

Pwoteje tèt ou ak lòt moun pou nou pa malad

Ede sispann pwopagasyon maladi tankou grip, COVID-19, ak RSV:



AL PRAN VAKSEN

Rete ajou sou vaksen pou viris tankou grip, COVID-19, ak RSV pou ede anpeche maladi grav.



LAVE MEN OU

Lave men ou souvan avèk savon ak dlo tyèd, oubyen sèvi ak yon dezenfektan pou men ki gen omwen 60% alkòl.



BARE LÈ W AP TOUSE OSWA ESTÈNEN

Bare bouch ou lè w ap touse oswa estènen. Itilize yon mouchwa oswa fant koud bra w, se pa men ou.



METE MASK SI SA NESESE

Mete mask lè w anndan kay la ak lè w kote ki gen anpil moun si ou malad, oswa si ou menm oswa yon moun lakay ou gen yon risk ki ogmante pou nou fè maladi grav.



AL FÈ TÈS

Al fè tès si ou gen sentom yo. Tès pou grip ak pou COVID-19 yo disponib nan famasi ak nan klinik sante ki nan kominote w la.



JWENN TRETMAN

Si ou teste pozitif pou yon viris, pale ak doktè ou touswit de opsyon tretman yo.



RETE LAKAY OU

Rete lakay ou lè ou malad. Rete lakay ou ede anpeche pwopagasyon maladi a.



JWENN PLIS ENFÒMASYON SOU
mass.gov/StopTheSpread

