

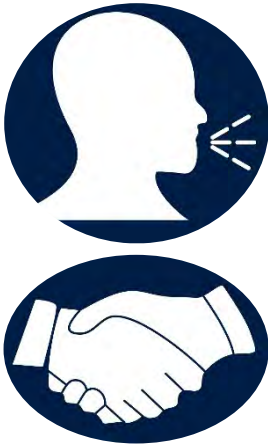
Moun ki Gen Andikap K ap Bay Enfòmasyon sou COVID-19 pou Moun ki Gen Andikap

Kisa COVID-19 ye?



- Se yon nouvo maladi k ap gaye nan lemonn antye.
- Ti non jwèt li se kowonaviris.

Kijan ou pran l?



- Yon moun ki gen COVID-19 ba ou mikwòb yo.
- Lè yo touse oswa estènen, jèm yo rantre nan lè a, sou ou ak sou bagay yo.
- Jèm yo rantre nan kò ou lè yo penetre nan bouch ou, nan nen ou ak nan je ou.

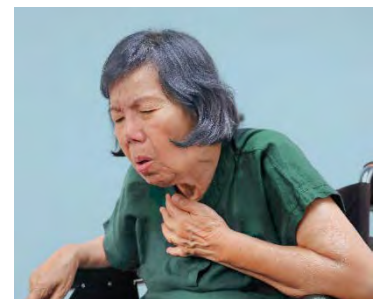
Kisa ki pase si ou genyen l?



Yon lafyèv 100.4 °
(38°C) oswa pi wo



Touse



Difikilte pou respire



Si ou gen bagay sa yo, sa pa vle di ou gen kowonaviris. Anpil moun gen lafyèv oswa tous. Ou ka jis gen yon rim oswa yon grip.

Si mwen malad, kilè mwen ta dwe rele yon doktè?



- Rele si ou te vwayaje.
 - Rele si ou te avèk yon moun ki gen viris la.
 - Rele si ou te yon kote moun ki gen COVID-19 te resevwa tretman medikal.
- Rele doktè ou an, pa ale nan biwo a.***

Ki gravite maladi a?



- Pifò moun pa vin malad anpil. Se tankou yon rim oswa grip.
- Kèk moun ki aje ak moun ki gen andikap ka vin malad anpil. Sa ka rive yo ale lopital.

Kouman mwen ka rete ansante, oswa kisa pou m fè pou m pa pran l?

Lave men ou.

Green Mountain Self-Advocates www.gmsavt.org



- Itilize anpil dlo ak savon.
- Lave men ou pandan 20 segonn omwen. Si sa ka ede ou, konte rive 20.
- Lave yo apre ou fin itilize twalèt la oswa lè ou te pami moun (tankou ale nan yon magazen).

- Si ou pa ka jwenn dlo ak savon, itilize dezenfektan pou men. Konnen ke lave men ou byen ak savon ak dlo toujou pi bon.



Touse ak estènnye nan koud bra ou.

Touse ak estènnye nan koud bra ou pou anpeche mikwòb yo rantre nan lè a ak nan men ou.

Eseye pa manyen figi ou



- Pa fwote je ou.
- Pa manyen bouch ou.
- Pa manyen nen ou.

Sonje byen, se konsa jèm yo rantre nan kò ou.



Si ou oblije manyen figi ou, fè li ak yon twal oswa nan douch la.

Eseye kenbe men ou okipe:



- Tape jenou ou.
- Klike sou yon plim.
- Itilize yon fidget spinner.
- Itilize dezenfektan pou men.
- Grifone.
- Peze yon boul anti-estrès.
- Jwe yon jwèt sou aparèy ou an.

Si mwen malad, kisa mwen ta dwe fè?

Rele doktè ou. PA ale nan yon lopital oswa nan swen dijans.



Rete lakay

Sèvi ak
klinèks,
apre sa jete



Evite kontak
ak lòt moun



Kenbe objè
ak sifas yo
pwòp

Rele doktè ou an ankò si w ap vin pi mal. Rele ankò si ou gen pwoblèm pou respire. Fè sa doktè ou an di a.

Si anlwaye estaf mwen malad, kisa mwen ta dwe fè?



- Doktè di si ou malad rete lakay ou. Pa al travay. Yon anlwaye malad ta dwe rete lakay li jiskaske li byen.
- Di ekip ou an sa. Di manadjè dosye ou an sa.

Kisa mwen dwe fè si m ap viv ak yon moun ki vin malad?

Yon lòt moun k ap viv lakay ou kapab pran kowonaviris oswa kapab panse yo gen jèm sa yo nan kò yo.



- Rete omwen 6 pye (2 mètr) lwen moun ki malad la.
- Pa manyen sifas ni manje moun ki malad la te manyen.
- Lave men ou toutan.
- **Rele manadjè ou an.** Ka gen yon lòt kote ou ka rete pandan kèk jou.

