

10 ETAP

POU ANPECHE DÈNYE

KOWONAVIRIS LA PWOPAJE

Yo te idantifye se yon nouvo coronavirus, COVID-19, ki lakòz yon gwoup ka nemoni grav ki te sòti nan Wuhan, Pwovens Hubei, Lachin, nan mwa desanm 2019. Depi lè sa a, viris la te pwopaje nan plizyè lòt peyi yo ak Ozetazini.

An nou kanpe ansanm ak kominote nou yo epi kwape nenpòt zak malonnèt kote yo sible moun ki gen orijin azyatik. COVID-19 gen potansyèl pou afekte tout kominote, kèlkeswa ras ou oswa orijin ou. An nou chak kore lòt.

MEN 10 ETAP OU KA PRAN POU ANPECHE COVID-19 PWOPAJE:

- 1. Poze.** Reflechi byen sou kijan ou ka ede kominote ou ak pwòch ou yo.
- 2. Rete lakay ou si ou malad. Nou vle tout moun rete an sante mezi li posib.**
- 3. Si ou kwè ou te ekspoze ak COVID-19,** oswa ou gen lafyè, tous oswa souf kout, rele pwofesyonèl swen sante ou imedyatman.
- 4. Kouvri nen ou ak bouch ou lè ou estènye.** Asire w ou itilize sèvyèt an papye epi jete yo nan yon poubèl.
- 5. Kouvri nen ou ak bouch ou lè ou estènye.** Asire w ou itilize sèvyèt an papye epi jete yo nan yon poubèl.
- 6. Dezenfekte objè ak sifas lakay ou ak nan travay ou.** Sèvi ak yon dezenfektan abaz alkòl ki gen omwen 60% alkòl.
- 7. Dòmi byen.** Sistèm iminitè ou ap travay pi byen si ou repoze byen.
- 8. Lave men ou.** Anpil. Sèvi ak savon ak dlo pou omwen 20 segonn epi lave yo souvan.
- 9. Evite manyen je ou, nen ou ak bouch ou.** Sa ede redwi chans pou ou tonbe malad.
- 10. VPran yon piki kont grip.** Nou toujou nan sezon grip la li pi bon pou w rete an sante nètalkole.