Rete an sante Lakay ou pandan

Jou Konje yo

Al Vaksinen

Vaksen kont COVID-19 yo san danje, yo efikas epi yo gratis epi yo rekòmande pou tout granmoun ak timoun ki gen laj 6 mwa ak plis. Vaksinasyon an toujou rete meyè mwayen pou pwoteje tèt ou pou pa tonbe malad. Epitou, li pwoteje pwòch ou yo, sitou sa ki pi jae yo epi ki gen gentan malad yo.

Pran Dòz Rapèl

Dòz rapèl pou COVID-19 yo disponib kounye a pou tout moun ki gen 5 lane ak plis! Jwenn yon vaksen oswa yon dòz rapèl toupre ou nan www.boston.gov/covid19-vaccine.

Pa Bliye Grip la!

Tout moun ki gen 6 mwa ak plis dwe pran yon vaksen kont grip chak ane. Grip la toujou prezante yon gwo pwoblèm, sitou pou granmoun aje yo, jèn timoun yo, moun ki ansent yo, ansanm ak moun ki gen pwoblèm medikal yo. Epi WI, ou kapab trape ni COVID-19 ni grip la an menm tan. Sa ki bon an se ke w kapab pran yon vaksen kont grip ak yon vaksen kont COVID-19 an menm tan an tou, ni yon dòz rapèl tou.

Fè Tès

Fè yon tès COVID-19 avan ak apre ou te nan yon rasanbleman oswa an vwayaj, sitou si w te petèt ekspoze oswa ou pral pami granmoun aje oswa lòt moun ki gen plis risk pou yon tonbe malad grav anba COVID-19. W ap jwenn enfòmasyon sou sit kote fè tès yo epi w ap gen aksè ak yon kit pou tès adomisil nan www.boston.gov/covid19-testing

www.boston.gov/bphc

BOSTON PUBLIC HEALTH COMMISSION

Rete an sante Lakay ou pandan

Jou Konje yo

Rasanble Defason Entèlijan

Panse ak Risk yo

Si ou menm oswa yon pwòch ou se yon granmoun aje oswa w gen yon pwoblèm sante ki ogmante risk pou gen COVID-19, panse rete lakay ou epi jwi jou konje w yo defason vityèl, sitou si w pa pran tout dòz vaksen yo.

Rasanble An Ti Gwoup

Tank plis moun rasanble se tank risk pou pran COVID-19 la plis elve.

Ogmante Vantilasyon an

COVID-19 la pwopaje pi fasil nan espas anndan paske gen mwens lè k ap sikile. Sa rive sitou ann ivè lè pòt ak fenèt kay moun yo fèmen. Si w pa kapab selebre nan espas deyò, louvri fenèt oswa itilize yon pirifaktè lè pou pèmèt plis lè antre nan espas la.

Itilize Asyèt Ou Pou Kont Ou

Pa itilize asyèt, vè oswa istansil avèk lòt moun. Eseye evite repa an komen, tankou bifè oswa repa kominotè. Maladi tankou rim, grip, e menm COVID-19 kapab pwopaje sou sifas yo tou.

Swiv Eleman Debaz yo

Mete yon Mask

Kouvri bouch ou ak nen w pandan w ap mete yon mask ak itilize yon twal lè w ap touse oswa estène. Sa kapab pwoteje w kont rim, grip, ni kont COVID-19 la tou pwiske li limite pwopagasyon ti gout respiratwa yo.

Lave Men Ou

Lave men w souvan avèk savon ak dlo pwòp k ap koule pandan 20 segonn, sitou lè w sot nan saldeben oswa avan w al manje. Sa ede w anpeche pwopaje mikwòb ki kapab bay rim, grip, ak COVID-19 yo.