

أوقف

Stop the Spread (Arabic)

انتشار المرض
ابق آمنا، أنفذ الرواح

موارد فيروس كورونا الـ COVID-19

نصائح للوقاية

التباعد الإجتماعي

مارس التباعد الاجتماعي/الاجسدي بان تكون الحفاة 6 أقدام بيزك وبين الآخرين الذين ال يمشون معك ني زيس المنزل



لدى مؤسسة Food Gatherers قائمة محدثة بمواقع مؤن الطعام. foodgatherers.org

إذا كنت تعاني من مشاكل نفسية، فاتصل بإدارة الصحة العقلية المجتمعية في مقاطعة واشتيناو

Washtenaw County Community Mental Health (هاتفياً على الرقم 3050-544-734 أو عن طريق إرسال كلمة SHARE في رسالة نصية على خط الرسائل النصية للآزمات) Crisis Text Line (على الرقم 741741 .

ارتد أوتعة للوجه

ارتد زراع الوجه لوتغطي النف والهم وعدم تكون ني مكان عام.



إذا كنت بحاجة الى الحصول على تأمين صحي، اتصل

ببرنامج خطة واشتنا الصحية Washtenaw Health Plan (Health) على الرقم 3030-544-734 او الموقع whp@washtenaw.org

اغسل يديك

اغسل اليدين بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. إذا لم يتوفر الماء والصابون، فاستخدم مطهرا لليد يحتوي على نسبة 60% على الأقل من الكحول.



يمكنك تقديم مطالبة جديدة للحصول على مخصصات البطالة عن طريق زيارة الرابط التالي michigan.gov/UIA

ابق في المنزل إذا كنت مريضا

ابق في المنزل وتجنب مخالطة الآخرين إذا كان لديك اي أعراض. فقط أخرج إذا كنت بحاجة لرعاية طبية.



معلومات عن فحص كوفيد-19 تجدها هنا: bit.ly/WCTesting

احصل على مطعموم الإنفلونزا

احمي نفسك والآخرين بحصولك على مطعموم الانفلونزا



معلومات عن كيفية الحصول على خدمات المساعدة الأساسية تجدها هنا: bit.ly/33fGdoi

لمزيد من المعلومات والتحديثات بشأن الكوفيد-19 يرجى

زيارة موقعنا الإلكتروني.

washtenaw.org/COVID19

Last updated: 9/30/20



Washtenaw County
Health Department
healthy together