

Коронавирус / COVID-19

Что вам нужно знать:

Источник: <https://www.cdc.gov/coronavirus>



Оставайтесь дома – требование Губернатора штата Нью Йорк
Избегайте тесного контакта с людьми - не собирайтесь большими группами!
Никаких вечеринок, никаких религиозных служб, общественных собраний
Держитесь на расстоянии двух метров друг от друга
Нет баскетболу, футболу, или другим командным видам спорта в это время



Оставайтесь дома, если вы больны, или у вас кашель, или повышенная температура.
Прежде чем идти в кабинет врача или отделение неотложной помощи, позвоните!
Позвоните своему врачу или по информационной линии Коронавирус (COVID-19) по телефону 315-798-5431.

Попросите переводчика, если вам нужна в этом помощь.

ПОЗВОНИТЕ 911 если вам нужна неотложная медицинская помощь!



Кашляйте или чихайте в салфетку, а затем вымойте руки
ИЛИ

Кашляйте или чихайте в локоть

Выбросьте салфетку в мусорное ведро



Часто мойте руки с мылом и водой в течение 20-и секунд
ИЛИ

Часто пользуйтесь дезинфицирующим средством для рук



Чистите поверхности в вашем доме каждый день дезинфицирующим средством (столы, дверные ручки, столешницы, телефоны, пульты от телевизора, клавиатуру, туалеты, смесители и раковины)

Оставайтесь в курсе последних новостей

Перейдите на сайт Центра Беженцев по ссылке www.thecenterutica.org

Следите за Центром Беженцев на Фейсбук @TheCenterUtica



Если вам нужны услуги **Центра Беженцев** позвоните по телефону **(315)738-1083**.
Сотрудники Центра Беженцев работают и могут помочь вам.

Russian

Coronavirus / COVID-19

What you need to know:

Source: <https://www.cdc.gov/coronavirus>



Stay home - required by the New York State Governor
Avoid close contact with other people - no large groups!
No parties, no-in person religious services, no community gatherings
Keep a distance of six feet between people
No basketball, soccer, or other team sports



Stay home if you are sick, have a cough or fever
Call before going to a doctor's office, urgent care or emergency room
Call the COVID-19 information line at 315-798-5431 if you have questions
Ask for an interpreter if you need language help
CALL 911 if you have a medical emergency!



Cough or sneeze into a tissue and then wash your hands
OR
Cough or sneeze into the inside of your elbow
Throw tissues away into a trash can



Wash your hands often with soap and water for 20 seconds
OR
Use hand sanitizer frequently



Clean surfaces in your home each day with disinfectant (tables, doorknobs, countertops, phones, TV remotes, keyboards, toilets, faucets, and sinks)

Keep updated with new information
Go to The Center's website www.thecenterutica.org
Follow The Center on Facebook @TheCenterUtica



If you need services call **The Center (315) 738-1083**.
The Center staff is working and can help you.

English