COVID-19 ပြန်ပွားမှုကို တိုက်ခိုက်ရန် Michigan Governor Whitmer က "Stay Home, Stay Sade" အမှုဆောင် အမိန့်ကို လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည်။ အနည်းဆုံး လာမည့် ၃ ပတ်အတွင်း Michigan စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများနှင့် လုပ်ငန်းလည်ပတ်မှုများအနေဖြင့် ကျန်းမာရေး ကိုထိန်းသိမ်းရန် သို့မဟုတ် ကာကွယ်ရန်မလိုအပ်သော လူကိုယ်တိုင်လုပ်ဆောင်မှုများကို ခေတ္တရပ်ဆိုင်းထားရမည်။ ထို့အပြင် Michigan ၌ နေထိုင်သူများသည် အခြေခံအဆောက်အဦး လုပ်သားအင်အား၌ ပါဝင်ခြင်း ပြင်ပလှုပ်ရှားမှုများ၌ ပါဝင်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဆေးရုံသို့သွားခြင်း သို့မဟုတ် ဈေးဝယ်ခြင်း စသည့် မိမိကိုယ်တိုင်အတွက် သို့မဟုတ် မိသားစုအတွက် လိုအပ်သော လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ခြင်းများမှလွဲ၍ မိမိအိမ်များတွင်နေရမည်။

သင်လုပ်နိုင်သည့် အရာများ

- ဈေးဝယ်ခြင်း သို့မဟုတ် အစားအစာ မှာယူခြင်း။
- လိုအပ်သည့် ဆေးညွှန်းများကို ဆေးခန်းမှ သွားယူခြင်း။
- လမ်းလျှောက်၊ တောင်တက်၊ အပြေး၊ စက်ဘီးစီးခြင်း စသည့် အပြင် လှုပ်ရှားမှုများ လုပ်ဆောင်ခြင်း။
- ဆေးရုံသို့သွားခြင်း သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအရေးပေါ် အခြေအနေဖြေရှင်းရန် သို့မဟုတ် သင့် ကျန်းမာရေး ထိန်းသိမ်းရန် သို့မဟုတ် သင်ချစ်သောသူများ၏ ကျန်းမာရေးထိန်းသိမ်းခြင်း။
- အခြားပြည်နယ်၌နေထိုင်နေသူများ Michigan ရှိ ကိုယ့်နေအိမ်သို့ ပြန်လာနိုင်ပါသည်။
- အခြားပြည်နယ်မှ အလည်လာသူများ ကိုယ့်ပြည်နယ်သို့ ပြန်သွားနိုင်ပါသည်။
- သင်၏အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များကိုလမ်းလျှောက်ခေါ်သွားခြင်းနှင့် လိုအပ် သောဆေးကုသမှုအတွက် တိရိစ္ဆာန်ဆရာဝန်ထံခေါ်သွားခြင်း။

သင်မလုပ်နိုင်သည့်အရာများ

- သင်၏အလုပ်ရှင်က သင့်အား အရေးပါသောအခြေခံအဆောက်အအုံဆိုင်ရာဝန်ထမ်းအဖြစ် သတ်မှတ်မထားပါက အိမ်မှ မထွက်ရ။
- လူထုအစည်းအဝေးများတွင် မပါဝင်ရ။

- ဆေးရုံသို့ လူနာသွားတွေ့ခြင်း၊ ဘိုးဘွားရိပ်သာ၊ သို့မဟုတ် အခြား အိမ်ယာထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး အဆောက်အအုံများ (residential care facilities) များူသို့မသွားရ။
- ကုန်တိုက် (mall) သို့မဟုတ် စားသောက်ဆိုင်များသို့ မသွားရ။

လူကိုယ်တိုင် ဝန်ဆောင်မှု ဖြင့်ဖွင့်လှစ်ထားသောစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများသည် ဗိုင်းရပ်စ်ကူးစက်မှုကို အနိမ့်ဆုံးဖြစ်စေရန် လိုသောအဆင့်များကိုလိုက်နာရမည်။ လိုက်နာရမည့်အချက်များမှာ-

- အလုပ်လုပ်ရာတွင် လူများနှင့် ဝေးဝေးနေ ခြင်းကို အားျပးပါ။
- လူကိုယ်တိုင် ဝန်တောင်မှုလုပ်သည့် အလုပ်သမားများကို ကန့်သတ်ပါ။
- ဝန်ထမ်းများအားတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အနည်းဆုံး ၆ ပေအကွာအဝေး၌ နေရန်နှင့် တန်းစီနေသောဖောက်သည်များအတွက်လူမှုရေးအကွာအဝေးကိုမြှင့်တင်ပါ။
- အခြားလူမှုရေး အကွာအဝေးလေ့ကျင့်မှုများနှင့် ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးစင်တာမှ အကြံပြုသော ရောဂါလျှော့ချရေးအစီအမံလိုက်နာရမည်။

ဤရောပါပြန့်ပွားမှု သတင်းအချက်အလက်များသည် အမြဲတမ်း ပြောင်းလဲနေပါသည်။ နောက်ဆုံးပေါ်သတင်းအချက်အလက်များကို Michigan.gov/Coronavirus နှင့် CDC.gov/Coronavirus တွင်ရရှိနိုင်သည်။

Coronavirus ပျံ့နှံ့မှုကိုလျှော့ချရန် ပြည်နယ်၏လုပ်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်ပြီး မေးခွန်းများရှိသူများအတွက် COVID-19 Hotline ကို ဖုန်းနံပါတ် ၁-၈၈၈-၅၃၅-၆၁၃၆ သို့ မနက် ၈ နာရီမှ ညနေ ၅ နာရီအထိ နေ့စဉ် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။