

## **COVID-19: Kesyon Moun Poze Souvan yo (FAQ) pou Paran ak Moun k ap Pran Swen Timoun ki Poko Gen Laj pou Ale Lekòl yo ak Sila yo ki Gen Laj pou Ale Lekòl yo**

Enfòmasyon Esansyèl Sou COVID-19 .....	1
Swen pou Timoun ak Kan.....	2
Konsèy ak Kesyon Ete .....	3
Fè Fas ak Sante Mantal .....	5
Resous pou Fanmi.....	6

### **Enfòmasyon Esansyèl Sou COVID-19**

#### **Kòman pou mwen anpeche pwopagasyon COVID-19 lan?**

- Rete lakay ou si ou malad. Soti sèlman pou swen ak [tès](#) medikal esansyèl oswa pou lòt komisyon esansyèl.
- Kenbe distans fizik. Rete omwen 6 pye distans de moun lè ou deyò kay ou.
- Mete yon [kachnen](#). Ou ka kontajye menmsi ou pa gen okenn sentòm epi ou ka pwopaje maladi a lè w touse, estène oswa pale. Mete yon kachnen pou pwoteje moun ki antoure ou yo. Timoun ki gen plis pase 2 zan dwe mete yon kachnen tou.
- Pratike ijyèn men ki sanitè. [Lave men ou](#) souvan avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn. Sèvi ak yon dezenfektan abaz alkòl si pa gen savon ak dlo disponib. Netwaye sifas yo touche souvan yo regilyèman. Evite touche figi ou avèk men ou ki pa lave. Kouvri nen ou ak bouch ou avèk yon mouchwa oswa bra ou lè ou etènye oswa touse; pa itilize men ou.

#### **Èske timoun gen risk pou yo gen konplikasyon COVID-19?**

- [Sendwòm enflamatwa miltisistèm lakay timoun](#) (MIS-C) se yon nouvo pwoblèm sante ki asosye avèk COVID-19 ki ap parèt lakay timoun yo nan Vil New York (New York City, NYC) ak lòt kote. Byenke li ra, timoun ki genyen MIS-C yo gen pwoblèm nan kè yo ak lòt ògàn yo epi yo ka bezwen resevwa swen medikal nan yon lopital.
- Sentòm komen MIS-C yo enkli yon lafyèv ki dire plizyè jou, doulè nan vant, konjonktivit ak gratèl.
- Si ou panse pitit ou ka gen MIS-C, rele doktè pitit ou. Si timoun ou an malad grav, ale nan sal ijans ki pi pre ou la oswa rele **911**.

#### **Ki sa yon kachnen ye e ki lè mwen dwe mete youn?**

- Yon [kachnen](#) se nenpòt papye oswa twal ki byen tache (tankou yon mouchwa oswa foula) ki kouvri nen ou ak bouch ou.
- Moun ki pa gen sentòm ka toujou kapab pwopaje COVID-19. Yon kachnen ka ede anpeche ou pwopaje COVID-19 bay lòt moun, kidonk li enpòtan ke ou mete youn chak fwa ou kite lakay ou epi ou pa kapab kenbe omwen 6 pye distans de lòt moun.
- Vil New York pral distribye kachnen nan pak yo, nan sit Depatman Edikasyon (Department of Education, DOE) kote ou [Pran Manje epi Ale \(Grab-and-Go\)](#), nan bilding Otorite Lojman NYC (NYC Housing Authority, NYCHA), kèk bilding Mitchell-Lama, makèt ak pandan y ap fè respekte distans fizik.

### Èske timoun yo bezwen mete yon kachnen?

Wi, nenpòt timoun ki gen 2 zan oswa plis dwe mete kachnen a nan lòt kote piblik kote li pa posib pou kenbe yon distans fizik omwen 6 pye de lòt moun. Timoun 2 zan oswa pi gran pa bezwen mete yon kachnen pandan yo nan yon pwogram gadri. Timoun ki gen mwens pase 2 zan **pa** dwe mete yon kachnen paske gen plis danje asfiksi. Timoun piti gen plis chans manyen kachnen yo a, kidonk paran ak moun k ap pran swen yo ta dwe lave men timoun yo oswa aplike dezenfektan men ki abaz alkòl souvan.

