አያመጣም - ቫይረሱ እዚያም ይደርሳል። ሰው በጣም የሚበዛባቸው በመሆኑ ከተሞች የበለጠ ይጎዳሉ።
አዎን፤ አንድ ሰው ካስነጠሰው፣ ካሳለው ወይም ከሌላ ሰው ጋር ከተጨባበጠ ኮሮና ወደሌላ ጤነኛ ወደሆነ ሰው ሊተላለፍ ይችላል። ኮሮና ወደ ሰውነት ውስጥ በአፍ፣ በአይን፣ በአፍንጫ በኩል ሊገባ ይችላል።
ነገር ግን በቫይረሱ ምክንያት ስለመታመማችን እንዴት ማወቅ እንችላለን? እናቴ ዛሬ ጠዋት አንድ ጊዜ አነጥሳለች። ኮሮና የያዛት ይመስልሃል? ልትሞት ትችላለች?
አንድ ጊዜ ማስነጠስ ምንም ማለት አይደለም። ነገር ግን የሕመም ስሜት ባይሰማሽም እንኳን Covid-19 ሊኖርብሽ ይችላል፤ እና ሌሎች ሰዎችን ልትበክይ ትችያለሽ። በዚህም ምክንያት ነው ኮሮና በየዓመቱ ከሚከሰተው ጉንፋን ይልቅ በቀላሉ ሊስፋፋ የሚችለው።
ኮሮና ሰውነታችን ውስጥ ከገባ ይባዛል። የሰውነታችን የመከላከያ ስርዓት ከቫይረሱ ጋር ትግል ስለሚያደርግ የሰውነታችን ሙቀት ይጨምራል፤ ሳልም ይኖረናል። ቀደም ያለ የጤና ችግር ያለባቸውና ዕድሜያቸው ከ50-60 የሆናቸው ሰዎች እንደ ወንድ እና ሴት አያቶቻችን ያሉ ሰዎች በቀላሉ ሊታመሙ ይችላሉ። አንዳንድ ጊዜ ሕይወታቸውን ለማትረፍ ሆስፒታል ውስጥ ሆነው ሕክምናቸውን መከታተል ሊኖርባቸው ይችላል።

ነገር ግን አሁንም ቢሆን ስለ አሚና እህት ሃዘን ይሰማኛል። የልደት ቀኗን ለማክበር መቻል አለባት።

የአሚና ወላጆች ያደረጉት ትክክል ነው፤ እህቷን ብቻ ሳይሆን በዝግጅቱ ላይ ለመካፈል የሚመጡትን ሁሉ ነው እየተከላከሉ የሚገኙት።

ቤታችሁ ቆዩ እና ከቅርብ የቤተሰብ አባላት ጋር ብቻ ግንኙነት አድርጉ።

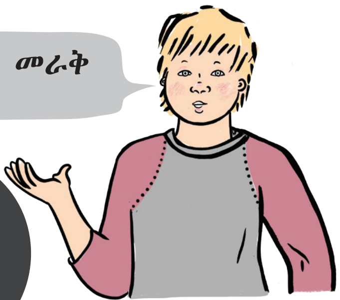
ከእናንተ ጋር አብረው የሚኖሩም ቢሆን እንኳን ከወንድ እና ሴት አያቶቻችሁ ጋር የሚኖራችሁን ርቀት ጠብቁ።

ምግብ ለመግዛት እንደመሳሰሉት እጅግ አስፈላጊ ለሆኑ ጉዳዮች ካልሆነ በስተቀር ከቤታችሁ አትውጡ።

ይህም ማህበራዊ ከሌሎች ርቀት መጠበቅ ተብሎ ይጠራል።

እሺ። እንግዲያውስ አሚና አንቺም ከሃዘን ልትወጪ ይገባል። ቤተሰብሽ ለሁሉም ጥበቃ እያደረጉ ነው።

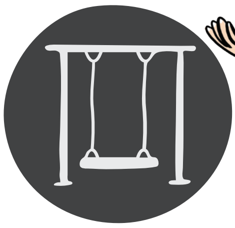
በአሁኑ ወቅት ሁሉም ሊተገብረው የሚገባ እጅግ አስፈላጊ ጉዳይ ማህበራዊ ርቀት መጠበቅን ነው። ቫይረሱ እንዳይስፋፋ ለማድረግ እና ቫይረሱ ሰውነት ላይ እንዳያርፍ ለማድረግ በጣም ውጤታማ መንገድ ነው። በዚህም ምክንያት ነው በርካታ ትምህርት ቤቶች እንዲዘጉ የተደረገው - በከተሞችም በገጠርም - እና ለተወሰነ ጊዜ ከጓደኞቻችሁ ጋር ለመገናኘት አትችሉ ይሆናል።



