הריחוק החברתי
שלכם מציל אנשים אחרים

עשו את החלק שלכם, ניו יורק

NYC

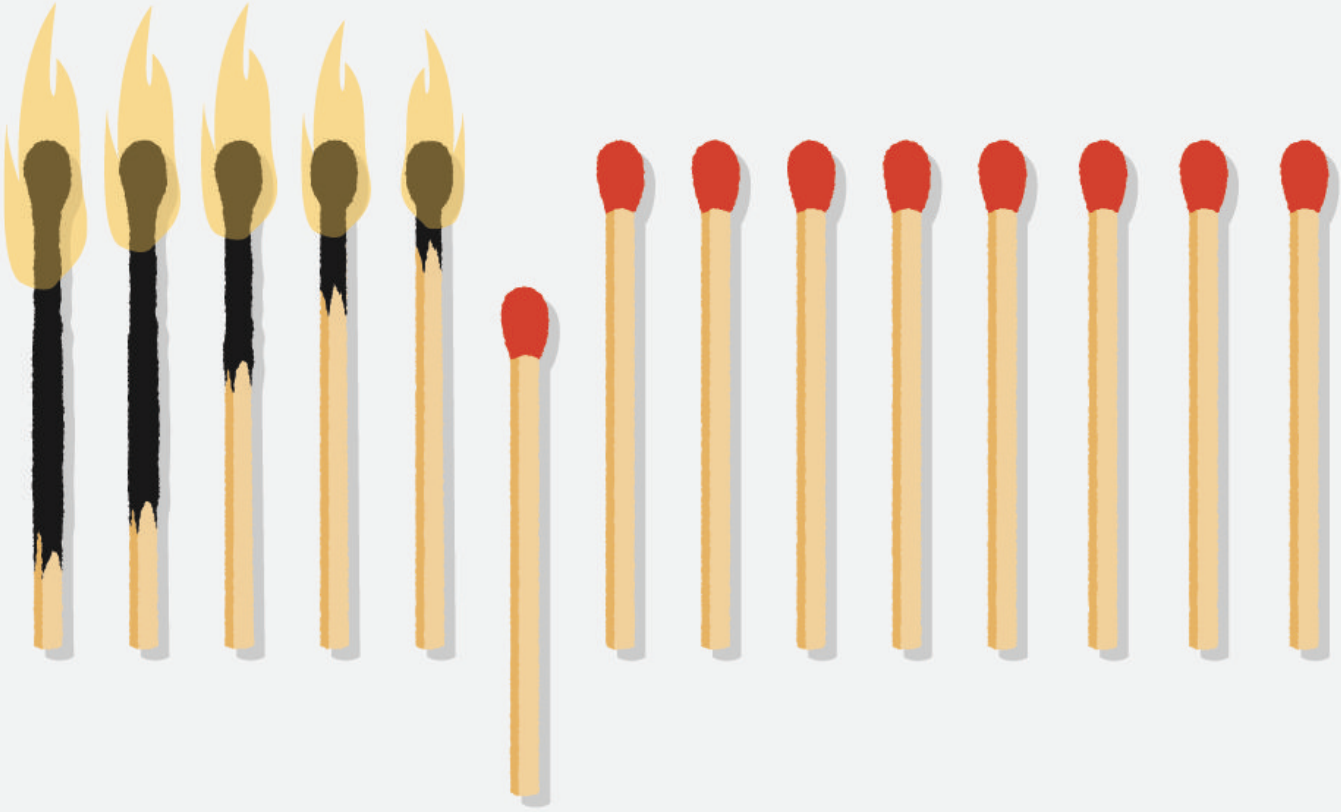
הריחוק החברתי
שלכם מציל אנשים אחרים

עשו את החלק שלכם, ניו יורק

NYC

הריחוק החברתי
שלכם מציל אנשים אחרים

עשו את החלק שלכם, ניו יורק



NYC

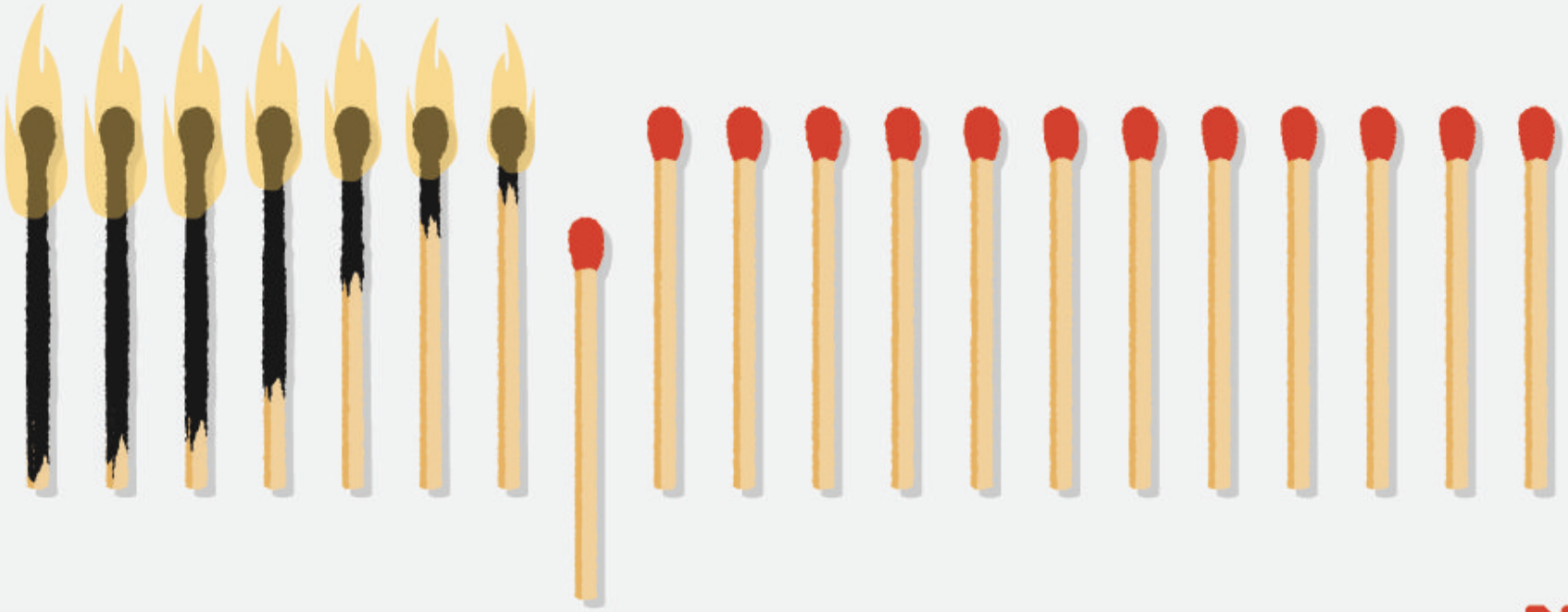
הריחוק החברתי
שלכם מציל אנשים אחרים

עשו את החלק שלכם, ניו יורק

NYC

הריחוק החברתי שלכם מציל אנשים אחרים

