

Konsèy pou Gwo Fanmi oswa Moun ki Fanmi k ap Viv nan yon Menm Kay

Moun aje ak moun ki gen nenpòt laj ki gen pwoblèm medikal grav alabaz gen pi gwo risk pou maladi grav nan maladi kowonaviris 2019 (COVID-19). **Si fwaye ou gen ladan moun ki nan gwoup sa yo, lè sa tout moun nan fanmi an dwe aji tankou yomenm tou yo gen pi gwo risk.** Sa kapab difisil si espas la piti pou gwo fanmi oswa moun ki fanmi k ap viv ansanm. Enfòmasyon ki annapre la yo ka ede ou pwoteje moun ki pi frajil yo nan fwaye ou.

Dokiman sa a eksplike kijan pou:

- Pwoteje fwaye a lè ou soti pou al fè komisyon
- Pwoteje moun nan fwaye ou ki gen gwo risk pou maladi grav
- Pwoteje timoun yo ak lòt moun pou yo pa malad
- Pran swen yon moun nan fwaye a ki malad
- Izole yon moun nan fwaye a ki malad
- Manje repa ansanm epi nouri yon moun nan fwaye a ki malad

Kijan yo pwoteje fwaye a lè ou dwe kite nan kay la

Pa kite fwaye a sòf si li nesèsè absoliman!

Pa egzanp, sòti sèlman si ou dwe ale nan travay, nan makèt, famasi, oswa randevou medikal ki pa ka ranvwaye (pa egzanp pou tibebe oswa pou moun ki gen pwoblèm sante grav). Chwazi youn oswa de moun nan fanmi an ki pa gen pi gwo risk pou maladi grav nan COVID-19 pou al fè komisyon ki nesèsè yo. **Si ou dwe kite fwaye a, swiv nèf konsèy sa yo:**



1. **Evite foul, sa gen ladan rasanbleman sosyal ki gen nenpòt gwosè.**
2. **Kenbe omwen 6 pye distans lwen lòt moun.**
3. **Lave men ou souvan.**
4. **Pa manyen sifas moun touche souvan yo nan zòn piblik yo, tankou bouton asansè ak balistrad yo.**
5. **Pa itilize transpò piblik, tankou tren oswa otobis, si sa posib. Si ou dwe itilize transpò piblik,**
 - » Kenbe 6 pye distans ak lòt pasaje yo otank posib.
 - » Evite manyen sifas moun touche souvan yo tankou balistrad yo.
 - » Lave men ou oswa itilize dezenfektan pou men dèke sa posib apre ou fin kite transpò piblik.
6. **Pa monte nan yon machin avèk manm nan fwaye diferan.**
7. **Mete yon pwoteksyon figi an twal pou ede ralanti pwopagasyon COVID-19.**
 - » Ou kapab itilize kòm yon mezi sante piblik volontè sipleman tè pwoteksyon figi an twal ki fèt apati atik nan kay la oswa ki fèt lakay ou apati materyo kouran ki pa koute chè. Enfòmasyon sou itilizasyon pwoteksyon figi an twal yo disponib nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html.



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

8. Lave men ou touswit lè ou retounen lakay ou.

9. Kenbe yon distans fizik ant oumenm ak moun ki gen pi gwo risk yo nan fwaye ou.

Pa egzanzp, evite anbrase, bo, oswa pataje manje oswa bwason.

Ou ka jwenn plis enfòmasyon konsènan al fè komiyon endispansab yo nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html.

Kijan pou pwoteje manm nan fwaye a ki gen pi gwo risk pou maladi grav

Granmoun ki gen 65 lane oswa plis ak moun ki gen pwoblèm medikal grav alabaz gen pi gwo risk pou maladi grav nan COVID-19. **Si fwaye ou gen ladan moun ki nan gwoup sa yo, lè sa tout moun nan fanmi an dwe aji tankou yomenm tou yo gen pi gwo risk.**



Men sèt fason pou pwoteje moun nan fwaye ou.