ወላጆቼ እንደተናገሩት ማህበራዊ ርቀት መጠበቅ ማለት በርከት ካሉ ሰዎች መራቅ ማለትም ነው። መሰብሰብ አይኖርም

የፊልም መመልከቻ የለም

ሬስቶራንት ሄዶ መመገብ የለም



የመጫወቻ ቦታ የለም

ትልልቅ የአካል እንቅስቃሴዎች የሉም

በሰፈር ውስጥ መሰብሰብ የለም

የልደት በዓል ተሰብስቦ ማክበር የለም

አዎን፤ ሰንሰለቱን መስበር ነው። ጥንቃቄ በማድረግ ኮሮና ወደ ሰውነታችሁ እንዳይገባ አድርጉ።
ነገር ግን ሁልጊዜም ቤታችን ውስጥ ልንሆን አንችልም። ምግብ ለመግዛት ወይም ሐኪማችን ዘንድ ለመሄድ ከቤት መውጣት ይኖርብናል። ከዚያስ?
ትክክል ነህ፤ ኦሊቨር። ከቤታችን የግድ መውጣት ካለባችሁ አደጋውን ለመቀነስ ማድረግ የሚገባን ቀላል ነገሮች አሉ።
አንዱ ነገር ለምሳሌ ሰላምታ ለመለዋወጥ ሲባል አለመሳሳም፣ አለመተቃቀፍ ወይም አለመጨባበጥ ነው።
ፈገግታ ማሳየት ወይም “ሃይ” ማለት።
ከሌሎች ሰዎች 1.5 ሜትር ያህል መራቅ።
የሚያስነጥስህ ወይም የሚያስልህ ከሆነ በክንድ ተሸፍኖ ማድረግ።
ወደ ቤት ስትመለሱ እጆቻችሁን በሳሙና መታጠብ።
አዎን፤ እጆቻችሁን ቢያንስ ለ20 ሴኮንዶች ያህል በሳሙናና በውሃ እንዲህ አድርጋችሁ መታጠብ፡
SOAP

1. Palms
2. Back of hands
3. Between fingers
4. Back of fingers
5. Thumbs
6. Fingertips
7. Wrists
ይህን ካደረጋችሁ ኮሮና እጆቻችሁ ላይ እንዳይኖር ልታደርጉ ትችላላችሁ።

ውሃና ሳሙና ለጊዜው በአቅራቢያችሁ ከሌለ እጆቻችሁን በአልኮል በደንብ ማሸት ወይም እጆቻችሁን በሳሙናና በውሃ መታጠብ እስክትችሉ ድረስ ፊታችሁን ከመንካት መቆጠብ።

ሁላችንም በአንድነት ሆነን ኮሮና ወደ ሰውነታችን እንዳይገባ ካደረግን ወይም ሌሎች ሰዎች እንዲበከሉ ካላደረግን የቫይረሱን መስፋፋት ልንቀንሰው እንችላለን። እስከዚያው ድረስ በቤት ውስጥ መጫወት፣ መጽሐፍ ማንበብ እና የቤት ሥራችንን መስራት። የምናውቀውን ነገር ሁሉ ለምናውቃቸው ሰዎች ሁሉ ማካፈል። ኮሮና እንዳይስፋፋ ለመከላከል እኛ አንድ ቡድን ነን።

ለማውቃቸው ሁሉ በፅሁፍ መልዕክት እልካለሁ።
ወላጆቼ ይህንን ለጓደኞቻቸው እንዲያካፍሉ እጠይቃቸዋለሁ ... እርግጥ ነው በስልክ ነው ታዲያ።
ከዚሁ ጉዳይ ሳንወጣ ይህንን ቁልፍ መልዕክት ለጎረቤቶቻችንም እናጋራቸው!
ከቤት
ከቤት አትውጡ
የምትኖሩት በከተማም ይሁን በገጠር ለውጥ የለውም - ራሳችሁን፣ ቤተሰቦቻችሁን፣ እና በአካባቢያችሁ የሚገኙ ሰዎችን ሁሉ ጠብቁ!
ሊቀር የማይችል እጅግ አስፈላጊ ለሆነ ጉዳይ ብቻ ካልሆነ በስተቀር ከቤታችሁ አትውጡ
ከቅርብ የቤተሰብ አባሎቻችሁ ጋር ብቻ የአካል ንክኪ አድርጉ።
ከቤት መውጣት ካለባችሁ፣ ከሌሎች ሰዎች ቢያንስ ከ1.5 እስከ 2 ሜትር ያህል ራቁ
ወደ ቤት ስትመለሱ እጆቻችሁን በሳሙና ታጠቡ
በቀጣይ ቀን
happy birthday!!!
ራሳችሁንና በአካባቢያችሁ የሚገኙ ሰዎችን መጠበቅ እንዳለባችሁ እንዳትረሱ!