

Monkano na Papela ya Mambi Makosala

Soki oza na bilembo bia kobela ya pasi ya COVID-19

Landa bisaleli bitindami na mokanda monene oyo pona kosalisa yo ozwa monkano ya bosembo elongobani bongo yo na baninga ya pene-pene elongo na bato babolingo kati ya libota nayo. Bambala nyonso osalela bopeto mpona bamezile ya kopekisa bokaboli ya pasi ya kobela.

- Sokola maboko nayo mbala-na-mbala
- Kosola to tia kesia na bogunzami ya loboko, likolo ya manche ya loboko, to na mouchoire ya papela ya elongi, na maboko na misapi te.
- Keba obatela nzinga-nzinga nayo na bopeto.

Bakolo to bana

Na zali na fièvre ($\geq 38\text{ }^{\circ}\text{C}$ (100.4 $^{\circ}\text{F}$) or $\geq 37.8\text{ }^{\circ}\text{C}$ (100 $^{\circ}\text{F}$) mpona ba nkoko) to ata moko ya ba symptomi elandi awa:

- Kozanga koyoka solo kaka mbala moko boye, kozanga kokangama zolo to kozanga kobungisa ntomo na lolemo
- Pasi pona kopema
- Ebandeli to bokomi pasi makasi ya kosu-kosu
- Kolemba makasi
- Pasi na misuni
- Moto kobeta
- Kozanga posa ya kolia
- Pasi na mongongo
- Pulu-pulu

TO Naza moto ya mpaka na bilembo ya bonkoko (bozangi ya kimpwanza, kokweya-kweya, kobungisa makanisi kaka boye, kanda-kanda to komona botutu na nzoto, kozanga posa ya kolia, kolemba nzoto makasi, bnb.).

Bakolo to bana

Nazo bela fièvre moto eleki 38 $^{\circ}\text{C}$ /100.4 $^{\circ}\text{F}$ likolo pe moko to mingi ya mambi malandi awa:

- Bokangami ya pema pe/to pasi ya kopema ezo mata
- Bambebo ekomi bleu
- Pasi pona kotambola
- Moto ya fièvre (babebe ya se ya sanza misato)
- Posa okanga-kangaka miso na pongi, koyeba makambo lisusu te, koyeba esika ozo kende te, pasi na kozala ya kolamoka
- Masuba ezali te tango molai bangonga 12 heures

MONKANO

Na fanda na ndako pe nabenga singa ya moto ya coronavirus 1-877-644-4545.

Landa masungi.

MONKANO PONA BAKOLO NA BANA

Kende na sale d'urgence noki-noki penza.

Soki posa ya lisalisi ya bombango ezali, benga 911.

NSANGO YA KOYEBA NA BATO BANSO

Services Québec

Nzela ya moto ya Coronavirus

1-877-644-4545 (kobenga ofele)

Pona Bato Bayokaka te to baye bazalaka na pasi bayoka

1-800-361-9596 (kobenga ofele)

Banomba ya foni ya ntina monene:

Monganga ya bakisi nayo:

Dokotolo nayo:

CLSC nayo:

Tikala na boyebi.

Québec.ca/coronavirus website aza na nsango ya mikol'oyo.