

## မာတိကာ

| စဉ်  | အကြောင်းအရာ  | စာမျက်နှာ |
|------|--|-----------|
| (၁)  | နိဒါန်း  | ၂         |
| (၂)  | ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကာကွယ်ရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ရုံး/ဌာန ဝန်ထမ်းများ မဖြစ်မနေ သိရှိထားရန် အချက်များနှင့် အချင်းချင်းအသိပေးသတိပေး ပြောကြားရမည့်အချက်များ | ၃         |
| (၃)  | ရုံးလုပ်ငန်းဌာနများတွင်လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါ ကာ ကွယ်ရေး လုပ်ငန်းများ  | ၁၂        |
| (၄)  | ရုံး/ဌာနများတွင် စီမံခန့်ခွဲမှုနည်းလမ်းအရ ကြိုတင်စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထား ရမည့် အချက်များ   | ၁၂        |
| (၅)  | ရုံး/ဌာန တာဝန်ရှိသူများနှင့် ဝန်ထမ်းများလိုက်နာရန် အချက်များ   | ၁၄        |
| (၆)  | အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ရောဂါကူးစက်ခြင်းမှကာကွယ်ရန် ဝန်ထမ်းအားလုံးအတူ တကွ လိုက်နာရမည့်အချက်များ (Respiratory Hygiene)                    | ၁၄        |
| (၇)  | လက်မှတစ်ဆင့် ပါးစပ်၊ နှာခေါင်းနှင့် မျက်လုံးအတွင်းသို့ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါပိုး ဝင်ရောက် ကူးစက်ခြင်းကို ကာကွယ်ခြင်း (Hand Hygiene)                | ၁၅        |
| (၈)  | ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက်မကူးစက်စေရေး တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး (၆)ပေအကွာ ခပ်ခွာခွာ နေထိုင်ခြင်း (Physical Distancing)                          | ၁၅        |
| (၉)  | အလုပ်နှင့်ပတ်သက်သည့် ခရီးများလျော့ချခြင်း၊ လျော့ချနိုင်ရန်စီမံခြင်း  | ၁၆        |
| (၁၀) | သန့်ရှင်းရေး ပုံမှန်ပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ပိုးသတ်သန့်စင်ခြင်း  |           |
| (၁၁) | ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ သင်တန်းပေးခြင်းနှင့်ပညာပေးခြင်း   | ၁၇        |
| (၁၂) | ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ သံသယရှိသော ဝန်ထမ်းများအား စီမံခြင်း  | ၁၇        |
| (၁၃) | အထွေထွေဆောင်ရွက်ရန်အချက်များ   | ၁၈        |