### Èske mwen menm oswa pitit mwen an ta dwe fè tès pou COVID-19?

Tout moun New York ka jwenn yon tès dyagnostik COVID-19, kèlkeswa si yo gen sentòm oswa si yo gen plis risk. Tès yo gratis nan lokal tès NYC Health + Hospitals (Sant + Lopital NYC) yo. Vizite [nyc.gov/covidtest](https://nyc.gov/covidtest) pou jwenn yon sit tès tou pre w. Konsilte avèk pedyat ou pou wè si pitit ou bezwen yon tès pou COVID-19.

Yo pa pral mande w kesyon sou estati imigrasyon ou. Lè w fè tès oswa resevwa swen pou COVID-19 se pa yon avantaj piblik selon [règ chay piblik la](#).

## Swen pou Timoun ak Kan

### Kisa mwen ka fè si mwen bezwen swen pou timoun?

- Ou ka chèche [isit la](#) pwogram Gadri Fanmi an Gwoup, Gadri Fanmi ak Gadri pou Timoun ki gen Laj Lekòl ke Biwo Sèvis Timoun ak Fanmi Eta New York reglemante, ki konsidere kòm biznis esansyèl e ki ka rete ouvè.
- Nan moman sa a, pwogram swen pou timoun ki baze nan sant ak lekòl ki reglemante pa Depatman Sante NYC a ka sèlman sèvi timoun travayè esansyèl yo ki ap reponn a ijans sante piblik COVID-19 la.
- Si ou bezwen swen enfòmèl, chèche swen nan men yon manm fanmi serye oswa yon zanmi ki pa malad. Evite mande granparan, lòt granmoun aje oswa moun ki gen kondisyon sante kache (tankou maladi kwonik nan poumon, opresyon modere ak grav, maladi kè, obezite, dyabèt, maladi ren, maladi fwa, kansè oswa yon sistèm iminitè ki fèb), pwiske yo pi a risk pou maladi COVID-19 grav.
- Timoun sèten anplwaye esansyèl, tankou sekouris, pwofesyonèl swen sante ak lòt k ap travay pou satisfè bezwen sante ak sekirite piblik nan Vil la ka anmezi pou mete timoun yo

nan sant anrichisman rejyonal DOE a. **Pou plis enfòmasyon, vizite [schools.nyc.gov](https://schools.nyc.gov)** epi chèche **REC**.

- Si ou se yon travayè esansyèl, ou ka kalifye tou pou aplike pou [finansman nan men Eta New York](#) pou ede ou peye pou aranjman pou swen pou timoun ki deja anplas.

### **Èske kan dete yo ap kapab fonksyone?**

- Wi, dapre lòd eta a, kan dete lajounen yo ap louvri apati 29 jen. Eta a ap deside sou kan dòmi-leve yo nan semèn kap vini yo.
- Kan yo ap gen pou swiv nouvo direktiv sante ak sekirite epi yo ka oblije redwi enskripsyon yo pou yo ka kenbe distans fizik. Paran ki bezwen kan ta dwe kontakte kan yo byen bonè pou mande yo kesyon sou plan ak pwosesis enskripsyon yo. Ou kapab chèche sit otorize Depatman Sante NYC yo lè w ale sou sitwèb [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health) epi chèche **Child Care Connect** (Koneksyon Swen Pou Timoun).

## **Konsèy ak Kesyon Ete**

### **Èske pwogram manje gratis yo ap kontinye pandan ete a?**

Wi. Granmoun ak timoun ka pase pran manje gratis nan plis pase 400 Sant Repa atravè vil la. Vizite [nyc.gov/coronavirus](https://nyc.gov/coronavirus) pou aprann plis sou manje ak lòt resous pou moun New York yo.

