

زانىارى دهربارهى پېڭوئەى كۆرۈنۈش بە زماڭدانى كۆمەلگەدان

دەنەكە دەكرت كە دەپگېردىت بەش دەپكە كە بېگۈنچ ت لەگەل زماڭنى كەسى خو نەر.

- (من ناو) (و من) كارى سەرەكى من لە كۆمەلگە/ شوئىنى كاركردن، (شار ئان شارۆچكە).
- پېڭوئە بېلشېرىن پېڭاڭە بۇ باراسىنى خۆت لە دژى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19). ئەگەر تۇ ئوشى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) (نەپەت، ئەوا ئاكسىنەكە ئەگەرى ئوشېرىن بە نەخۇشى و نىشانەى مەنرەدار و نرسناك كەم دەلەتە.
- پېڭوئەى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) بەمەمان بېلشېرىنى سەلەمەنى پېڭوئەلەنى دېكەدا نېپەر، كە مەموو ئەمەنە سەلەمەت و كارىگەر بوون و پەسەند كراون بۇ بەلەمەنەن لە والىنى شانېرىنى ئەگەر نوو. ئەم پېڭوئەى دەپكەلە بەر مەمەلەنى ئەلە ئان لەكە لەخۇ ئاگرېت. ئەم پېڭوئەى لەسەر دەپان مەزار كەسى چەپاواز ئاقى كراوئەمە لە مەموو پېڭاڭە چەپاواز مەكان و مەموو كەسەنى رەشېرىت، ئاسپاڭى و كەمە نەمەمەلەنى دېكەنى ئاسراو بە (BAME) لە كۆمەلگەدا.
- پېڭوئەلەنى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) (بەخۇراپە بۇ مەموو كەسەك لە والىنى سىكۇئەند. دەپ چۆرە بېلشېرىنى كۆچ و پەنابەرى پېئوسىت ناكات ئەنجام بەرىت بۇ مەگەرېنى پېڭوئەى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) مەروەە خەمەنگوزارى ئەندروسىنى نىشەنەمەنى سىكۇئەند (NHS) (زانپارى دەپ نەخۇشەك نادان بە مەزارەنى ئاوخۇ بەمەمەسەنى چەمەپانەنى پەسەى پەنابەرى و كۆچ.
- پېئوسىت ناكات كە پەمەندەى بېكەت بە بېلشېرىنى خۆت GP) ئان پەمەندەى بېكەت بە بۇردى ئەندروسىنى خەمەنگوزارى ئەندروسىنى نىشەنەمەنى NHS) بە مەمەسەى سازدانى وادە- تۇ پەمەندەى پېئوسىت بە نامە ئان لەمەندەى ئەلەمەنەمە كەتەك كە نۆرەى پېڭوئەكەت ەات بۇ ئەوەى كە پېڭوئەكەت بۇ ئەنجام بەرىت.
- كاتېك كە بانگەشەت كرايت بۇ ئەنجامدانى پېڭوئەكە، ئىكە بۇ. مەموو مەموومان زوونر پېڭوئە ئەنجام بەدەن، ئەمە زوونر دەنەنەن مەموو ئەمە شەنە ئەنجام بەدەن كە لە ئەسنادا ئاتوانەن ئەنجامپان بەدەن. ئەگەر تۇ پېئوسىت بە مەگەرې دەپ، تۇ دەنەنەى پەمەندەى بېكەت بە بۇردى ئەندروسىنى خەمەنگوزارى ئەندروسىنى نىشەنەمەنى NHS) بە مەمەسەى دېپارى كەندى ئەكەك لە مەگەرېلەن بۇ ئۆ.
- مەرومەموو پېڭوئەلەنى دېكە، لەوانەمە تۇ ئوشى مەندەك كاردانەمەى الومەكى زۆر باو بېئەمە، بەلەم مەموو ئەمە كاردانەمە بەشپەمەكى ئاسپاڭى زۆر سووك دەپن و لە چەند پوژىك زېپانر ناخەمەنەت. بۇ ئەمەنە، لەوانەمە تۇ ئوشى مەندەك پەزارى قۇت بېيت لەمە شەنەمەى كە دەمەنەمەكى لەراو، ئان لەوانەمە ئوشى مەندەك سەر ئېشە ئان مەست بە رەشەنەمە بېكەت ئان لەوانەمە مەست بە مەنەمەنى بېكەت ئان مەست بە خوران بېكەت.
- دەپكەلەمەك نېپە كە ئەماژە مەمە بىكات كە پېڭوئەلەنى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) كەلەسەر زازوئى و خەسەنەمەى وەچە بىكات. تۇ بەمەچ شەنەمەك پېئوسىت ناكات كە خۆت بەدوور بېگرىت لە دووگىانى دواى مەگەرېنى پېڭوئەى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19).
- نەپەسراو كە پېڭوئەلەنى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) (دەپ مەنرەبەك دروسىت بىكات لەسەر شىرېندەنى سىرۇئېنى. كەسەنى شارەزاو سېۋېر پېشەنەرى ئەنجامدانى پېڭوئەلەنى ئايرۇسى كۆرۈنۈش COVID-19) (دەكەن بۇ ئەمە خەنەمەنى كە شىرى خۇپان دەمەن بە كۆرەمەلەن. ئەگەر تۇ شىرى خۆت دەمەت بە كۆرەمەك ئان ئەمەى كە مەنەمەت مەپە كە شىرى خۆت بەدەت بە كۆرەمەك تۇ دەنەنەى كە بەردەوام بىت دوايەدواى ئەنجامدانى پېڭوئەكە.

- لەدەمان كاتدا، زانپاری و دانای سەلامەتی لەبەردەستدا ئەبە لەسەر بەلگەرەتانی پێکەوتە قاپۆوسی كۆرۆنا COVID-19) لە كاتێكدا كە خاتمان شیرێ خۆپان دەمەن بە كۆرپەلانیان یان كاریگەری لەسەر مەندالی شێرەخۆرە.
- لەگەڵ ئەوەدا كە ئەم پێكەوتە ئەگەری ئۆسەوونێت بە زەخۆشی مەتەرسەدار كەم دەكەتەوه، بەلەم لەدەمان كاتدا تۆ لەوانە ئەبە هە ئۆشی ئایۆوسی كۆرۆنا COVID-19) بێت و باویشی بکەتەوه. دوابەندای وەرگەرنی پێكەوتە، زۆر گەرگە كە تۆ بەردەوام بیت لەسەر پاپەند بوون بە دواپەن رێنماپەلانی حكومەتەوه.
- ئۆلی لەبەل بکە، پێكەوتە ئەنجام بەدە و ئەم زانیارپازە داو بەش بکە لەگەڵ داوێ و داو پێشە و كەسوكاری خۆت.
- ئەگەر تۆ مەر بێس پارگەلێكە ئەبە سەبارەت بە پێكەوتە ئایۆوسی كۆرۆنا COVID-19)، ئێكە ئە سەردانی ئەم مەلپەرە بکە nhsinform.scot/covid19vaccine یان پەڕەندێ بکە بە هەلی پەرەندی پێكەوتە ئایۆوسی كۆرۆنا COVID-19) بە ژمارە ئەلەفۆنی 0800 030 8013 كە ئەم ژمارە بەردەستە لە كاتێك ئەبە 8 بێانی ئەشەلەكوو 8ی شو مەموو رۆژێك وائە 7 رۆژلە هەفتەدا. زانپاری بەردەستە بەش ئەوهی جی اواز و زمانێ جی اواز لەم بەسەرەوه nhsinform.scot/covid19vaccine/leaflets