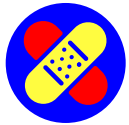


Pruteje bu kabesa y otus di fika duenti

Djuda para prupagason di duensas sima gripi, COVID-19 y RSV:



Toma Vasina

Sta senpri en dia ku vasinas kontra duensas sima gripi, COVID-19 y RSV pa djuda ivita duensa gravi.



Laba Mon

Laba mon frikuentimentu ku sabon y agu kenti, o uza dizinfetanti di mon ku pelu menus 60% di alkol.



Kubri Bus Tosi Y Spiro

Kubri boka oras ki bu ta tosi o spira. Uza un panu o parti dentu di bu kutuvelu, mas ka bu uza mon.



Uza Maskara Si For Nisisariu

Uza maskara dentu di kaza y na lugaris xeiu si bu stiver duenti, si bo o algen na bu kaza sta kori altu risku di duensa gravi.



Faze Testi

Faze testi kazu bu stiver ku sintomas. Testi pa gripi y COVID-19 sta disponibel na farmacias y klinikas di saudi na bu kumunidadi.



Faze Tratamentu

Si bu testa puzitivu pa un virus, fala ku bu mediku imediatamenti sobri opsons di tratamentu.



Fika Na Kaza

Fika na kaza oras ki bu sta duenti. Fika na kaza ta djuda ivita prupagason di duensa.



SABI MAS NA
mass.gov/StopTheSpread

