

COVID-19:

PWEN DISKISYON POU LIDÈ KOMINOTÈ YO

Mèsi paske n ap ede Depatman Sante Piblik Philadelphia a gaye enfòmasyon konsènan COVID-19 la nan kominote nou yo. Tanpri gaye mesaj sa yo toupatou, ak pwòp pawòl pa nou – nan konvèzasyon, nan entèvyou nan medya, nan kominikasyon ekri oswa kominikasyon anrejistre.

Pwen diskisyon pou chak mesaj yo nan do a. Yo te apwouve sa 4/9/20. Paske sitiyasyon an ap chanje, tanpri ale sou sitwèb nou an (www.phila.gov/covid) pou tout dènye enfòmasyon.

Pou kesyon, oswa demand pou ede ou enplike kominote w la nan lit kont COVID-19 la, kontakte Mica Root nan mica.root@phila.gov oswa 267-349-4241.

1

KENBE DISTANS OU

Meyè fason pou w rete an sante – epi kenbe lòt moun an sante – se kenbe distans ou.

2

LAVE MEN W

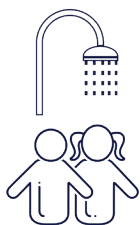
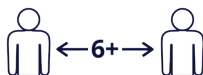
Lave men w! Bon abitid pou kenbe sante pi enpòtan pase jamè.

3

UTILIZE SOUS KI FYAB

Sitiyasyon sa a chanje vit. Nou tout bezwen enfòmasyon ki ajou ki sòti nan sous fyab.

MÈSI TOUT TRAVAYÈ ESANSYÈL YO. POU N RETE AN SANTE NAN TRAVAY:



- Lave men ou souvan.
- Netwaye sifas anpil moun manyen.
- Rete a yon distans sis (6) pye pa rapò ak lòt moun tank sa posib.
 - » Sa ka fè travay ou ralanti. Sa dwe nòmal kounye a.
 - » Senbòl kapab ede. Tep, kòn, oswa lòt siy fizik kapab.
- Si travay ou mande pou ou pre lòt moun, mete yon mask an twal pou pwoteje yo – epi mande yo pou mete youn pou pwoteje w. Pa manyen figi w lè ou retire mask la, epi lave men ou apre. Lave mask an twal yo chak jou.
- Se bon pou ou mete gan, men lave men an pi enpòtan toujou.
- Lè w retounen sot travay, lave men w. Si travay ou mete w an kontak ak lòt moun, pran swen retire rad travay ou yo epi benyen avan ou pran kontak ak moun ki lakay ou.
- Si ou bezwen gadri, eseye:
 - » Kite pitit ou yo nan menm gadri a chak jou.
 - » Evite mande moun ki aje (60 lane oswa plis), oswa moun ki gen pwoblèm sante (tankou maladi poumon oswa maladi kè, dyabèt, kansè).
 - » Pa voye timoun ki malad nan gadri. Di travay ou a ou bezwen rete lakay pou ou pran swen yon timoun ki malad. Patwon yo gen obligasyon pou yo bay konje maladi peye.

PHILLY 311

- Si patwon w lan pa pran mezi ki nesèsè pou pwoteje travayè, rele 311.

PHILA.GOV/COVID

PWEN DISKISYON POU LIDÈ KOMINOTÈ YO



Rezon an:

- Kowonaviris toupatou nan vil la.
- Moun ka gen kowonaviris san yo pa gen sentòm. Nenpòt nan nou kapab genyen l, epi nou ka simaye l bay lòt moun – si nou pwoche kot lòt moun.
- Se gout ki vole lè moun ki enfekte estènen, touse, oswa pale, ki simaye viris la. Gout yo ka pakouri yon distans sis (6) pye, epi yo ka kole sou pòt, ak lòt sifas moun manyen souvan.