Kouman pou mwen salye zanmi m yo?



- Pa bay lanmen. Pa anbrase. Pa kore.
- Sour, frape koud, voye mesaj tèks, rele nan telefòn, voye mesaj

Kikote mwen ka ale jou sa yo?

Rete lwen gwo gwoup moun yo.

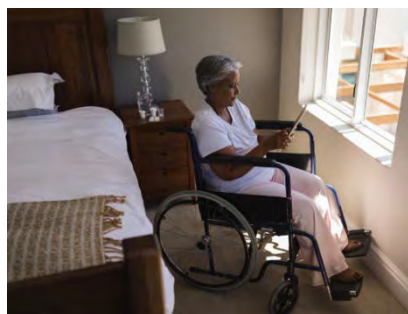


- Pa ale nan sinema ni nan sant komèsyal.
- Eseye evite transpò piblik.
- Ale nan makèt pandan jounen an, lè pa gen anpil moun.

Pa pataje manje oswa bwason.



Poukisa li enpòtan pou fè tout bagay sa yo?



- Ou pa vle granparan ou yo malad, pa vre?
- Li fasil pou kèk moun ki gen andikap malad toutbon. Ou t ap santi ou trè mal si ou te lakòz zanmi ou oswa fanmi ou malad.

Èske gen yon piki mwen ka pran, pou mwen pa malad?



Non. Pa gen okenn piki ni vaksen pou kwape kowonaviris la.

Èske gen yon medikaman?



- Pa gen medikaman pou COVID-19.
- Pran medikaman ou itilize lè ou gen yon rim oswa grip.
- Bwè anpil dlo. Byen repoze ou.

Kisa pou m di zanmi m yo si yo vin pè, oswa si yo vin estrese anpil?



- Pale ak yon moun ou fè konfyans.
- Ou ka montre yo tiliv sa a pou ba yo lide sou kisa pou yo fè.

Mwen gen yon travay. Mwen pè pedi jou travay.



- Si ou malad, fòk ou rete lakay ou.
- Sante vini anvan lajan.
- Fè bès ou konnen ou pa santi ou byen.
- Si ou enkyete ou pou lajan, pale ak fanmi ou, zanmi oswa ekip ou.

Fè yon plan pou sizoka ou ta gen pou rete lakay ou.



- Kimoun ki ka al achte manje pou ou?
- Kimoun ki pral rele pou pran nouvèl ou?
- Kisa pou ou fè si anplwaye estaf ou rele pou di yo malad?
- Asire ou konnen nimewo telefòn doktè ou.

Pale ak gwoup ki reprezante w yo, zanmi w yo, fanmi w, oswa anplwaye sipò ou yo konsènan enkyetid ak preyoqipasyon ou yo.



Si ou te pre yon moun ki gen Kowonaviris, yo ka mande ou pou rete lakay ou. Yon moun ka gen kowonaviris nan kò yo epi yo pa santi yo malad. Li pran kèk jou pou ou malad. Viris sa a gaye trè fasil. Ou pa vle bay lòt moun li.



Remèsiman pou Konsèy pou Andikap Devlopmanal nan Vermont (Vermont Developmental Disabilities Council) pou konsèy ak sipò li te bay pou kreye tiliv sa a. Piblikasyon sa a sipòte an pati atravè yon akò kowoperatif ki soti nan Administrasyon sou Andikap Entelektyèl ak Devlopmanal (Administration on Intellectual and Developmental Disabilities), Administrasyon pou Viv nan Kominote (Administration for Community Living), Depatman Etazini pou Sante ak Sèvis Imen (U.S. Department of Health and Human Services). Yo ankouraje benefisyè ki antreprann pwojè anba parennaj gouvènman an pou yo eksprime libreman rezilta ak konklizyon yo. Pwendvi oswa opinyon pa, poutèt sa, nesesèman reprezante politik Administration on Intellectual and Developmental Disabilities.

The Sant Resous pou Defans Pwòp Enterè ak Asistans Teknik (Self-Advocacy Resource and Technical Assistance Center, SARTAC) () ap chèche ranfòse mouvman oto-reprezantasyon an nan sipòte òganizasyon oto-reprezantasyon yo pou devlope nan divèsite ak lidèchip. Sant resous la se yon pwojè Moun k ap Defann Pwòp Enterè Pa Yo ki vin Otonòm (Self Advocates Becoming Empowered, SABE) . SARTAC <https://selfadvocacyinfo.org/> se yon Pwojè Enfimite Devlopmanal ki gen Siyifikasyon Nasyonal, ki finanse pa Administrasyon pou Lavi Kominotè – Administrasyon Andikap Entelektyèl ak Devlopmanal (Administration For Community Living - Administration on Intellectual and Developmental Disabilities, AIDD).