### **Èske li OKE pou pitit mwen rankontre zanmi pou jwe oswa ale lakay yon zanmi si pèsonn pa santi yo malad?**

- Eseye limite [rasanbleman sosyal](#) an pèsòn a yon gwoup zanmi oswa fanmi debaz. Rankont ant zanmi ta dwe planifye avèk prekosyon epi yo pa ka gen plis pase 10 moun.
- Pou diminye risk, reyini deyò, mete kachnen epi kenbe yon distans fizik ki omwen 6 pye de manm lòt kay yo.
- Si gen manje, evite manje nan estil fanmi ak manje ki pataje ant manm ki nan lòt kay.

### **Èske li OKE pou pase tan deyò?**

- Wi. Soti deyò ak pitit ou yo. Lè fre a ak chanjman peyizaj se yon bon bagay pou ni granmoun ni timoun. Evite aktivite ki enplike gwo gwoup, pwiske li espesyalman difisil pou timoun ki renmen anbrase, jwe ak amize yo avèk zanmi yo kenbe yon distans ki an sekirite.
  - Sonje abiye avèk rad ki leje si fè cho, bwè anpil dlo epi mete krèm pou pwoteje kont solèy.
  - Si w ap vizite yon zòn ki bwaze, mete rad ki gen koulè pal epi [tcheke pou tik](#).
- Li enpòtan pou gen tan aktif chak jou pou sante ak byennèt fanmi w. Men kèk etap ou ka pran pou kenbe timoun ak granmoun aktif men an sekirite:
  - Swiv [kat konsèy prevansyon yo](#) ki nan kòmansman FAQ sa a.
  - Evite espò ekip ak teren jwèt ki gen anpil moun. Angaje nan aktivite tankou mache ak monte bisiklèt.

- Pote dezenfektan pou men abaz alkòl pou si ou menm oswa lòt manm fanmi w manyen sifas komen tankou manch pòt ak balistrad, ou ka netwaye men ou. Lè w retounen lakay ou, asire w ke ou lave men ou byen ak savon ak dlo pandan omwen 20 segonn.

### Èske adolesan yo ka pase tan ansanm?

- Pale ak adolesan ou yo pou asire yo konprann enpòtans distans fizik ak mete kachnen. Eksplike ke rete lakay ou epi pa pase tan an gwoup pral ede ralanti pwopagasyon COVID-19 la, pou pwoteje yo, fanmi yo ak zanmi yo ak kominote nou yo. Esplike kijan kontinye kenbe distans fizik ak mete kachnen lè w pa nan kay la enpòtan, menm si yo menm ak zanmi yo pa santi yo malad.
- Ankouraje adolesan yo rete an kontak ak zanmi yo atravè telefòn, medya sosyal ak aplikasyon pou pale sou videyo (aps).
- Ankouraje adolesan ki pa gen sentòm e ki pa gen kondisyon sante ki kache pou pase tan deyò, pandan y ap pratike distans fizik.
  - Mache, kouri, ak monte bisiklèt se bon egzanp aktivite ki pa egzije ekipman pataje oswa kontak sere avèk lòt moun.
- Resous sante mantal ki fèt espesifikman pou jèn disponib sou [paj entènèt UNICEF](#) la.

### Si mwen menm oswa pitit mwen an vle patisipe nan manifestasyon piblik, ki fason ki plis an sekirite pou nou fè sa?

Aksyon ki pi an sekirite pou pran kounye a se rete lakay ou otank posib, men si oumenm oswa pitit ou decide patisipe nan yon manifestasyon piblik, itilize konsèy ki anba yo pou pi byen pwoteje tèt ou ak moun ou renmen yo:

- Rete lakay ou si ou pa santi ou byen.
- Mete yon kachnen kòrèkteman—asire w ke li kouvri konplètman nen ou, bouch ou, ak manton w.
- Pote epi itilize yon dezenfektan men abaz alkòl.
- Pote dlo savon ak dlo tiyo nan yon boutèy ou ka peze pou itilize si ou ekspozè a espre pwav.
- Pa rele; itilize pankat ak bagay pou fè bri pito.
- Ale ak yon ti gwoup epi kenbe omwen 6 pye distans de lòt gwoup yo.
- Sipoze ou te ekspozè epi [fè tès](#) pou COVID-19 senk jou apre ekspozisyon an.
- Pou plis enfòmasyon, vizite [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus) epi chèche "Protesting Safely" (Pwoteste an Sekirite).

