

NJUJORKEZË: QËNDRONI NË SHTËPI PËR TË NDALUAR PËRHAPJEN E KORONAVIRUSIT

Njujorkezët që bashkëpunojnë dhe qëndrojnë në shtëpi mund të ndalojnë përhapjen e koronavirusit (COVID-19) në qytetin e Nju Jorkut. Kur të dilni për nevoja thelbësore, shkoni në punë ose për të marrë ajër të pastër, mbani distancë mes vetes dhe personave të tjerë dhe merrni masat e mëposhtme paraprake.



MBRONI VETEN DHE TË TJERËT

- Mbani një distancë prej të paktën 6 këmbë mes vetes dhe personave të tjerë.
- Lajini shpesh duart me ujë dhe sapun.
- Mbuloni hundën dhe gojën me pecetë letre ose me mëngë kur teshtini ose kolliteni.
- Mos e preknij fytyrën me duar të papastra.
- Monitoroni më shpesh se zakonisht shëndetin për simptoma të ftohti ose gripi.



NËSE JENI TË SËMURË

- Qëndroni në shtëpi.
- Nëse keni kollë, vështirësi në frymëmarrje, temperaturë të lartë, dhimbje fyti dhe nuk ndiheni mirë pas 3-4 ditësh, konsultohuni me mjekun.
- Nëse ju nevojitet ndihmë për të marrë përkujdesje shëndetësore, telefononi në numrin 311.
- NYC do t'ju ofrojë përkujdesje, pavarësisht statusit të emigracionit ose mundësisë për të paguar.



MBRONI PERSONAT MË TË DOBËT

- Qëndroni në shtëpi nëse keni sëmundje të mushkërive, të zemrës, diabet, kancer ose sistem të dobët imunitar.
- Qëndroni në shtëpi dhe telefononi, bisedoni me video ose me mesazhe me familjen ose miqtë që kanë një nga këto sëmundje.



ULNI MBIPOPULLIMIN

- Qëndroni në shtëpi.
 - Nëse mundeni, punoni nga shtëpia.
- Nëse dilni:**
- Rregullojini orët e punës që të mos përkujnë me orët e pikut të udhëtimit.
 - Lëvizni në këmbë ose me biçikletë.
 - Mos u mblidhni në turma.

Për përditësime në kohë reale, vizitoni nyc.gov/coronavirus.

Telefoni numrit 311 për të raportuar ngacmime ose diskriminim. Telefoni numrit 888-692-9355, dërgoni mesazh me tekstin "WELL" në numrin 65173 ose bisedoni në internet në adresën nyc.gov/nycwell për t'u lidhur me një këshillues.

**Mund të zbatohen tarifa për mesazhet dhe të dhënat. Kontaktoni me operatorin e planit të lidhjes me valë për hollësi.*

NYC
Health

Bill de Blasio
Kryetari i bashkisë
Oxiris Barbot, MD
Komisioneri