Kòman kenbe distans (“distans sosyal” oswa “distans fizik”) la ye:

- Limite kontak fizik ak lòt moun – pami yo manm fanmi ou p ap viv ansanm avèk yo.
- Rete lakay ou tank sa posib. Soti pou rezon ki esansyèl sèlman – si ou bezwen al travay, al fè makèt, chache swen medikal, oswa fè egzèsis.
- Lè ou oblije soti, mete yon mask an twal epi rete a omwens sis (6) pye pa rapò ak lòt moun. Lave men ou souvan.
- Li pi enpòtan pase jamè pou ou an kontak ak moun ki chè pou ou – men se sou telefòn ak sou entènèt, pa fas a fas.

Se pa tout moun ki ka kenbe distans ak lòt moun. Kominote ki viktim eksplwatasyon ekonomik ak rasis sistemik ap kouri gwo risk pou trape kowonaviris, ak gwo risk pou viris la fè yo malad anpil. Anpil deja ap goumen ak lòt epidemi: vyolans, adiksyon, maladi kwonik. Alalong, n ap bezwen chanje enjistis ki gen nan sosyete nou an ki bay reyalyte sa yo. Kounya menm, nou chak bezwen fè sa nou kapab pou diminye kontak sere ak lòt moun ki p ap viv nan menm kay ak nou.



LAVE MEN W



- Rete lakay ou si ou malad.
- Lave men w souvan, ak savon ak dlo cho, pandan omwens 20 segonn.
- Itilize dezenfektan pou men si pa gen dlo ak savon disponib.
- Pa manyen vizaj ou ak men w san lave. Bare bouch oswa nen w ak yon mouchwa an papye oswa ak koud ou lè w ap touse oswa estènen.
- Pa manyen sifas lòt moun ka manyen si ou te touse oswa estènen nan men w.
- Dòmi ase. Manje bagay ki bon pou lasante. Bouje kò w. (Pa gen pwoblèm pou w al fè yon mache, bouje, kouri, oswa monte bisiklèt, poukont ou oswa ak lòt moun lakay ou – jis toujou rete sis (6) pye distans pa rapò lòt moun, epi rantr lakay ou dwat apre.)
- Rele zanmi, fanmi ak vwazen.
- Pwofite lavi, menm nan moman difisil sa yo. Ri. Chante. Danse. Admire yon pye bwa, syèl la, yon bèt, yon timoun.
- Jere lòt pwoblèm sante. Swen sante pou opresyon, VIH/SIDA, dyabèt, adiksyon, ak lòt pwoblèm toujou disponib! Sant Sante Minisipal yo sèvi tout lang ak tout nasyonalite; ou pa ba bezwen asirans. Lè ou rele alavans, sa anpeche ou pase plis tan nan saldatant kote ka gen lòt moun ki malad.



ITILIZE SOUS KI FYAB



Gen yon pakèt enfòmasyon ki pa vre konsènan COVID-19 la: sou rezo sosyal yo, nan rimè, menm nan nouvèl. Lè nou panike, li ka difisil pou nou pou n separe reyalyte ak fiksyon.

Pou tout dènye enfòmasyon ki pi egzat:

- Enskri pou alèt Minisipal sou telefòn ou (ann Anglè ak ann Panyòl): Tèks COVIDPHL voye bay 888-777. www.phila.gov/covid gen oryantasyon ak enfòmasyon aktyèl sou sipò (ann Anglè, Panyòl, Chinwa, Vyetnamyen, Fransè, ak lòt ankò). www.cdc.gov/coronavirus se yon bon sous nasyonal.
- 311 reponn kesyon ak enkyetid konsènan COVID la (nan 100+ lang); enfimye yo ap reponn kesyon sou sante 24 sou 24, 7 jou sou 7 nan 800-722-7112.
- Ou kapab gade konferans pou laprès 1:00 p.m M-F la (ann Anglè ak Panyòl) sou kont Facebook oswa kont Twitter Depatman Sante Piblik Philadelphia a, oswa sou Chèn 64 (Comcast) oswa 40 (Verizon).