### Ki ti konsèy sekirite ki genyen pou pase plis tan lakay ou?

- Regilyèman netwaye ak dezenfekte sifas ak objè ki manyen souvan yo (tankou tab, kontwa, switch limyè, manch pòt ak manch kabinè) avèk yon pwodui netwayaj kay regilye, tankou klowòks, oksijene oswa yon pwodwi abaz alkòl.
- Asire w ke ou kenbe pwodui netwayaj ak lòt pwodui chimik (pa egzanp medikaman) lwen timoun piti, anlè epi kote men yo pa ka rive.

- Lave sifas anedan yo souvan, tankou planche ak fenèt yo, ansanm ak men ak jwèt timoun pou limite ekspozisyon yo a lòt danje nan anviwònman an tankou plon.
- Ouvri fenèt yo pou amelyore vantilasyon, men asire w ke fenèt yo gen pwoteksyon fenèt ki byen enstale. Pou plis enfòmasyon, vizite [nyc.gov/health/healthyhomes](https://nyc.gov/health/healthyhomes).
- Èkondisyone se pi bon fason pou rete fre lè li fè cho deyò a, men gen kèk moun ki pa gen èkondisyone oswa ki pa limen li lè yo bezwen li. Ankouraje yo pou yo itilize èkondisyone. Jwenn yon kote ki gen èkondisyone si yo pa ka rete fre lakay yo. Pou plis enfòmasyon, vizite [nyc.gov/health/heat](https://nyc.gov/health/heat).

## Fè Fas ak Sante Mantal

### Ki jan nou ta dwe pale ak timoun nou yo sou COVID-19?

- Eseye kenbe enfòmasyon yo senp epi fè yo sonje ke anpil moun ap travay di pou kenbe tout moun an sekirite epi an sante.
- Bay timoun enfòmasyon ki onèt e egzat nan yon fason ki apwopriye pou laj yo ak nivo devlopman yo.
- Rete kalm e ankourajan. Sonje ke timoun yo reyaji a ni sa ou di ni fason ou di li. Yo kapte siyal nan konvèsasyon ou genyen avèk yo ak lòt moun.
- Fè tèt ou disponib pou koute epi pale. Fè timoun yo konnen yo ka vin jwenn ou lè yo gen kesyon.
- Evite langaj ki ta ka blame lòt moun epi mennen a stigma. Viris ka fè nenpòt moun malad, kèlkeswa laj, ras, etnisite oswa peyi orijin. Evite fè sipozisyon sou ki moun ki ka gen COVID-19. Move enfòmasyon sou COVID-19 ka kreye laperèz ak rayisman ki blese moun e ki fè li pi difisil pou kenbe tout moun an sante.
- Redui kantite tan ekspozisyon a medya ki konsantre sou COVID-19. Twòp enfòmasyon sou yon sijè ka mennen a enkyetid.
- Pale ak timoun yo sou kijan kèk istwa sou COVID-19 sou entènèt ak medya sosyal ka baze sou rimè kap kouri ak enfòmasyon ki pa kòrèk.

### Kijan ou ka ede fanmi ou fè fas ak estrès pandemi COVID-19 lan?

- Pandemi COVID-19 ka estresan pou ou oswa pou fanmi ou. Laperèz ak enkyetid sou yon maladi ka lakòz anpil emosyon nan granmoun ak timoun. Li nòmal pou ou menm ak fanmi w santi nou akable, tris, angwase ak pè, oswa pou ou gen lòt sentòm detès yo, tankou difikilte pou dòmi. Li enpòtan pou sipòte ak pwoteje byennèt emosyonèl timoun yo.
- Tout moun reyaji yon fason diferan a sitiyasyon ki estresan e sa ka varye anpil selon laj ou. Bay sipò se fason ki pi efikas pou ede timoun fè fas ak estrès sa a. Byennèt timoun depann de byennèt ou, kidonk li enpòtan pou w fè sa ou kapab pou pran swen tèt ou. Pou diminye estrès ou ak jere sitiyasyon an, eseye rete pozitif, raple tèt ou de fòs ou, konekte ak zanmi ak moun ou renmen avèk itilizasyon teknoloji (tankou medya sosyal, voye tèks mesaj ak aplikasyon pou pale sou videyo), epi sèvi teknik pou fè fas ki sen.
- Resous sou fè fas ak byennèt emosyonèl yo disponib nan [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus).

