

Fason pou Manifeste an Sekirite Pandan Pandemi COVID-19 la

Vil New York toujou anba yon pandemi. COVID-19 kontinye pwopaje epi genyen risk nenpòt lè ou rasanble avèk lòt moun andeyò lakay ou. Pi bon mezi pou ou pran kounye a menm se rete lakay ou toutotan sa posib men, si ou deside pou ou rejwenn yon manifestasyon piblik, itilize konsèy ki anba la a pou pi byen pwoteje tèt ou ak lòt moun ou renmen yo.

Prepare ou avan Ou Sòti

- **Rete lakay ou si ou pa santi ou byen.** Si ou sòti, ou riske fè lòt moun malad. Si ou genyen yon pwoblèm sante ki grav, oswa ou gen plis pase 65 ane, konsidere rete lakay ou pou ou pwoteje tèt ou. Ou ka pran mezi nan lòt fason apati lakay ou nan [anrejistre pou ou vote](#), nan sipòte òganizasyon kominotè lokal yo, ak [nan kontakte lejislasyon ou yo](#).
- **Pote kouvèti pou figi yo kòrèkteman.** Asire ou kouvèti pou figi ou a kouvri nen, bouch ak manton ou konplètman; sa pral ede anpeche goutlèt yo pwopaje si ou deside pou chante. Sonje ke ou kapab pwopaje COVID-19 menm si ou pa genyen okenn sentòm yo.
- **Pote sèlman sa ou bezwen pou kenbe ou an sekirite.** Pote dezenfektan pou men ki baze sou alkòl, yon [kouvèti pou figi](#), pwòp boutèy dlo ou, ti goute, yon kat idantite, ak nenpòt medikaman ou gendwa bezwen (pa egzanzp, yon inalatè).
- **Pote dlo savon ak dlo tiyo nan boutèy pilverizatè.** Si ou ekspoze ak gaz lakrimojèn, lave kote ak savon pou ou kapab fonn lwil la. Apresa, ou ta dwe rense kote a avèk dlo. Evite fwote je ou oswa figi ou paske sa kapab fè sansasyon boule a vini pi rèd epi sa ta kapab fasilite pwopagasyon COVID-19.
- **Ale avèk yon ti gwoup ki piti.** Li pi bon pou ou mache toupre moun ou konnen. Konsa, si yon moun teste pozitif pou COVID-19 apre, ou kapab asire ou ke zanmi ou yo fè tès tou.
- **Fè yon plan.** Prepare ou mantalman — trase wout la, etabli wout sòti yo ak detou posib yo.

Rete an Sekirite Pandan ou Sòti pou Manifeste a

- **Itilize bagay ki ka fè bri yo, tanbou yo ak afich yo ekri yo.** Limite kantite fwa ou chante oswa rele pou redwi posib ekspozisyon pou lòt moun yo. Fè bri se menm jan ak touse: ou ekspire ti goutlèt ki kapab potansyèlman pwopaje viris la bay moun ozalantou ou.
- **Distans fizik toujou enpòtan.** Kenbe ase distans fizik ki posib ant oumenm ak lòt moun yo ki pa fè pati gwoup ou a.
- **Kontinye pratike ijyèn men pwòp.** Itilize yon dezenfektan pou men ki baze sou alkòl epi evite touche lòt moun yo. Evite touche figi ou tou. Si ou dwe touche figi ou pou ajiste kouvèti pou figi ou a, itilize dezenfektan pou men ki baze sou alkòl avan ak apresa.
- **Pote pwòp (BYO, bring your own) founiti ou epi pa pataje.** Evite pataje boutèy dlo, mikwofòn oswa megafòn yo.
- **Pran swen sante fizik ak mantal ou.** Konsidere lè ou gendwa bezwen kite yon sitiyasyon ki pa an sekirite.

Kisa pou ou Fè Yon Fwa ou Retounen

- **Asime ou te ekspoze ak COVID-19 epi fè tès la.** Fè yon tès pou COVID-19 senk jou apre ekspozisyon an. Vizite nyc.gov/covidtesting oswa rele **311** pou plis enfòmasyon. Tès la gratis nan sit ke NYC Health + Hospital (Sant + Lopital NYC) pwomouvwa yo. Yo pa pral pataje rezilta yo ak fòs aplikasyon lalwa yo.

- **Evite kontak avèk lòt moun yo** patikilyèman sila yo ki gendwa anba plis risk maladi grav akòz COVID-19 yo (gen ladan sila yo ki gen plis pase 65 ane ak nenpòt moun ki genyen pwoblèm sante ki grav).
- **Lave men ou** avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn osito ou retounen lakay ou.
- **Pran swen sante mantal ou.** Si ou bezwen sipò anplis, rele NYC Well 24 sou 24, 7 jou sou 7 nan **888-692-9355**.

Depatman Sante Vil New York la gendwa chanje rekòmandasyon yo pandan sitiyasyon an ap evolye.

6.8.20