



ድሕረባይታ

ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ እናበርከተ ዝመጽእ ዘሎ ሓደጋ ንሰራሕተኛታት Washington እዩ። ሰራሕተኛታት ንምክልኻል ሓደሽ ናይ ትኪ ህጹጽ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ካብ ዕለት 15 ሰነ ክሳብ መስከረም 29 2022።

ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ካብ ሓደጋታት ከሚካላት ከምኡ'ውን ካብ ነጻሽቱ ባእታታት ኣብ ኣየር ዝተበተኑ ዝቐመ እዩ። እቲ ትኪ ንዝኾነ ሰብ ከከምዎ ይኽእል እዩ። ዋላ ንጥዑያት ውልቀሰባት።

ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ቀለልቲ ምልክታት ሕማም ከስዕብ ይኽእል ኢዩ ከም፡

- ምስዓል።
- ዘሳሊ ጎረሮ።
- ቀጮቀጮ ዘብሉ ኣዲንቲ።
- ርእሲ ሕማም።

ሓንሳብ ሓንሳብ ድማ ብተወሳኺ ብርቱዕን ቀተልትን ሕማማት ኣብ ጥዕና ከብጽሑ ይኽእሉ ዘጠቓልል፡

- ቃንዛ ኣፍልቢ ከምኡ'ውን ወቕዒታት ልቡ።
- ወቕዒ ኣዝማ።
- ጸገማት ምስትንፋስ።

ደረጃታት ትኪ ብብዝሒ ክቀያየሩ ይኽእሉ እዮም። ደረጃታት ትኪ ኣብ ኣየናይ ነጥቢ ሓደጋ ከምዝኾኑ ምፍላጥ ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ። ኣብ ከምዚ ጉዳይ ድማ ገለ ነቶም ኣብቲ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ዝሰርሑ ዘለዉ ሰራሕተኛታት ዝከላኸል ስጉምታት ክውሰድ ይጥላብ እዩ።

ገለ ካብቶም ልሙዳት ናይ ህሉው ኩነታት ኣየር ምፍለጢ ዝርከቡ ኣብ ኢንተርኔት የጠቓልል፡

- **ካርታ ጽፍፈት ኣየር** ካብ ክፍሊ ኣከባቢ ዋሽንግተን ክፍለ ሃገር (Washington State Department of Ecology)
- **AirNow.gov** ካብ ወኪል ምክልኻል ከባቢ ኣሜሪካ (Environmental Protection Agency, EPA)
- **ናውቲ ኣገልግሎት ጫካ ኣሜሪካ** ንውሱን ነገር ኣብ ኣየር ዝልክዕ

ሓበሬታ ጽፍፈት ኣየር ብመሰረቱ ብክልተ ኣገባባት እዩ ዝሕበር፡

- ጥሑን ነገር ዝበሃል ናይ ባእታዊ ጥረነገር (Particulate Matter, PM)_{2.5}።
- ኢንዱክስ ጽፍፈት ኣየር (Air Quality, AQI) ወይ PM_{2.5}። AQI ሓሙሽተ ዝዓበዩ በክልቲ ኣየር ይኖቁሕ ዘጠቓልል PM_{2.5} ናብ ውሽጢ መለክዒኡ።

እዚ ኣብ ታሕቲ ዘሎ ሰንጠረዥ እቶም ድርኩሲታት ኣስራሕትን ሰራሕተኛታትን ኣብ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ክገብርዎ ዝግባእ ጥንቃቄታት ዘርኢ እዩ።

PM _{2.5} ኣብ ነፍሲ ወከፍ ኩቢክ ሜትሮ ኣብ ነኣሽቱ ህይወታውያን (µg/m ³)	ኢንዱክስ ጽፍፈት ኣየር ናይ PM _{2.5} (AQI)
20.5 µg/m ³	AQI 69
35.5 µg/m ³	AQI 101
555 µg/m ³	ልዕሊ AQI

እንተ ተኸኢሉ ነቲ ኣብ ደገ ዝግበር ዕዮ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ኣብ ዝህልወሉ እዋን ደረት ግበርሉ። ገለ ካብቶም ንሰራሕተኛታት ካብ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ መከላኸሊ መገድታት፡

- ግዜ ስራሕ ምቕያር ወይ ስራሕ ናብ ውሽጢ ገዛ ምእታው።
- ኣካላዊ ሃልኪ ናይቲ ስራሕ ምቕናስ ወይ ግዜ ዕረፍቲ ብምውሳኽ።
- መስተፍንፈሲታት ምቕራብ።

መስተንፈሲ ኣየር የጻረ ንናይ ሰራሕተኛታት ሰናቡእ ንምክልኻል። ብግቡእ እተገጣጠሙ መስተንፈሲታት፡ ነቲ ሓደ ሰራሕተኛ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ዘቃልዓሉ መገዲ ኣጸቢቑ ኪንክዮ ይኽእል እዩ። N95 ናይ ሓባር መስተንፈሲት ኮይና ትልበስ ድማ ንሰራሕተኛታት ንምክልኻል።

ኣብ ርእሲ ዝእሰር ጨርቁ፡ ሻርባ፡ መሸፈኒ ገጽ፡ KN95 ወይ ማልያ ጌርካ ኣፍን ኣፍንጫን ምሽፋን እኹል ዝኾነ መከላኸሊ ኣንጻር ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ኣይፈጥርን።