- Si sentòm estrès yo vin twòp pou ou, ou ka konekte ak konsèye ki resevwa fòmasyon nan NYC Well, yon sèvis sipò sante gratis ak konfidansyèl ki ka ede moun New York yo fè fas. Anplwaye NYC Well yo disponib 24/24 chak jou epi yo kapab bay konsèy rapid ak referans pou swen nan plis pase 200 lang. Pou sipò, rele **888-692-9355** oswa diskite anliy lè ou vizite [nyc.gov/nycwell](http://nyc.gov/nycwell).
- Ou ka vizite tou [nyc.gov/nycwell](http://nyc.gov/nycwell) epi klike sou [App Library](#) (Aplikasyon Bibliyotèk) yo a pou jwenn aplikasyon ak zouti sou entènèt pou ede ou jere sante w ak byennèt emosyonèl ou.
- Si w ap panse pou fè tèt ou oswa pou yon lòt moun mal, kontakte [NYC Well](#) oswa rele **911** imedyatman.

## Resous pou Fanmi

- Pou dènye enfòmasyon yo, vizite [nyc.gov/coronavirus](http://nyc.gov/coronavirus) oswa [cdc.gov/covid19](http://cdc.gov/covid19).
- Pou jwenn lyen a resous Vil la ak enfòmasyon pou paran NYC yo, vizite "[Growing Up NYC](#)" (Grandi NYC).
- Pou resous pou elèv ki pale plizyè lang, edikasyon fizik ak aktivite, preparasyon pou inivèsite ak karyè, edikasyon espesyal, timoun piti ak resous pou klas espesifik, ale nan paj "[Activities for Students](#)" (Aktivite pou Elèv) DOE a.
- Pou enfòmasyon ak aktivite pou jèn timoun, ki gen ladan yon diskou gradyasyon 2020 espesyal de Cookie Monster, vizite [SesameStreet.org/caring](http://SesameStreet.org/caring).
- Pou konsèy sou sekirite manje ak ide pou kwit manje ak timoun y, vizite [eatright.org](http://eatright.org) epi chèche "**make the most of your time at home**" (pwofite plis de tan ou pase nan kay la).
- Pou yon gid paran ak moun kap bay swen pou ede fanmi yo fè fas ak COVID-19, vizite [nctsn.org](http://nctsn.org) epi chèche "**helping families cope with COVID-19**" (ede fanmi yo fè fas ak COVID-19).
- Pou resous gratis ki gen ladan liv elektwonik (eBooks), e-magazin, chante, film, videyo, lè istwa vityèl ak èd adistans pou devwa ak leson patikilye, vizite sit entènèt divès kalite bibliyotèk NYC nan [bklynlibrary.org](http://bklynlibrary.org), [nypl.org](http://nypl.org) ak [queenslibrary.org](http://queenslibrary.org).
- Pou jwenn enfòmasyon sou fason pou pale ak timoun piti sou kowonaviris ak konsèy pou paran sou fason pou fè yon nouvo woutin lakay, vizite [pbs.org/parents/thrive/schools-closed-how-to-make-a-new-home-woutin](http://pbs.org/parents/thrive/schools-closed-how-to-make-a-new-home-woutin).
- Pou videyo espò gratis, aktivite fanmi ak konsèy byennèt, vizite [ymcanyc.org/ymca-home](http://ymcanyc.org/ymca-home).
- Pou jwenn konsèy pou fanmi ki gen timoun piti (ki fenk fèt jiska laj 3 zan), ale nan [zerotothree.org](http://zerotothree.org) epi chèche "**tips on coronavirus**" (konsèy sou kowonaviris).

**Depatman Sante Vil New York (NYC Health Department) la gendwa chanje rekòmandasyon yo pandan sitiyasyon an ap evolye.**

6.26.20