1. Kontinye rete lakay ou tout tan sa posib.

2. **Lave men ou souvan**, sitou apre ou te nan yon plas piblik oswa apre ou fin mouche nen ou, touse, oswa etènye. Ou ka jwenn enfòmasyon sou kilè ak kijan pou lave men ou la a: www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html.



3. Sèvi ak yon dezenfektan pou men abaz alkòl ki gen omwen 60% alkòl si ou pa kapab lave avèk savon ak dlo.

» Mete yon kantite gwose yon pyès dis santim sou plamen ou epi fwote men ou yo ansanm, pandan ou kouvri tout pati nan men, dwèt, ak zong ou yo jiskaske ou santi yo seche.

4. Pa manyen zye, nen, ak bouch ou avèk men ki pa lave.

5. Kouvri tous ak etènye ou.

» Si w ap touse oswa etènye, kouvri bouch ou ak nen ou avèk yon klinèks oswa itilize andedan koudbra ou.
» Jete klinèks ize yo nan fatra.
» Lave men ou touswit.



6. Netwaye epi apre sa dezenfekte kay ou.

» Mete gan jetab, si gen disponib.
» Netwaye avèk savon ak dlo oswa lòt detèjan sifas moun manyen souvan toulejou yo. Sa gen ladan tab, manch pòt, switch limyè, kontwa, manch, biwo, telefòn, klavye, twalèt, wobinè, ak lavabo.
» Apre sa, itilize yon dezenfektan EPA anrejistre ki apwopriye pou sifas la. Swiv esplikasyon ki sou etikèt la pou itilize pwodui netwayaj la san danje epi yon fason ki efikas. Dezenfektan yo se pwodui chimik ki touye jèm ki sou sifas yo.



Dezenfektan EPA anrejistre yo endike la a: www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2.

Ou ka jwenn plis enfòmasyon sou netwayaj ak dezenfeksyon la a: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html

7. Pa gen vizitè sòf si yo oblije nan kay ou.

Ou ka jwenn plis enfòmasyon nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-higher-risk.html.

Kijan pou pwoteje timoun yo ak lòt moun pou yo pa malad

Granmoun ki gen 65 lane oswa plis ak moun ki gen pwoblèm medikal grav dwe evite pran swen timoun nan fwaye yo, si sa posib. Si moun ki gen pi gwo risk yo dwe pran swen timoun nan fwaye yo, timoun y ap okipe yo pa dwe gen kontak ak moun ki pa nan fwaye a.

Swiv senk konsèy sa yo pou ede pwoteje timoun yo ak lòt moun pou yo pa malad.

1. **Aprann timoun yo menm bagay yo ke tout moun dwe fè pou rete an sante.** Timoun yo ak lòt moun ka gaye viris la menm si yo pa gen sentòm yo. Jwenn plis enfòmasyon nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html.

2. **Pa kite timoun yo jwe fas a fas avèk timoun ki soti nan lòt fwaye.**

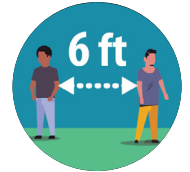
3. **Aprann timoun k ap jwe deyò yo pou yo rete 6 pye lwen nenpòt moun ki pa nan pwòp fwaye pa yo.**

4. **Ede timoun yo rete konekte avèk zanmi yo pa mwayen tchat videyo ak koutfil.**

5. **Aprann timoun yo pou yo lave men yo.** Eksplike ke lavaj men ka kenbe yo an sante epi anpeche pwopagasyon viris la bay lòt moun.

- » **Mouye** men ou avèk dlo pwòp k ap koule (cho oswa frèt), fèmèn tiyo a, epi mete savon.
- » Pou fè men ou **kimen** fwote yo ansanm avèk savon an. Kimen do men ou, fant dwèt ou yo, ak anba zong ou.
- » **Fwote** men ou pandan omwen 20 segonn.
- » **Rense** men ou byen anba dlo pwòp k ap koule.
- » **Seche** men ou avèk yon sèvyèt pwòp oswa kite yo seche nan lè.