ኣብ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ምስራሕ ንሰባት ከኣምሞም ይኽእል እዩ። ሰራሕተኛታት ንኣስራሒኦም ክሕብሩ ይግብኦም እንድሕር ዝኾነ ናይ ጥዕና ጸገም ተሰሚዕዎም ብሰንኪ ምቅላዕ ናብ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ። ኣብ ኣዝዩ ከቢድ ኩነታት፡ ሰራሕተኛታት ህጹጽ ሓገዝ ሕክምና ከድልዮም ይኽእል እዩ።

ኣስራሕቲ፡ ኣብ ልዕሊ ሰራሕተኛታቶም ሕነ ክፈድዩ ኣይፍቐደሎምን እዩ ብምኽንያት ምጥራዕ ብዛዕባ ሓደጋ ጽፋፍነት ኣየር፡ ጎዳኢ ሳዕቤን ኣብ ጥዕና ወይ ሕክምና ምድላይ ብሰንኪ ምስ ስራሕ ዝዛመድ ሕማም ወይ መጉዳእቲ።

ጽሚቕ ሕጊ ናይ ህጹጽ ግዜ ናይ 2022 ትኪ ባርዕ ጫካ ሕጊ ምሕደራ ዋሽንግተን (Washington Administrative Code, WAC) [296-62-085](#)

ብሓፈሻ፡ እቲ ናይ ህጹጽ ግዜ ናይ ትኪ ባርዕ ጫካ ሕጊ ኣብ ግብረ ይውዕል ናይ ትኪ ደረጃ እንተበዲሑ ኣብ 20.5 µg/m³ (AQI 69) ወይ ልዕሊኡ። ገለ ሕድገታት ዝጠቓለሉ ከም፡

- ቦታታት ስራሕ ኣብ ዕጹው ህንጻታት ወይ ተሽከርካርቲ እዚ ግን ገለ ውሱናት መቆጻጸሪ ክቐመጡ ክኽእሉ ኣለዎም።
- ኣብ መዓልቲ ሰራሕተኛታት ንሓደ ሰዓት ወይ ትሕቲኡ ናይ ስራሕ ግዜ እዮም ዝቃልዑ።

ንምጥቕላል፡ እቲ ሕጊ ይጠልብ ዝተሸፈኑ ኣስራሕቲ ን፡

- አብ ጽሑፍ ዝሰፈረ ምላሽ ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ንምሃብ መደብ ይሃሉኹ።
- ትኪ አብ ዝህልወሉ እዋን ቅድሚ ስራሕ ከምኡ'ውን አብ ነፍሲ ወከፍ እብረ መጠን ትኪ ሰራሕተኛኹ በብእዋኑ ወስን።
- ንሰራሕተኛታት ብዛዕባ ሓደጋታት ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ምምሃር።
- ንተቐጻጸርቲ አሰልጥንዎም ብዛዕባ ከመይ ዓይነት ግብረመልሲ ከምዝወሃብ ንትኪ ባርዕ ጫካ ዘስዓቦም ሕማማት።
- ንሰራሕተኛታት ብዛዕባ ቅሩባት ስጉምታት ምክልኻል ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ ሓብር።

ኩነታት ትኪ ሓደጋ ባርዕ ጫካ እንተበጺሖም $35.5 \mu\text{g}/\text{m}^3$ (AQI 101) ተወሰኽቲ ጠለባት ይጥለቡ ከም፡

- ንሰራሕተኛታት ብዛዕባ ደረጃታት ትኪ መጠንቀቕታ ምሃብ።
- መተንፈሲታት ኣቕርብ ከምኡ'ውን ተጠቓምነቶም ኣተባብዕ።
- አብ ዝክአለሉ ንናይ ሰራሕተኛታት ተቓልፆ ናብ ትኪ ባርዕ ጫካ ደርቶ።

ናይ ትኪ ደረጃታት ኣብ $555 \mu\text{g}/\text{m}^3$ ወይ ልዕሊኡ ኣብ ዝበጽሖሉ፡ ተወሰኽቲ ጠለባት መተንፈሲ ኣብ ግብረ ይውዕሉ።

ነቲ ምሉእ ጠለባት ኣስራሕቲ ክኸተልዎ ዘለዎም ከተንብብዎ ትኽእሉ ኢኹም ኣብ **ፎካል ናይ ህጹጽ ግዜ ናይ ትኪ ባርዕ ጫካ, WAC 296-62-085**።

ብዛዕባ ናይ ወኪል መደባትን ኣገልግሎታትን ብቑዓትኹም ሓበሬታ እንተ ደሊኹ ምስ ዋሽንግተን ክፍለሃገር ክፍሊ ሽቃሎን ኢ ንዱስትሪን (Department of Labor & Industries) ንምርኻብ በዚኣ ተወከስ 1-800-547-8367። እዚ ኣገልግሎት እዚ ብናጻ እዩ።

ጠለብ ምስ ዝቐርብ፡ ንስንኩላን ዚኸውን ቅጥዒታት ድሉው እዩ። ደውሉ ናብ 1-800-547-8367። ተጠቀምቲ TDD ደውሉ ናብ 711። ዕዮን ኢ ንዱስትሪን (Labour & Industries, L&I) ንኹሉ ማዕረ ዕድል ዝፈጥር ትካል እዩ።