

## Sa Ou Dwe Konnen Sou COVID-19

### Nouvo Kowonaviris

- Kowonaviris se yon fanmi viris ki lakòz maladi modere tankou yon grip, jiska maladi pi grav tankou nemoni.
- Yo te rapòte enfeksyon ak viris nouvo sa a nan plizyè peyi, ki gen ladan I Etazini. Pou yon lis ajou zòn ki afekte yo, vizite [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus).
- Viris la gen anpil chans pwopaje de moun a moun, men kounye a li pa klè ak ki fasilite li pwopaje.
- Sentòm yo rapòte souvan yo gen ladan lafyè, tous, ak souf kout.
- Pifò moun (80%) ki gen COVID-19 pral santi tankou yo gen yon move grip oswa rim lan. Gen kèk moun ki pral bezwen pou yo entène lopital. Moun ki gen plis risk pou maladi grav se granmoun aje yo oswa moun ki gen lòt kondisyon sante yo.

### Kisa moun New York yo ta dwe fè?

Moun New York yo ta dwe kontinye viv vi yo nòmalman, men pran kèk prekosyon:

- Pran vaksen kont rim lan—li pa twò ta. Byenke piki kont rim lan p ap pwoteje ou kont COVID-19, li pral ede evite rim ki gen sentòm ki menm jan ak kowonaviris sa a.
- Kouvri tous ou yo epi etènne nan yon klinèks oswa manch rad ou (pa men ou).
- Lave men ou souvan avèk savon ak dlo tyèd pandan omwen 20 segonn.
  - Sèvi ak yon dezenfektan ki baze sou alkòl si savon ak dlo pa disponib.
- Pa manyen je ou, nen ou, oswa bouch ou avèk men ki pa lave.
- Si ou santi ou malad, rete lakay ou.
- Si ou gen lafyè, tous ak/oswa souf kout, epi ou te vwayaje resamman nan yon zòn kote [kowonaviris lan ap pwopaje kontinyèlman](#), oswa ou te nan kontak sere avèk yon moun ki te vwayaje resamman nan nenpòt nan zòn sa yo, ale kay doktè ou.
- Si ou gen sentòm sa yo, men pa gen istorik vwayaj, rete lakay ou epi rele doktè ou.
  - Si ou bezwen konekte ak yon pwofesyonèl swen sante, rele 311.
  - Anplwaye lopital yo pap mande enfòmasyon sou estati imigrasyon. Resevwa swen se pa yon "benefis piblik" ki idantifye pa tès chaj piblik la.

Nan moman sa a, moun New York yo **pa** bezwen:

- Limite vwayaj nan vil la.
- Evite rasanbleman piblik yo ak transpò piblik.
- Chanje anyen sou kote ou pran manje ou oswa kijan ou prepare li.
- Mete yon mask pou figi si ou pa malad. Mask pou figi yo rekòmande sèlman si se yon pwofesyonèl swen sante ki mande sa.
  - Moun mete mask pou pwoteje figi yo pou plizyè rezon, ki gen ladan alèji sezon, polisyon oswa pou pwoteje moun ki bò kote yo kont yon grip komen. Yo **pa** ta dwe anmède oswa vize yo poutèt yo mete youn.

**Sa a se yon sitiyasyon k ap chanje rapidman. Tanpri tcheke [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) pou dènye mizajou yo.**

### **Ki sa vwayajè entènasyonal yo ka fè pou pwoteje tèt yo?**

- Evite vwayaj ki pa esansyèl nan zòn ki afekte yo. Vizite [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers) pou dènye avi sante sou vwayaj yo.
- Si ou te resamman andeyò Etazini epi ou pa gen lafyèv, tous ak/oswa souf kout kontinye viv vi ou nòmalman, men siveye tèt ou pou sentòm sa yo. Si yo devlope ale kay doktè ou.
- Si ou te resamman andeyò Etazini epi gen lafyèv, tous oswa souf kout, ale kay doktè ou.
- Si doktè ou mande w pou w rete lakay ou:
  - Evite soti nan piblik, ale lekòl oswa travay jiskaske ou pa gen sentòm pandan omwen 72 èdtan san ou pa itilize medikaman pou diminye lafyèv tankou Tylenol oswa ibipwofèn.
  - Kouvri tous ak etènye ou yo ak yon klinèks oswa manch rad ou, pa ak men ou.
  - Lave men ou souvan avèk savon ak dlo tyèd pandan omwen 20 segonn. Sèvi ak yon dezenfektan ki baze sou alkòl si savon ak dlo pa disponib.

### **Li enpòtan pou nou pa melanje reyalite ak lapepèz e veye kont stigmatizasyon.**

Anpil enfòmasyon nan medya sosyal ak nouvèl yo pa baze sou syans oswa reyalite epi yo ofansif, degradan ak rasis. Sipòte zanmi, vwazen ak kòlèg ou yo nan pataje mesaj sa a nan yon fason ki pwoaktif ak konbat move enfòmasyon. Jwenn enfòmasyon sou COVID-19 ki soti nan sous ou fè konfyans tankou Depatman Sante Vil New York la, CDC a, ak Òganization Mondyal Lasante (OMS).

Si y ap arase w akòz ras ou, peyi orijin ou oswa lòt idantite, ou ka rapòte diskriminasyon oswa pèsekisyon nan Komisyon Vil New York la sou Dwa Moun lè ou rele **311** epi di "human rights" (dwa moun).

Si w gen estrès oswa ou santi ou enkyete, kontakte NYC Well nan 888-NYC-WELL (888-692-9355) oswa tèks WELL nan 65173. NYC Well se yon liy èd konfidansyèl ki gen konseye ki resevwa fòmasyon ki la 24/7 ki ka bay terapi sipò brèf, konsèy sou kriz, ak koneksyon avèk tretman konpòtman sante, nan plis pase 200 lang.

***Depatman Sante Vil New York ka chanje rekòmandasyon yo pandan sitiyasyon lan ap evolye.***

***Sa a se yon sitiyasyon k ap chanje rapidman. Tanpri tcheke [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) pou dènye mizajou yo.***