Ou ka jwenn plis enfòmasyon sou fason pou pran swen timoun yo nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/children.html.



yo

Kijan pou pran swen yon moun nan fwaye a ki malad

Pifò moun ki vin malad avèk COVID-19 ap gen yon maladi lejè sèlman epi yo dwe rete lakay yo pou yo refè. Swen lakay ou ka ede sispann pwopagasyon COVID-19 epi ede pwoteje moun ki gen risk pou yo vin malad gravman nan COVID-19.

Si w ap okipe yon moun ki malad nan kay la, swiv sis konsèy sa yo:

1. **Fè moun lan rete otank posib nan yon sèl chanm, lwen lòt moun, tèt pa ou ladan tou.**

2. **Fè li itilize yon twalèt apa, si sa posib.**

3. **Siveye li pou siy avètisman dijans yo epi jwenn swen medikal touswit si li gen nenpòt nan bagay ki annapre la yo:**

- » Pwoblèm pou respire
- » Doulè oswa presyon sansès nan pwatrin
- » Nouvo konfizyon oswa si li pa kapab reveye
- » Po bouch oswa figi ki vin ble
- » Nenpòt lòt sentòm ki grav oswa enkyetan



4. **Asire ou moun ki gen COVID-19 la fè sa ki annapre la yo:**

- » Bwè anpil likid pou li rete idrate
 - » Repoze lakay li
 - » Itilize medikaman san preskripsyon pou soulaje sentòm yo (apre li fin pale avèk doktè l)
- Pou pifò moun, sentòm yo dire kèk jou epi yo amelyore apre yon semèn.

5. **Gen nimewo telefòn doktè l sou lamèn, epi rele doktè l si moun ki gen COVID-19 lan vin pi malad.**

Si Anglè se yon dezyèm lang li ye ou, yon moun nan fwaye a dwe konnen kijan pou mande yon entèprèt.

6. **Rele 911 pou ijans medikal yo.** Di operatè 911 lan ke pasyan an gen oswa yo sispèk li gen COVID-19.

Si Anglè se yon dezyèm lang li ye ou, yon moun nan fwaye a dwe konnen kijan pou mande yon entèprèt.



Ou ka jwenn plis enfòmasyon sou fason pou pran swen yon moun ki malad nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/care-for-someone.html.

Kijan pou izole yon moun nan fwaye a ki malad lè espas nan kay la piti

Si ou pa ka bay yon chanm ak twalèt apa pou yon moun ki malad avèk COVID-19, eseye separe moun lan parapò lòt moun nan fwaye a. Eseye kreye bon separasyon nan kay ou pou pwoteje tout moun, sitou moun ki gen pi gwo risk yo (moun ki gen plis pase 65 lane ak moun ki gen pwoblèm medikal yo).

Swiv dis konsèy sa yo lè w ap izole yon moun nan fwaye a ki malad:

1. **Kenbe 6 pye ant moun ki malad la ak lòt moun nan fwaye a.**
2. **Kouvri touse ak etènne ou; lave men ou souvan; epi pa manyen zye, nen ak bouch ou.**
3. **Fè moun nan fwaye a ki malad la mete yon pwoteksyon figi an twal lè li ozalantou lòt moun nan kay la ak lè li deyò (sa gen ladan anvan li antre nan kabinè yon doktè).**

Pwoteksyon figi an twal la kapab yon foula oswa bandana. Men, yo pa dwe mete yo sou timoun ki poko gen laj 2 zan, nenpòt moun ki gen pwoblèm pou respire, oswa nenpòt moun ki pa kapab retire pwoteksyon an san yo pa ede l. Ou ka jwenn plis enfòmasyon sou pwoteksyon figi an twal yo nan www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html.

