

НЬЮЙОРКЦЫ, ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЕ КОРОНАВИРУСА

Общими усилиями ньюйоркцы, оставаясь дома, могут замедлить распространение коронавируса (COVID-19) в Нью-Йорке. Выходя по неотложным нуждам, на работу или на прогулку, держитесь на расстоянии от других и принимайте следующие меры предосторожности.



ЗАЩИЩАЙТЕ СЕБЯ И ДРУГИХ

- Держитесь на расстоянии не менее 2 метров от других.
- Часто мойте руки водой с мылом.
- Чихая или кашляя, прикрывайте нос и рот платком или рукавом.
- Не прикасайтесь к лицу невымытыми руками.
- Внимательнее обычного следите за своим здоровьем на предмет появления симптомов простуды или гриппа.



ЕСЛИ ВЫ БОЛЬНЫ

- Оставайтесь дома.
- Если у вас есть кашель, одышка, жар, боли в горле, и вам не стало лучше через 3–4 дня, посоветуйтесь с врачом.
- Если вам нужна помощь в получении медицинского обслуживания, звоните по номеру 311.
- NYC обеспечивает медицинскую помощь независимо от иммиграционного статуса или способности оплатить услуги.



ЗАЩИЩАЙТЕ САМЫХ УЯЗВИМЫХ

- Оставайтесь дома, если у вас есть легочные или кардиологические заболевания, диабет, рак или ослабленная иммунная система.
- Оставайтесь дома и общайтесь с родственниками или друзьями, у которых есть одна из этих болезней, по телефону, по видеосвязи или текстовыми сообщениями.



УМЕНЬШАЙТЕ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ

- Оставайтесь дома.
 - По возможности работайте в дистанционном режиме.
- Если вы все же выходите из дому:**
- Сдвиньте часы работы так, чтобы избежать часов пик на транспорте.
 - Перемещайтесь пешком или на велосипеде.
 - Не собирайтесь в толпы.

Для получения обновлений в реальном времени посетите nyc.gov/coronavirus.

Сообщайте об угрозах и дискриминации по номеру 311. Чтобы связаться с консультантом, позвоните по номеру 888-692-9355, отправьте текстовое сообщение «WELL» на номер 65173 или воспользуйтесь онлайн-чатом по адресу nyc.gov/nycswell.

**Могут применяться тарифы за отправку сообщений и передачу данных. Узнайте условия вашего плана у поставщика беспроводной связи.*



Bill de Blasio
Мэр
Oxiris Barbot, MD
Руководитель