

*** مهم معلومات ***

د روژې په اړه

گرانه اوسیدونکی/اوسیدونکو،

سبرکال د روژې نیولو د مسلمانانو مبارکه میاشت به له 23.04.2020 څخه تر 23.05.2020 پورې وي.

د ټولو اوسیدونکو د خونديتوب لپاره، لاندې موجود محدودیتونه د روژې په اوږدو کې هم پلي کېږي:

- 1) په اړیکو عمومي بندیز: تاسو ممکن د یو بل کس سره یا ستاسو د خپلې کورنۍ د خلکو سره په عمومي توګه واوسئ.
- 2) استوګنې ته د ننوتلو ممانعت: په استوګنه کې د لیدونکو درلودل یا په نورو استوګنو کې د پاتې خلکو لیدنه کول منع دي.
- 3) په استوګنه کې د غونډې ممانعت: دا د استوګنې په خصوصي خونو کې له پنځو څخه زیاتو خلکو سره لیدنه کول منع دي.

د اوسني کورونا وبا له امله، لاندې باید په ځانګړي ډول د روژې نیول په اوږدو کې په پام کې ونیول شي:

- په ولسوالۍ کې جوماتونه لا هم تړلي دي. سبرکال به عام روژه ماتې نه وي.
- لطفاً د ټولو خصوصي غونډو څخه په ګډه د روژه ماتولو ډډه وکړئ. یوازې په خپله خونه کې یا د هغه خلکو د چا سره چې تاسو خونه په هر صورت شریکوي روژه ماتې وکړئ.
- لطفاً په ګډه د پخلۍ کولو څخه هم ډډه وکړئ او یوازې د خواړو چمتو کولو هڅه وکړئ.
- لطفاً د خپل ورځني افطار لپاره خواړه هم د سهار او ماسپینین په وخت کې چمتو کړئ ترڅو د دې مخه ونیسئ چې ډیر خلک د ماښام په عین وخت کې په عادي پخلنځي کې غونډیږي.
- لطفاً په پخلنځي کې د حفظ الصحة موجوده مقرراتو ته ځانګړي پاملرنه وکړئ او هر څه د کارولو څخه مخکې او وروستې په اوبو او پاکوونکي ماده سره په ښه ډول ومینځئ.
- د خپل ځان او خپلې روغتیا ته پاملرنه وکړئ. که چیرې اړتیا وي، د ځنډولو او انفرادي روژو نیولو ورځو لپاره چمتو کیدو په اړه فکر وکړئ کله چې تاسو د ناروغ او ستړی احساس کوئ.

له پورته مقرراتو او لارښوونو سره ستاسو د پوهاوي او موافقت لپاره ډیره مننه.

مور غواړو تاسو ټول روغ سالم پاتې شئ!