

Teci mac riir: Luoi apec ke gel rōt

Lek de bai

Apec ke gel rōt aye kake kōc dhuk ne bēikenic, bēi ci mac ke riok. Atō tenoŋ kanthil de bailoŋ ceŋ kane Muktep ke Kuony de Rōr, kune eyadə keyin be yien aberol, kake kum wum ku gelööp kecin.

Apec ke gel rōt aye ceŋ e raan lō yön ci mac riok cath.

acie kake wec de acuol wei ka luoi de abeth töth.

Athöör de lek, *Teci mac riir: Dhuk bai ne pialguop* ato ne apeckun ke gel rōtic, yen abe yin lek ka binke nyin tiit keyin ken guo lō yot.

Apec ke gel rōt anɔŋic:

- Piothe aberol ye cuatwei (bar kok ku ye thar matholon)
- Ye ceŋ ne ka ye wum kum (P2 face mask)
- Gelöp kecin
- bon de acuol bin apec ke gel rōt taau thin kujol ke cuatwei.

Athöör ke lek:

- *Teci mac riir: Dhuk bai ne pialguop*
- *Teci mac riir: Luoi apec ke gel rōt*



ye kəŋ kede ke gel rōt bake muk?

Neke yene kake gel de rōt pioth atō ku cuet eke wei, raan aleu be ka juic muŋ, kuyen eto ci theek bake lō loi yor.

Kake wum, aberol ku gelöp apieth be ke bēi bei ku cuet eke wei:

- Te ler yin tede lōŋ
- Te jəl yin yot
- Keyin ken guo lō arabiyaic.

Apieth ba ceŋ ne wər murkup le beke ya wec gup ka wak kee ne piu tejel yin yot.

Pioth pioth de apec ke gel rōt:

- Kuany lek ci gor apamic cok ago nyic pioth yene kuom de wum pioth – nyic lan adə ke nim ke raan thok aye rōr cōk ci teu kake ke wuum apieth.

Pioth e aberol ne alathku koth.

Bii bei ku cuerwei de kake gel e rōt:

- Aberol aye piothbei keci wəlic biyic ku təeu ne bəŋ de cuet wei yic.
- Bei gelöp bei ku taau eke ne bəŋkic.
- Wak wərku ne piu tecin kor bake cuar wei.
- Bei kuom de yin wum bei ciən ku taau e bəkic.
- Lō cuare bəŋ tede wathaka.

Lekdit

Thiec kanthil de tecen ka Muktep ke Kuony de Rōr te kör yin kake gel de rōt ka lek de kake gel de rōt.

E gar de Akuma de Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
© wilaya de Victoria, Akutnom de Pialguop ku Lotueŋ de Kōc (Department of Health), Peirou 2021.

Pioth de kuom de wum ku them yen P2 ka N95 them ago nyic lan cen la rok



Liep kuom de wum thok



Gol adit de wum be yic la kothoth



Luonj kuom nom piny ago abit keyic wer



Wer abilic ne cin butdit ku cin theerku



Tau e kuom te thiak kene thok pinydu



Pioth e kuom ne yin wum ku miest e abil nhial



Tau e abil piny ne yi yieth



Tau e abil nhial neyi nom thar



Thany e adir ke kuom thok ne yin wum



Dhiac keyin theny abil thook thin agut bi lo rok apieth

FIT CHECK

Wei thin e emath. Naci lo rok ke kuom abe yic mar thin te lo yin wum



Apieth ne 'kuom ya caar' ago nyic lan cen la rok apieth kuom



Wei thin emath. Kuom abe ye yic guony tecen la rok apieth. acie be naq alir ye lo thin ka

Yeke kaké kuany cok ne nyindhié te tceu yin kuom de wum. Kuom ci yin be gel apieth tecene yen kuoi tau ku kene caar apieth. Röor ci ke thook muut aye kuom ken ke lo rok. Kuom de P2 ka N95 a wacic, yen apieth ba lek de cirika yene loi kuom ya kuany cok.

