



# Uhamasishaji kwa Watu wa Michigan

Homa ya Novel Coronavirus 2019 (COVID-19)

## Dalili



**KUWA NA JOTO**



**KUKOHOA**



**UGUMU WA KUPUMUA**

## Kinga—Anza kwa Kunawa Mikono Yako



**WEKA MAJI  
KWENYE MIKONO**



**PAKA  
SABUNI**



**SUGUA:  
SEKUNDE 20**



**SUUZA**



**KAUSHA MAJI  
KWENYE MIKONO**

- Kunawa mikono yako mara kwa mara kwa sabuni na maji kwa sekunde 20 ni njia moja rahisi na bora ya kuzuia kuenea kwa vijidudu.
- Epuka kugusana na watu ambao ni wagonjwa.
- Zuia kikohozi chako na kupiga chafya kwa tishu.
- Epuka kugusa macho, pua na mdomo.
- Safisha maeneo unayogusa na kuua vijidudu mara kwa mara.
- Kaa nyumbani unapokuwa mgonjwa, isipokuwa kama unaondoka kwa ajili ya huduma za matibabu.

## Kutafuta Uuguzi

Pigia simu namba yetu ya kupata usaidizi wa COVID-19 kupitia **833.559.0659** au utembelee tovuti ya **[spectrumhealth.org/covid19](https://spectrumhealth.org/covid19)** ili kufanya uchunguzi wa bila malipo.\* Ikiwa dalili zako ni za kutishia maisha, pigia simu 911.

*\*Tafadhali fahamu kuwa uchunguzi sio kipimo cha COVID-19.*