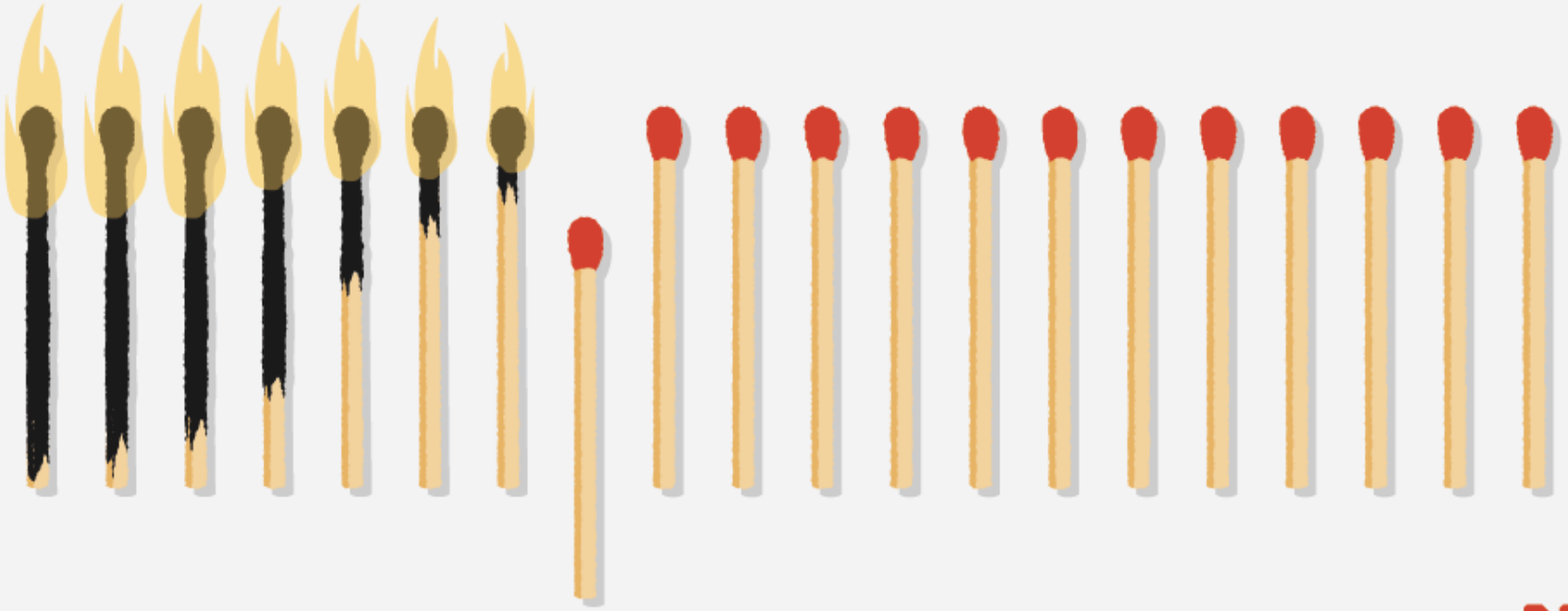
עשו את החלק שלכם, ניו יורק



NYC

הריחוק החברתי שלכם מציל אנשים אחרים

עשו את החלק שלכם, ניו יורק



NYC

חפשו ללא פחד.

בעיר ניו יורק, הטיפול הבריאותי מהווה זכות אנושית.

כאשר אתם מחפשים טיפול עבור וירוס הקורונה (COVID-19) הדבר **לא** ישפיע על היכולת שלכם להגיש בקשה עבור גרין קרד ואזרחות.

למידע נוסף, התקשרו למספר 311 או בקרו בכתובת nyc.gov/coronavirus.

