

முத்தோருக்குப் பாதுகாப்பான தூர இடைவெளி

வீட்டிலேயே இருக்கவும்

சமூக ஒன்றுகூடல்களையும், கூட்ட நெரிசலான இடங்களையும் தவிர்க்கவும்

பொதுப் போக்குவரத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டுமெனில், உச்ச நேரம் அல்லாத வேளைகளில் பயணம் செய்யவும்

முதியோர் சார்ந்த அனைத்து நடவடிக்கைகளும் தற்போதைக்கு ரத்து

பொது இடங்களில் மற்றவர்களிடமிருந்து 1 மீட்டர் தூரத்தில் இருக்கவும்

பாத்திரங்களைப் பகிர்ந்துகொள்ளாதீர்கள். பரிமாறுவதற்கான கரண்டிகளைப் பயன்படுத்தவும்; சாப்பிடப் பயன்படுத்திய கரண்டியைக் கொண்டு, மீண்டும் உணவைப் பரிமாறுவதைத் தவிர்க்கவும்.

உங்களுக்கு உடல் நலமில்லை எனில்,



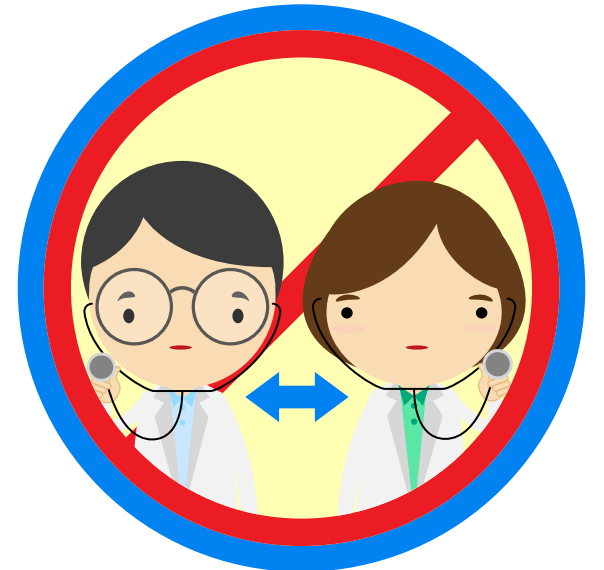
முகக் கவசம் அணிந்துகொள்ளவும்



மருத்துவரைச் சென்று பார்க்கவும்



வீட்டிலேயே இருக்கவும்

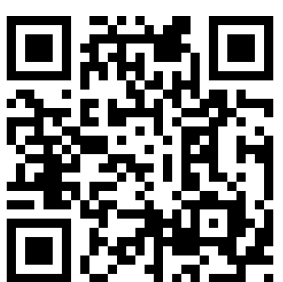
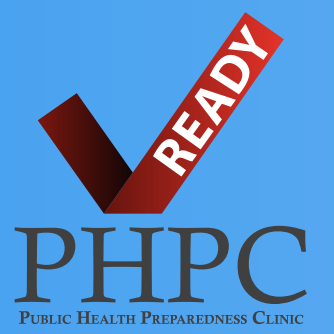


வெவ்வேறு மருத்துவரைகளைச் சென்று பார்க்கவேண்டாம்



நீங்கள் முன்னோடித் தலைமுறை அல்லது மெர்டேக்கா தலைமுறையைச் சேர்ந்தவராக இருந்தால், சுவாச நோய்களுக்காகப் பொது சுகாதார ஆயத்தநிலை மருந்தகங்கள் அல்லது பலதுறை மருந்தகங்களுக்குச் செல்லும்போது \$5 கட்டணம் செலுத்தினால் போதும். (மற்ற சிங்கப்பூரர்களுக்கும் நிரந்தரவாசிகளுக்கும் கட்டணம் \$10 மட்டுமே)

phpc.gov.sg இணையத்தளத்தை நாடவும்



வதந்திகளைப் பரப்பவேண்டாம்

கொவிட்-19 குறித்த ஆக அண்மைத் தகவல்களுக்கு, Gov.sg வாட்ஸ்ஆப் சேவைக்குப் பதிந்துகொள்ளுங்கள் (www.go.gov.sg/whatsapp)

gov.sg

23 மார்ச் 2020 நிலவரப்படி