

Kijan pou Nou Sispann Gaye Kowonaviris la



Lave Men w:

- Lave men w souvan ak savon ak dlo pandan omwen 20 segond. Lave men w tousvit aprè w te deyò epi aprè w fin estènen, touse oswa mouche nen w, anwan w manje ak chak fwa men w parèt sal.
- Lè w pa gen savon ak dlo, itilize dezenfektan pou men, ki gen omwen 60% alkòl.
- Kouvri tout menw ak dezenfektan an (ni pla menw ni do menw) epi fmote you jiskaske w santi yo sèch.
- Eseye pa touche je w, nen w, ak bouch ou ak men ki pa lave.



Kenbe Distans ou:

- Rete lakay ou si w kapab.
- **Rete omwen 6 pye distans lwen moun, lè sa posib.**



Kouvri Figi w:

- Kouvri nen w ak bouch ou ak papye oubyen twal ki kouvri figiw, ak mouchwa oswa bandwo lè wap kite kay ou oswa lè w tou pre lòt moun.



Kouvri lè wap Touse epi lè wap Estènen:

- Kouvri nen w ak bouch ou ak papye lè w ap estènen oswa touse.
- Jete papye w fin itilize-a nan fatra.



Netwaye epi Dezenfekte:

- Netwaye kote w manyen souvan, tankou tab, manch pòt, kontwa, telefòn, elatriye.
- Netwaye ak savon ak dlo, oswa avèk yon dezenfektan pou kay, epi itilize dlo melanje ak klowòks pou dezenfekte.
- Pou dezenfekte, itilize dezenfektan w gen nan kay la oswa yon melanj klowòks ak dlo. Pou fè yon solisyon klowòks, melanje 5 gwo kiyè (1/3 tas) klowòks pou chak galon dlo. Ou ka itilize tou solisyon alkòl ki gen omwen 70% alkòl.
- Kite melanj la oswa ajan netwayaj la sou sifas la pandan omwen 1 minit.
- Swiv enstriksyon ki sou boutèy klowòks la pou ka konn kijan pou itilize l.
- Pa janm melanje klowòks ak amonyak oswa ak nenpòt ki lòt ajan netwayaj.



Rele 911:

Rele 911 si ou gen nenpòt nan siy avètisman dijans sa yo:

- Pwoblèm respirasyon
- Doulè oswa presyon nan kòf lestomak ou
- Konfizyon
- Bouch ou oswa figi w chanje koulè

Lis sa-a pa konplè. Tanpri rele doktè w si w gen nenpòt ki lòt sentòm ki enkyete w.

Sèvi ak yon Bagay pou Kouvri Figi pou ka Ede Ralanti Pwopagasyon COVID-19 la

Ki Moun ki ta dwe mete Kouvèti pou Figi yo?

Tout moun ta dwe kouvri figi yo lè yap soti deyò nan piblik la. Moun ki malad (kap estènen, kap touse) ta dwe kouvri figi yo lè yo lakay tou.

Ki sa ki yon Kouvèti pou Figi?

Yon kouvèti figi se nenpòt papye oubyen twal (tankou yon bandwo oswa yon mouchwa) ki kouvri bouch ou ak nen w epi ki ret kouvri figi w pandan tout tan kew metel la.

Ki jan pou fè yon Kouvèti pou Figi

Ou ka sèvi ak yon mouchwa, yon ti sèvyèt, yon bandwo, oswa yon vye mayo pou fè kouvèti pou figi w. Li dwe byen ajiste sou bouch ou ak nen w. Yon twal pi epè ap pi bon pou kenbe mikwòb deyò. Yon fwa w asire w ke li kouvri bouch ou ak nen w, ou ka tachel dèyè zòrèy ou ak yon elastik oswa marel dèyè tèt ou.

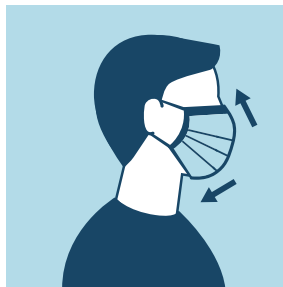
Ki jan yo Netwaye yon Kouvèti an Twal pou Figi

Lave kouvèti figi w la ak savon ak dlo, oswa lavel nan machin alave chak jou.

Sa w ka Fè ak sa w pa dwe Fè ak Kouvèti Figi

Sa w ka fè:

- ✓ Asire w ke w ka respire atravè li
- ✓ Metel lè wap soti an piblik
- ✓ Metel lakay ou si w malad
- ✓ Asire w ke li kouvri nen w ak bouch ou
- ✓ Lavel chak jou
- ✓ Seche kouvèti figi a anvan w metel



Sa w pa dwe fè:

- ✗ Touche je w, nen w, oswa bouch ou lè w ap retire kouvèti a
- ✗ Sèvi avèl pou timoun ki gen mwens ke dezan
- ✗ Itilizel si w gen pwoblèm pou respire