

ΝΕΟΥΥΟΡΚΕΖΟΙ: ΜΕΙΝΕΤΕ ΣΠΙΤΙ ΓΙΑ ΝΑ ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΕΞΑΠΛΩΣΗ ΤΟΥ ΚΟΡΟΝΟΙΟΥ

οι κάτοικοι της Νέας Υόρκης συνεργαζόμενοι και μένοντας σπίτι μπορούν να επιραδύνουν την εξάπλωση του (COVID-19) στην πόλη της Νέας Υόρκης. Όταν βγαίνετε έξω για ζωτικές ανάγκες για εργασία ή για φρέσκο αέρα, βαστήξτε απόσταση από τους άλλους και πάρτε τις εξής προφυλάξεις.



ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΤΕ ΕΑΥΤΟΥΣ ΚΑΙ ΑΛΛΟΥΣ

- Βαστήξτε 6 πόδια απόσταση.
- Να πλένετε τα χέρια σας με νερό και σαπούνι συχνά.
- Να καλύπτετε τη μύτη και το στόμα με χαρτομάντηλο ή μανίκι όταν βήχετε ή φτερνίζεστε.
- Μην αγγίζετε το πρόσωπό σας με άπλυτα χέρια.
- Να παρακολουθείτε την υγεία σας πιο στενά από ότι συνήθως για τυχόν συμπτώματα κρυολογήματος ή γρίπης.



ΑΝ ΕΙΣΤΕ ΑΡΡΩΣΤΟΙ

- Μείνετε σπίτι.
- Αν έχετε βήχα, δύσπνοια, πυρετό, πονόλαιμο και δεν νοιώθετε καλύτερα μετά 3-4 μέρες, συμβουλευτείτε το γιατρό σας.
- Αν χρειάζεστε βοήθεια να βρείτε γιατρό καλέστε το 311.
- Ο Δήμος της ΝΥ παρέχει περίθαλψη ανεξάρτητα από το μεταναστευτικό καθεστώς ή ικανότητα πληρωμής.



ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΤΕ ΤΑ ΠΙΟ ΕΥΠΑΘΗ ΑΤΟΜΑ

- Μείνετε σπίτι αν έχετε πνευμονοπάθεια, καρδιοπάθεια διαβήτη, καρκίνο ή εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα
- Μείνετε σπίτι και καλέστε, βίντεο κληση με την οικογένεια ή φίλους που πάσχουν από μια από αυτές τις παθήσεις



ΜΕΙΩΣΤΕ ΤΟΝ ΣΥΝΩΣΤΙΣΜΟ

- Μείνετε σπίτι.
 - Εργαστείτε από το σπίτι.
- Εαν βγείτε έξω:**
- Εργαστείτε κλιμακωτά να συμπίπτουν με ώρες αιχμής κυκλοφορίας Περπατήστε ή πάρτε ποδήλατο.
 - Μη συνωστίζεστε.

Για πραγματική ενημέρωση επισκεφθείτε nyc.gov/coronavirus.

Καλέστε 311 να καταγγείλετε παρενόχληση ή διάκριση. Κελέστε 888-692-9355, πληκτρολογήστε "WELL" στο 65173 ή συνομιλήστε στο διαδίκτυο στη σελίδα nyc.gov/nycswell για να συνδεθείτε με ψυχολόγο.

*Χρεώσεις για μηνύματα και χρήση δεδομένων μπορεί να ισχύει. Ελέξτε με το πάροχο κινητής τηλεφωνίας για λεπτομέρειες.

NYC
Health

Bill de Blasio
Δήμαρχος
Oxiris Barbot, MD
Επίτροπος