

Ou ka petèt genyen Kowonaviris 2019 (COVID-19) osinon yon lòt viris. Sentòm yo nan pifò ka yo sanble ak grip (fyèv, tous, gòj fè mal). Pifò moun ki gen COVID-19 la gen yon maladi ki modere e ta dwe rete lakay. Tanpri li enfòmasyon anba a pou w pwoteje tèt ou, fanmi w, ak kominote w.

### SA POU W FÈ

- ✓ Rete lakay epi repoze w.
- ✓ Bwè anpil likid (tankou dlo).
- ✓ Pran asetaminofèn (tankou Tylenol) pou doulè ak lafyèv, chak 6 èdtan — oswa jan yo mansyone sa sou boutèy la.
- ✓ Kouvri tous ou epi estène ak yon mouchwa oswa koud ou (bra w).
- ✓ Lave men w yo souvan avèk savon ak dlo pandan anviwon 20 segonn. Si savon ak dlo pa disponib, itilize yon dezenfektan pou men ki gen omwen 60% alkòl. Kouvri tout sifas ki nan men w yo epi fwote yo ansanm jiskaske yo vin tankou sèk.
- ✓ Netwaye ak dezenfekte objè ak sifas ki souvan manyen (tankou kontwa, tab, manch pòt, akseswa twalèt, twalèt, telefòn, klavye, tablèt, ak tab lannwit).
- ✓ Mete yon mask lè w bò kote moun k ap vi v avè w.
- ✓ Kenbe tras dènye nouvel ak konsèy NYC Department of Health and Mental Hygiene (Depatman Sante ak Ijèn Mantal nan NYC) ak Centers for Disease Control (Sant pou Kontwòl Maladi yo).
- ✓ Rele founisè swen primè w ak anplwayè w la anvan ou retounen travay.

### SA POU W PA FÈ

- × Soti lakay ou.
- × Pran transpò piblik (tankou tren osinon bis).
- × Manyen zye w, nen, ak bouch ou san men w yo pa lave.
- × Antre an kontak kole sere avèk moun ki malad.
- × Antre an kontak avèk lòt moun jiska 7 jou apre sentòm ou yo te kòmanse osinon jiskaske w te libere de lafyèv pandan 3 jou - kèlkeswa sa k dire pi lontan an. Pa kite okenn moun vi n ba w vizit lakay ou.
- × Pataje objè pèsònèl ou yo tankou asyèt, tas pou bwè, istansil pou kwizin, sèvyèt osinon dra.
- × Pataje espas w ap vi v la ak yon moun ki gen gwo risk pou COVID-19 la. Moun ki gen gwo risk enkli moun ki ansent, ki gen plis pase 50 lane, oswa ki gen yon kondisyon medikal kwonik (tankou maladi kè, sik (dyabèt), oswa maladi poumon). Si sa pa posib, eseye omwen rete nan yon distans de 6 pye.
- × Kite nenpòt moun vizite lakay ou pandan ke w genyen yon fyèv osinon yon tous.

### POU CHÈCHE SWEN MEDIKAL:



Rele 911 si w panse se yon ijans osinon si w gen difikilte pou w respire.

- Rele founisè swen primè w la osinon 1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692) si w gen kesyon osinon si w ta santi w pi mal.