

Sosyalization a Distans

Sekirite pou tet ou ak kominote a kont COVID-19 Nou tout nan mem sitiyasyon!

Ki sa ki COVID-19?

COVID-19 se yon nouvo maladi respirasyon koze pa yon viris (mikrob) nan ti gout ki soti nan nen ak bouch moun ki enfekte. Li bay mem sentom ak grip-difikilte pou respire. Poko gen okenn remed ou vaksen pou maladi sa. Viris (mikrob) sa transmet fasil ant moun. COVID-19 anvayi kominote yo nan Etazini, li nan New York ak Rockland, kote enfeksyon sa ap ogmante chak jou. Nan chak 10 moun ki gen enfeksyon sa 8 nan yo ka pa tro grav, kote ke yo ka retabli lakay yo san tro gro konplikasyon. Tan pou ckak moun refe varye. Nan 2 soun chak 10 moun ki devlope maladi a ka bezwen swen medical si li vin grav!

Moun ki gen plis ke 60 an gen plis risk pou devlope konplikasyon avek COVID-19 sitou sa yo ki gen 80 an ou plis, say yo ki gen sistem yo feb (imunodeprime), oswa sa yo ki deja gen pwoblem sante tankou maladi poumon, malady ké, ou dyabet.

Si li konfime yon moun gen maladi COVID-19 oswa li gen sentom, yo dwe rete lakay yo e limite kontak ak lot moun, le plis ki posib mem ak moun ki nan kay la. Si ou bezwen swen medikal, kontakte dokte ou oswa yon klinik men rele avan ou ale we yo.

Men ki jan Sosyalization a Distans ede evite enfeksyon mikrob COVID-19 la

Sosyalize a Distans (espas pesonel) avek lot moun, (lave men souvan epi pandan 20 segonn, kouvri bouche ou le wap touse ou estenye, pa manyen je, nen, oswa bouch avan ou lave men, pa pataje bagay pesonel ou): se pi bon fason ou ka diminye risk enfeksyon an e pou pa pasel bay lot moun. Le moun rete lakay yo, pran mwens kontak ak public la, e kinbe distans ak lot moun, viris (mikrob) la gen mwens opotinite pou li gaye.

Kenbe distans ou

- Rete lakay ou si ou malad, a mwem ke ou dwe ale travay, cheche swen medical, fe provision.
- Evite kote ki gen anpil moun, rasanbleman tankou teyat, evenman espotif, ak aktivite sosyal.
- Kenbe yon distans de 6 pye (2 met) ant oumem ak lot moun le ou nan piblik ou rasanbleman.
- Evite bay la men pou anpeche jem nan simaye. Utilize pongnet ou oubyen voye men pito.

Sijesyon

- Fe shopping gran matin oswa nan aswe pou evite foul moun.
- Le ou ap itilize transpo piblik, eseye fesa le ki pa gen anpil moun. Nan metwo oubyen otobis, kanpe/chita pi lwen lot moun ke posib.
- Sevi ak medya sosyal, konferans videyo pou "vizite", kontakte zanmi, fanmi, ak koleg travay.
- Pou sosyalize, espesyalman pou fanmi ki gen timoun, konsidere pase tan oubyen vizite fanmi ki dako avew pou diminye tout kontak deyo.

