

أعزائنا سكان مدينة نيويورك: ابقوا في المنزل لوقف انتشار فيروس كورونا

يمكن لسكان نيويورك عن طريق العمل سوياً والبقاء في المنزل إبطاء انتشار فيروس كورونا المستجد (COVID-19) في مدينة نيويورك. عند الخروج للاحتياجات الأساسية أو العمل أو للحصول على الهواء النقي، احتفظ بمسافة بينك وبين الآخرين واتخذ الاحتياطات التالية.



إذا كنت مريضاً

- ابق في المنزل.
- إذا كنت تعاني من السعال وضيق التنفس والحمى والتهاب الحلق ولا تشعر بتحسن بعد 3-4 أيام، استشر طبيبك.
- إذا كنت بحاجة إلى مساعدة في الحصول على رعاية طبية، فاتصل بالرقم 311.
- ستقدم بلدية مدينة نيويورك الرعاية بغض النظر عن حالة الهجرة أو القدرة على الدفع.



قم بحماية نفسك والآخرين

- احتفظ بمسافة 6 أقدام على الأقل بينك وبين الآخرين، كلما أمكن ذلك.
- اغسل يديك بالماء والصابون باستمرار.
- قم بتغطية أنفك وفمك بمنديل أو بكم ملابسك عند السعال أو العطس.
- لا تلمس وجهك بأيدي غير مفسولة.
- راقب صحتك عن كثب أكثر من المعتاد لأعراض البرد أو الانفلونزا.



إذا كنت مريضاً

- ابق في المنزل.
- اعمل عن بُعد إن أمكن.
- إذا خرجت:
 - اتبع ساعات العمل المتتابة بعيداً عن أوقات الذروة في المواصلات.
 - تنقل مشياً على الأقدام أو باستخدام الدراجة.
 - لا تتجمع في حشود كبيرة.



قم بحماية الأشخاص الأكثر ضعفاً

- ابق في المنزل إذا كنت تعاني من أمراض الرئتين أو أمراض القلب أو السكري أو السرطان أو ضعف جهاز المناعة.
- ابق في المنزل واتصل هاتفياً أو عن طريق دردشة الفيديو أو الرسائل النصية للاطمئنان على أفراد العائلة أو الأصدقاء الذين يعانون من أحد هذه الحالات الصحية.

للحصول على آخر المستجدات، قم بزيارة الرابط nyc.gov/coronavirus.

اتصل بالرقم 311 للإبلاغ عن المضايقة أو التمييز. اتصل برقم 9355-692-888، أو أرسل رسالة نصية بالمحتوى "WELL" إلى الرقم 65173 أو قُر بالدرشة عبر الإنترنت على الرابط nyc.gov/nycwell للتواصل مع أحد الاستشاريين.

*قد يتم تطبيق رسوم الرسائل والبيانات من قبل شركة الهاتف. تحقق من خطة مزود الخدمة الهاتفية للحصول على التفاصيل.

NYC
Health

Bill de Blasio
عمدة المدينة
Oxiris Barbot, MD
المفوضة