

NAZALI NA COVID-19, NASENGELI KOSALA NINI?



MAKAMBO YA KOSALA

- Tikala na ndako & kabwana malamuru lokola okoki na baoyo bazali na ndako na yo.
- Lata masque ntango ozali nzinga-nzinga na baoyo bazali na ndako na yo.
- Tikala mosika na bato oyo bazali na likama makasi ya kozwa virus yango.
- Sukola maboko na yo & salela gel to sabuni ya mai mbala na mbala.



Tikala na ndako kino...

- Bilembo oyo bilakisaka bokono ya COVID-19 epayi na yo bikoma malamuru. Ndakisa fievele, kosu-kosu, & koyoka mpema na yo mokuse.
- Mikolo 10 mikoki banda oyokaki nzoto maladi mbala ya liboso.
- Oyokaki fievele te na ngonga 24 oyo ewuti koleka & osalelaki kisi ya kokitisa fievele te.



Makambo ya kosala te

- Kotika ndako na yo to koyamba bapaya.
- Kozwa bus oyo ememaka bato banso to bataxi lokola Uber to Lyft.
- Kokabola biloko, ndakisa bilei, kopo, & basani ya koleilela. Kosimba elongi na yo na maboko ya kosukola te.

Bato ya Kobenga

- Soki ozali na mposa ya lisalisi mpo na kotiana pembeni to kofanda yo moko, okoki kosenga lisungi ya ofele.
- Ndakisa ya lisungi wana ya kozwa ezali na: lisalisi na bilei, ndako/esika ya komibatela, makambo ya bonkoko, & lisalisi na mpasi ya koyokana na minoko ya koloba.
- Tala mokoloto ya kozwa bato ya kobenga mpo na kosenga lisalisi, mpo na yo moko to mpo na moto mosusu <https://www.maine.gov/dhhs/form/covid-19-referral-form>.

