

BẢO VỆ BẢN THÂN & NGƯỜI KHÁC

tránh COVID-19



Rửa tay thường xuyên và không chạm vào mặt.



Giữ khoảng cách 6 ft với người khác.



Luôn đeo khẩu trang vải đúng cách.



Khi bị bệnh, hãy ở nhà và tự cách ly để bạn không lây bệnh cho người khác.



Thường xuyên khử trùng các bề mặt "tiếp xúc nhiều" bằng 60% cồn hoặc là Chlorox.



Dùng cánh tay hoặc khăn giấy để che khi hắt hơi/ho.



KHÔNG tham dự những buổi tiệc đông người, những buổi tập trung đại gia đình, hay những địa điểm đông người.

ĐẢM BẢO AN TOÀN TRONG CÁC HỘ GIA ĐÌNH ĐÔNG NGƯỜI

- Hạn chế việc vật; hạn chế số người ra ngoài làm việc vặt.
- Tránh ôm, hôn hoặc dùng chung thức ăn, thức uống, đồ dùng, chén đĩa
- Thường xuyên khử trùng các khu vực chung.
- Không tiếp khách bên ngoài hay tổ chức các buổi tập trung đại gia đình trong nhà.
- Nếu có người bị bệnh, hãy gọi cho bác sĩ hoặc đến phòng khám trong cộng đồng, xét nghiệm ngay lập tức (thông tin về các cơ sở xét nghiệm ở bên dưới).
- Nếu xét nghiệm dương tính với COVID-19, hãy cách ly với các thành viên trong gia đình, cách xa 6 ft và đeo khẩu trang. Cơ sở xét nghiệm sẽ cung cấp cho quý vị thông tin về việc nhận kết quả.

ĐẢM BẢO AN TOÀN TẠI NƠI LÀM VIỆC

- Đeo khẩu trang.
- Chào hỏi đồng nghiệp bằng cách vẫy tay, gật đầu hoặc cúi đầu chào.
- Giữ khoảng cách ít nhất 6 ft với đồng nghiệp.
- Tránh dùng chung thiết bị/dụng cụ với đồng nghiệp.
- Thường xuyên khử trùng không gian làm việc và các khu vực chung.

Xét Nghiệm COVID-19 MIỄN PHÍ

Địa chỉ cơ sở, giờ làm việc và liên kết mạng để đặt hẹn trước tại ochealthinfo.com/covidtest hoặc **800-564-8448**

Thông Tin Chung về COVID-19

Các cách khác để bảo vệ bản thân và người khác tại ochealthinfo.com/protecteachother

Nguồn Trợ Giúp Liên Quan Đến COVID

Trợ giúp thực phẩm, trả tiền thuê nhà hoặc tìm dịch vụ chăm sóc y tế tại covid19info.ocgov.com