



PM Care
info grafik Mei 2020



HARI RAYA AIDIL FITRI dalam suasana NORMA BAHARU



Ketiadaan vaksin
buat masa ini bererti
kita perlu sentiasa berwaspada.

1. Penjarakan Sosial

Kita memerlukan jarak untuk merintang diri kita dari sekitar yang mungkin sahaja membawa virus. Virus boleh berada dalam titisan halus air (droplets) yang terlepas bila seseorang bercakap, batuk (sehingga 6 meter) atau bersin (sekitar 8 meter). Lebih jauh kita berada lebih kurang risikonya.

2. Gunakan topeng pelindung/penutup muka (hidung & mulut) yang sesuai

Kerap kita tidak dapat mengamalkan penjarakan dengan sempurna, topeng muka menjadi penghalang virus menerjah ke dalam saluran pernafasan kita.

Topeng penutup muka ini bersifat pakai-buang. Ia lebih wajar dibuang di tempat yang selamat setelah lebih-kurang 8 jam digunakan.

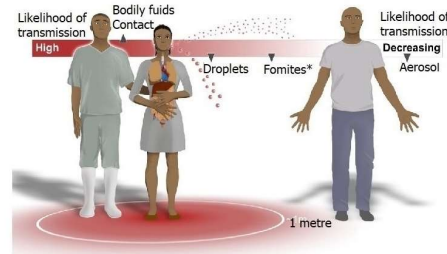


*Makin ramai orang yang kita tempuhi,
makin tinggi risiko kita untuk dijangkiti.*



3. Elak bersentuhan

Kemesraan adalah bertautnya hati dan perasaan. Bersentuhan masih perlu dielakkan demi perlindungan diri sendiri; juga saudara dan taulan.



* Fomites are objects or materials which are likely to carry infection (like when droplets carrying the virus land on them), such as clothes, utensils, and furniture.

4. Mohon izin untuk menziarah

Rumah yang ingin dituju mungkin ada mereka yang lebih berisiko dan ingin mengelak dari kemungkinan diri terdedah dan ini perlu dihormati. Mohonlah izin dengan berlapang dada jika timbul kebimbangan. Kekalkan amalan bermaaf-maafan walaupun tidak bersentuhan.

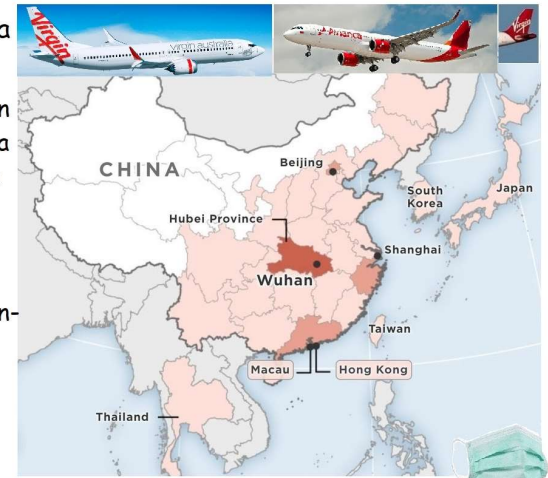
Pandemik Covid-19

amat mengesankan. Ia bermula hampir tanpa-sedar di akhir 2019 di Benua China yang jauh dari kita.

Kepesatan industri penerbangan komersial telah dapat membawa kita hampir ke segenap pelusuk dunia. Kemudahan yang sama telah memudahkan virus merebak ke merata tempat dengan cepat dan senyap; dan kemudiannya melumpuhkan industri itu sendiri.

Kini virus ini masih berada dengan atau sekitar kita.

سَلَامَتِ هَآرِي رَآيِ عَيْدِ الْفِطْرِ



5. Kerap bersihkan tangan

Gunakan air dan sabun untuk membersihkan tangan terutama selepas menerima kunjungan tetamu. Gunakan pembersih ("sanitiser") dengan kandungan alkohol 70% atau lebih) selepas membuat kunjungan.

6. Biar teknologi mengubati kerinduan dan merapatkan kemesraan

Panggilan video menggunakan peralatan mudah-alih masih boleh merentas jarak lalu menyantun keperluan naluri untuk bersama dan mengubat rindu dalam suasana pergerakan yang masih dihadkan kerana ancaman Covid-19



7. Gunakan pemindahan elektronik untuk "duit raya" dan seumpamanya



Penggunaan sampul surat untuk duit raya boleh mendedahkan kita - terutama kanak-kanak kecil serta orang berusia - kepada pembawaan virus tanpa niat.



DHI informatics
Untuk Ahli sahaja