4. **Kenbe moun ki gen pi gwo risk yo separe ak nenpòt moun ki malad.**

5. **Fè yon sèl moun nan fwaye a pran swen moun ki malad la.**

Moun k ap bay swen an dwe yon moun ki pa gen pi gwo risk pou maladi grav.

- » Moun k ap bay swen an dwe netwaye kote moun ki malad la te ye, ansanm ak atik kabann li ak lesiv li.
- » Moun k ap bay swen an dwe diminye nèt kontak li gen ak lòt moun nan kay la, sitou moun ki gen pi gwo risk pou maladi grav.
- » Prevwa yon moun pou okipe moun ki malad la epi yon moun diferan k ap okipe lòt moun nan kay la ki bezwen èd pou netwayaj, benyen, oswa lòt travay toulejou yo.



6. **Netwaye ak dezenfekte chak jou sifas yo, manch pòt yo, ak lòt sifas moun manyen souvan yo** avèk dezenfektan EPA anrejistre. Jwenn yon lis la a: www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2.

7. Aksepte sèlman vizitè ki gen yon bezwen endispansab pou yo nan kay la.

8. Pa pataje atik pèsònèl tankou telefòn, asyèt, atik kabann, oswa jwèt.

9. Eseye fè sa ki annapre la yo si ou dwe pataje yon chanmakouche avèk yon moun ki malad:

- » Asire ou chanm lan gen bon sikilasyon lè. Louvri yon fenèt epi limen yon vantilatè pou fè lè fre antre.
- » Mete kabann yo 6 pye apa omwen, si sa posib.
- » Dòmi tèt pou pye.
- » Mete yon rido toutotou oswa mete yon lòt separatè fizik pou separe kabann moun ki malad ak lòt kabann yo. Pa egzanp, ou ta ka itilize yon rido pou douch, separatè ekran chanm, gwo tablo afichaj an katon, lenn, oswa gwo kouvrel.



10. Fè moun ki malad la netwaye ak dezenfekte sifas li manyen souvan nan yon saldeben ki pataje.

Si sa pa posib, lòt moun ki pataje saldeben an dwe rete tann tout kantite tan ki posib apre moun malad la fin itilize saldeben an anvan yo antre ladan pou netwaye ak dezenfekte saldeben an oswa pou ale nan twalèt. Asire ou chanm lan gen bon sikilasyon lè. Louvri yon fenèt epi limen yon vantilatè (si sa posib) pou fè antre ak fè sikile lè fre.

Fason pou manje repa ansanm epi nourri yon moun nan fwaye a ki malad

Si sa posib, prepare yon asyèt pou moun malad ki nan kay la manje nan zòn apa kote li rete an. Si li pa kapab manje nan zòn apa kote li rete a, li dwe rete omwen 6 pye lwen lòt moun nan kay la pandan repa yo. Oswa, li dwe manje nan yon lè diferan parapò lòt moun nan kay la.

Epitou, swiv sèt konsèy sa yo:

1. Pa ede prepare manje si ou malad.

2. Lave men ou pandan omwen 20 segonn avèk savon ak dlo anvan ou manje.

Sa konsène tout moun ki nan fwaye a!

3. Sèvi avèk istansil pwòp lè w ap mete manje nan asyèt chak moun nan fwaye a.

4. Pa manje nan menm asyèt ni itilize menm kouvè ak yon lòt moun nan fwaye a.

5. Mete gan pou manyen asyèt, vè, ak istansil (atik pou sèvi manje), si sa posib.

Epitou, lave atik sa yo ki pa jetab avèk dlo cho ak savon oswa nan yon machin pou lave vesèl apre ou fin itilize yo.

6. Fè yon sèl moun pote manje bay moun ki malad la ak netwaye atik sèvis manje pou moun ki malad la. Li dwe yon moun ki pa gen pi gwo risk pou maladi grav.

7. Lave men ou apre ou manyen atik sèvis manje ki fin itilize.

