

Suffolk residents are being asked to continue their great efforts, which are successfully reducing the spread of COVID-19.

نيشتە جېببوانى سەفۆك داوايان لىدە كرىت بۇ بەردەوام لە ھەولە مەزنە كانيان، كە بە شىئە يە كى سەر كە وتوانە بۆلۈپ بونە ھەي فايروسى كۆفېد – كەم دە كاتە ھە 19.

These are things we must all continue doing, to keep each other safe and to defeat the virus:

ئەمانە ئەو شتانەن كە ھەر يەك لە ئىمە دەبىت بەردەوام بىت بىكات، بۇ ئە ھەي يە كترى بە سەلامەتى بپارىزىن و زال بىن بەسەر فايروسە كە:

- Keep staying at home

• بەردەوام لە مائە ھە بىمىنە ھە

- Keep working from home where you can

• بەردەوام لە مائە ھە كارىكە ئە گە دەتوانىت

- Keep 2 metres apart if you go out

• ئە گەر چوويتە دە ھە ھە بەردەوام 2 مەتر دوور بە لە كە سانى تر

- Keep exercising safely

• بەردەوام بە لە ھەرزىش كرىن بە سەلامەتى

- Keep washing your hands with soap and water

• بەردەوام دەستت بە سابون و ئاوشۇ

- Keep self-isolating if you or anyone in your household has symptoms

• بەردەوام خۆت دوورە پەرىز بگرە ئە گەر تۆ يان ھەر كە سىكى ترى ناو مائە كە نىشانە كانيان لەسەر دەركە وتىت

- Keep travelling by car, bike or walking

• بەردەوام ھاتوچۇ بە ئۆتۆمبىل، بايسكل يان بەپى رۆيشتن بگە

- Keep staying safe at work

• بەردەوام بە سەلامەتى بىمىنە ھە لە كارە كەت

- Keep shielding yourself if you're vulnerable

• بەردەوام بە لە پارىزگار كرىن لە خۆت ئە گەر تۆ كە سىكى دۆخ ناسك بىت

- Keep supporting local businesses

• بەردەوام بە لە ھاو كار كرىن كاروبار و بازگانى خۆجىيە كان

- Keep looking out for each other

• بەردەوام بە لە گەران بەدواي يە كترى