אנו מספקים טיפול בריאותי לכולם, ללא קשר למצב ההגירה שלהם.

Hebrew

NYC Mayor's Office of Immigrant Affairs

חפשו ללא פחד.

בעיר ניו יורק, הטיפול הבריאותי מהווה זכות אנושית.

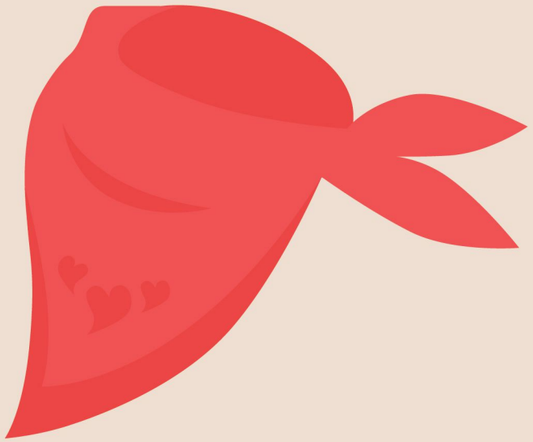
אנו מספקים טיפול בריאותי לכולם, ללא קשר למצב ההגירה שלהם.

כאשר אתם מחפשים טיפול עבור וירוס הקורונה (COVID-19) הדבר **לא** ישפיע על היכולת שלכם להגיש בקשה עבור גרין קרד ואזרחות.

