

# Nyob nyab xeeb rau lub caij muaj khaub thuas!

Lub caij muaj khaub thuas no tseem ceeb heev uas cov tsev neeg mus txhaj tshuaj tiv thaiv khaub thuas tshwj xeeb vim peb tseem tab tom ua haujlwm kom txo tau kev sib kis tus kab mob COVID-19.

Koog tsev kawm ntawv Sacramento City Unified School District Lub Chaw Saibxyuas Kev Noj Qab Haus Huv tau muab cov ntaub ntawv qhia txog cov chaw txhaj tshuaj tiv thaiv khaub thuas dawb nyob rau hauv Sacramento County. Thov [nias ntawm noc kom tau cov chaw nyob thiab cov sijhawm qhib](#) lossis koj hu xov tooj rau Lub Chaw Pabcuam Kev Txhaj Tshuaj Tiv Thaiv Kab Mob rau cov lus nug ntxiv ntawm (916) 875-7468.

## Lub Chaw Saibxyuas thiab Tiv Thaiv Kab Mob!

[Tiv Thaiv Kev Mob Khaub Thuas](#)

[Tiv Thaiv Koj Txoj Kev Noj Qab Haus Huv Lub Caij No](#)

Dhau li ntawm koj txhaj tshuaj tiv thaiv, koj kuj yuav ua tau li cov kauj raum no los tiv thaiv kev kis kab mob:

- Nyob kom deb ntawm cov neeg muaj mob thiab nyob twj ywm hauv tsev thaum koj lossis koj tus menyuam mob yam tsawg kawg yog 24 xuaj moos tom qab cov tsos mob ploj lawm.
- Hnoos lossis txham rau koj lub luj tshib, sab caj npab lossis daim ntaub so ntswg uas siv tas pov tseg. Yog tias koj siv ntaub so ntswg, ces siv tshuaj hand sanitizer lossis ntxuav koj txhais tes tom qab ntawd.
- [Ntxuav tes kom cuag ncu](#) thiab kom huv si nrog xab npum thiab dej sov lossis siv cov tshuaj hand sanitizer uas muaj cawv cuaj caum tov rau hauv.
- Zam tsis txhob kov koj lub qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.
- Looj ntaub npog qhov ncauj.

Tus mob khaub thuas zoo sib thooj li tus kab mob COVID-19 thiab yuav ua rau kub taub hau, hnoos, mob ib ce, ua daus no, thiab lwm yam tsos mob. Peb xav qhia rau koj tias kev mob khaub thuas feem ntau yog pib muaj ntau heev rau thaum lub Kaum Ib Hlis lossis lub Kaum Ob Hlis Ntuj. Nws yuav siv sijhawm li ob peb lub asthiv tom qab txhaj tshuaj tiv thaiv rau lub cev kom kab mob nkag tsis tau.

Nyob nyab xeeb rau lub caij muaj khaub thuas. Ua tsaug!