**احمِ نفسك وعائلتك ومجتمعك من فيروس كوفيد-19.**

**احصل على التطعيم وابق على اطلاع.**

تُعد أفضل حماية ضد كوفيد-19 هي مواكبة الاطلاع على أحدث لقاحته. أي أن تكون ملقحا بالكامل وحاصل على جرعة منشطة. يكون الأشخاص الملقحين بالكامل أقل عرضة للإصابة بالمرض أو نشر الفيروس المسبب لـ كوفيد-19، خاصةً إذا تلقوا الجرعة المنشطة.

لمعرفة المزيد ادخل على **mass.gov/CovidVaccine**

**اخضع للفحص**

يتوفر اختبار كوفيد-19 على نطاق واسع، بما في ذلك الاختبارات السريعة في المنزل. اخضع للفحص إذا كانت لديك أعراض.

لمعرفة المزيد أدخل على **mass.gov/GetTested**

**احصل على العلاج.**

إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية، فتحدث إلى طبيبك على الفور عن خيارات العلاج المتاحة للأشخاص الذين يعانون من أعراض بسيطة إلى متوسطة.

لمعرفة المزيد ادخل على **mass.gov/CovidTreatments**

**ابق بالمنزل عند الشعور بالتعب**

يساعد البقاء في المنزل على منع انتشار المرض.

**ارتدِ قناع إذا كنت بحاجة لذلك.**

لمعرفة المزيد ادخل على **mass.gov/MaskUpMA**

**اغسل يديك.**

اغسل يديك كثيرًا بالصابون والماء الدافئ. أو استخدم معقم اليدين الذي يحتوي على كحول بنسبة لا تقل عن 60٪.

لمعرفة المزيد ادخل على **mass.gov/CovidVaccine**

إدارة الصحة العامة بولاية ماساتشوستس