למידע נוסף, התקשרו למספר 311 או בקרו בכתובת nyc.gov/coronavirus.

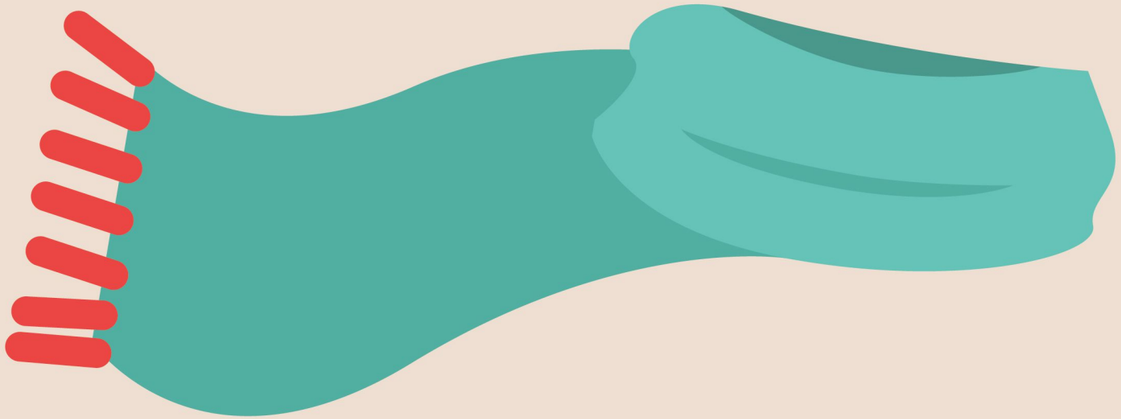
NYC Mayor's Office of Immigrant Affairs

Hebrew



טיפים לשימוש בכיסויי פנים:

- כיסוי פנים הוא נייר או בד שמהודק היטב ומכסה את האף והפה שלכם.
- לבשו כיסוי פנים בכל פעם שאתם יוצאים מהבית.
- מסכות נגד אבק, בנדנות וצעיפים יכולים לשמש ככיסויי פנים.
- אל תשתמשו במסכות של עובדי שירותי הבריאות.
- המשיכו להישאר בבתים ככל שניתן ושמרו על ריחוק חברתי.



NYC Health

אנחנו עדיין כאן בשבילכם.

העבודה שלנו לשרת את קהילות המהגרים הרבות שלנו נמשכת.

אם יש לכם שאלות בנוגע להגירה או איך לקבל
גישה לשירותי העיר במהלך משבר ה-COVID-19,
התקשרו לקו החם שלנו בטלפון 212-788-7654
מ-9 בבוקר עד ל-5 אחה"צ, בימי שני עד
שישי, או שילחו הודעת דוא"ל לכתובת
AskMOIA@cityhall.nyc.gov

משרד ראש העיר
לענייני מהגרים

NYC

Hebrew

אנחנו עדיין כאן בשבילכם.

העבודה שלנו לשרת את קהילות המהגרים הרבות שלנו נמשכת.

אם יש לכם שאלות בנוגע להגירה או איך לקבל גישה לשירותי העיר במהלך משבר ה-COVID-19, התקשרו לקו החם שלנו בטלפון 212-788-7654 מ-9 בבוקר עד ל-5 אחה"צ, בימי שני עד שישי, או שילחו הודעת דוא"ל לכתובת AskMOIA@cityhall.nyc.gov

NYC®

משרד ראש העיר
לענייני מהגרים

Hebrew

בולמים את התפשטות מגפת COVID-19!
למדו איך באפשרותכם לטפל בעצמכם ובאנשים אחרים בבית.

מהם תסמיני COVID-19?

- התסמינים הנפוצים ביותר הם חום, שיעול, כאב גרון וקוצר נשימה. תסמינים אחרים כוללים כאבים בגוף, אובדן תיאבון וחוש ריח, כאב ראש ושלשול.
- רוב האנשים שנדבקים בנגיף הקורונה (COVID-19) סובלים מתסמינים קלים עד בינוניים, ויכולים להחלים לבד.

מי נמצא בסיכון מוגבר ללקות במחלה ברמה קשה?

- אנשים בני 50 ומעלה (כאשר בני 65 ומעלה נמצאים צאים בסיכון הגבוה ביותר) אנשים בכל גיל שסובלים מבעיית בריאות אחרת, כמו:
  - מחלת ריאות
  - אסתמה
  - מחלת לב
  - השמנת יתר
  - סוכרת
  - מחלת כליות
  - מחלת כבד
  - סרטן
  - מערכת חיסון חלשה

מה צריך לעשות אם מפגינים תסמיני COVID-19?

אם אתם מפגינים תסמינים של COVID-19, הניחו שלקיתם בנגיף. אם אינכם חשים בטוב:

- אם אתם מתקשים לנשום, חשים כאב או לחץ בחזה, מבולבלים או לא מצליחים להישאר ערים, או אם מופיע גוון כחלחל בשפתותיכן או בפניכם, חייגו 911 באופן מיידי.
- אם אתם בני 50 ומעלה או סובלים ממחלה שמציבה אתכם בקבוצת סיכון, או אם מצבכם לא משתפר בתוך שלושה ימים, התקשרו לרופא.
- אם אתם סובלים מתסמינים קשים של COVID-19 או מחלה קשה אחרת, פנו מיד לרופא או לבית החולים.
- אל תצאו מהבית למעט לקבלת טיפול רפואי הכרחי או להצטיידות במזון ובמצרכים חיוניים (אם אין אף אחד שיכול להביא את הפריטים אליכם).
- אם אתם **מוכרחים** לצאת מהבית:
  - הימנעו ממקומות צפופים.
  - שמרו על מרחק של 2 מ' מאנשים אחרים.
  - כסו את האף והפה בבנדנה, בצעיף או בכיסוי פנים אחר.
  - שטפו את ידיכם לפני היציאה מהבית והשתמשו באלכוג'ל בזמן השהייה בחוץ.
- דיירים אחרים בבית יכולים לצאת לעבודה חיונית או לצרכים חיוניים, אך מומלץ שיפקחו על מצבם הגופני בקפידה.

אם אתם או אנשים אחרים בבית חולים:

- הקפידו על ריחוק פיזי:
  - אל תארחו מבקרים.
  - שמרו על מרחק של 2 מ' מאנשים אחרים.
  - אם אתם חולקים מיטה עם אדם חולה, שנו במתכונת "ראש-רגליים", או שנו על הספה.
  - הרחיקו אנשים חולים מכאלה שנמצאים בקבוצת סיכון.
- השתמשו בכיסויים:
  - כאשר אתם נמצאים במרחק של פחות מ-2 מ' מאנשים אחרים, כסו את האף והפה בבנדנה, בצעיף או בכיסוי פנים אחר.
  - השתעלו או התעטשו לממחטה או לחלק הפנימי של המרפק.
- שמרו על ניקיון:
  - השליכו ממחטות לפח מיד לאחר השימוש.
  - שטפו את ידיכם בתדירות גבוהה עם סבון במשך 20 שניות, בייחוד אחרי שאתם משתעלים או מתעטשים.
  - אם אין באפשרותכם לשטוף ידיים, השתמשו במחטא ידיים מבוסס-אלכוהול.
  - נקו בתדירות גבוהה משטחים שאתם נוגעים בהם, כמו ידיות, מתגי תאורה, ברזים, טלפונים, מפתחות והתקני שלט-רחוק.
  - כבסו מגבות, מצעים ובגדים בטמפרטורה הגבוהה ביותר שאפשרית עם סבון הכביסה הקבוע שלכם, ויבשו אותם לחלוטין.
  - אל תחלקו כלי אוכל עם אנשים אחרים, ושטפו אותם היטב לאחר כל שימוש.

מתי אפשר לצאת מהבית אחרי שמחלימים?

- אם חליתם, הישארו בבית עד:
  - שלא תסבלו מחום במשך שלושה ימים ברציפות ללא שימוש בטיילנול או בתרופה אחרת וכן
  - לפחות שבעה ימים לאחר תחילת התסמינים וכן
  - שחל שיפור בתסמינים
- תזכורת: ניו יורק נמצאת בהפוגה. לכן, גם אם חליתם והחלמתם, מותר לכם לצאת מהבית רק לצורך עבודה או סידורים חיוניים או לפעילות גופנית, ועליכם להקפיד על מרחק של לפחות 2 מ' מאנשים אחרים.

זקוקים לעזרה?

- במקרה של מצב חירום רפואי, חייגו 911.
- אם אין לכם רופא אך אתם זקוקים לטיפול, חייגו 844-692-4692. עיריית ניו יורק תספק טיפול רפואי, ללא תלות בסטטוס הגירה, ביטוח רפואי או יכולת לשלם בעבור הטיפול.
- **לקבלת מידע נוסף, חייגו 311** או **בקרו בדף nyc.gov/coronavirus**.

NYC Health

מחלקת הבריאות של עיריית ניו יורק עשויה לשנות את ההמלצות לפי התפתחות המצב.

Hebrew 4.20

מפחד לאבד את ביתך?

קבל מידע על הטבות והגנות

אם אתה שוכר, NYC כאן כדי לעזור לך. בקר באתר האינטרנט 311 לסיוע משפטי ומשאבים נוספים.

NYC

כך תשמרו על עצמכם ועל אחרים בבית

אם אתם או מישהו בביתכם חולה:

שמרו על מרחק פיזי.

- אל תזמינו אורחים.
- שמרו על מרחק של 2 מטר מאנשים אחרים.
- אם אתם חולקים מיטה עם מישהו חולה, הפכו את כיוון הראש והרגליים, או שנו על הספה.
- הקפידו להפריד בין אנשים חולים לבין אנשים המצויים בסיכון גבוה לפתח מחלה קשה.

כסו את הפנים.

- כסו את האף ואת הפה במסכה כאשר אתם במרחק של 2 מטר מאנשים אחרים.
- השתעלו או התעטשו לתוך טישיו או לתוך המרפק.

שמרו על ניקיון.

- זרקו ניירות טישיו לפח מייד לאחר השימוש.
- שטפו את הידיים לעיתים קרובות, במיוחד לאחר שיעול או עיטוש.
- נקו משטחים לעיתים קרובות.
- כבסו מגבות, סדינים ובגדים עם אבקת כביסה בטמפרטורה הגבוהה ביותר שאפשר, וייבשו אותם לגמרי.
- אל תחלקו כלי אוכל עם אחרים, והדיחו את הכלים לאחר כל שימוש.

למידע נוסף על האטת קצב ההתפשטות של COVID-19, היכנסו לאתר on.nyc.gov/coronavirus.

מתי צריך לעשות בדיקה של COVID-19?

צריך לעשות בדיקת COVID-19 אם:

- יש לכם סימפטומים של COVID-19, שאינם קשורים לגיל, למחלות כרוניות או לעיסוק
- הייתם במגע קרוב עם חולה COVID-19 מאומת, גם אם אין לכם סימפטומים
- אתם עובדים בסביבת מגורים קהילתית (מוסד סיעודי, מקלט או מסגרת לטיפול במבוגרים), גם אם אין לכם סימפטומים

כדי למצוא מרכז בדיקה קרוב אליכם היכנסו לאתר nyc.gov/covidtest.

NYC Health

NYC

בדיקות COVID-19 זמינות לציבור

בדיקות COVID-19 מתקיימות ברחבי
העיר ניו-יורק בחינם.

מצאו מרכז בדיקה קרוב אליכם באתר
NYC.GOV/COVIDTEST.

בדיקות COVID-19 זמינות לציבור

בדיקות COVID-19 מתקיימות ברחבי העיר ניו-יורק בחינם.

מצאו מרכז בדיקה קרוב אליכם באתר **NYC.GOV/COVIDTEST**.

NYC

NYC HOPE

היכנסו לאתר לקבלת מידע ומשאבים שיכולים לעזור לכם או ליקירכם אם חוויתם אלימות במשפחה, בדייט או אלימות מגדרית.

www.nyc.gov/NYCHOPE

NYC Mayor's Office to End Domestic and Gender-Based Violence

@nycagainstabuse #awarenesshelphope