



Bōroro im Kōlotak Ilo Ien COVID-19

Mour kāāl ej wōnmaanlok ilo ien ko rebin. Elañe kwe juon ribōroro ekāāl ak mōttan jidik ewōr nejuṃ juon niñniñ kāāl, elukkun aurōk aṃ kejbarok ejmour eo aṃ im ebōk jibañ in ejmour ilo ien in.

COVID-19 im bōroro

- COVID-19 ej juon nañinmij ekāāl innem ejab lab ad jelā kin wewein an kij in jelōte ro rebōroro.
- Jejelā ke armij ro rebōroro kin COVID-19 remaroñ lablok uwōta kin aer bōk nañinmij ko rekauwōtata.

Kejbarok ejmour eo aṃ

- Bōk kejbarok in ejmour eo kwōaikuji.
- Kajjioñ in bed mweo imōṃ joñan aṃ maroñ im kadiklok aṃ kebaak armij ro rejab jokwe ilo mweo imōṃ.
- En ikut aṃ kwal beiṃ kin joob im dan ak kein manman kij in ba kōmman jen arkool elañe kwōjab maroñ kwal beiṃ.
- Loo [melele in kajinet ko ikijen kōttolok doon](#).
- Kōjermal nuknuk ñan kalbubuuk iturin mejem ñe diwōj jen ṃweo imōṃ.
- Kenono ibben jikin jermal eo aṃ kin wewein aṃ maroñ kejbarok ilo ien aṃ jermal.
- Elañe kwōj ebōk uno, kejbarok bwe en wōr joñan eo ebwe ñan 30-raan ibbōṃ.
- Kwōn niknik in kadedelok wā ko kwoj aikuji. Ejellok juon wā ñan COVID, bōtab wā ko jet, einwōt wā in būlu eo, renaj jibañ bwe kwōn ejmour wōt.

Ñe kwōnaj nañinmij

- Kūrluk taktō eo aṃ. Taktō eo aṃ enaj jibañ kwe im kenono ibbōṃ kin wewein ko kwōmaroñ kejbarok an kij eo jab ajeded ñan ro jet.

- Jet niñniñ ko rej kab lotak emōj aer teej positive kin COVID-19 ekadu ālikin ien aer kar lotak. Jejañin jelā elañe niñniñ kein rar bōk kij eo mokta, ilo ien, ak ālikin aer lotak.

Ñan kalōñlok melele ko kin ejmour eo aṃ im bōroro ilo ien COVID-19, lale mennin jibañ ko laajrak:

- [College eo an Obstetrics im Gynecologists an Amedka \(Taktō in Ribōroro im Kora\): Kajitōk im Uwaak ko kōn Rinañinmij](#)
- [The Center for Disease Control \(CDC\): Bōroro im Kaninnin](#)

Jinoin im wōnmaanlok in kejbarok

Kejbarok in bōroro eaurōk ñan ejmour in bōroro kinke ej jibañ kwe im taktō in ejmour eo aṃ:

- Kejbarok abañ ko aṃ ikijen ejmour mokta jen aer kauwōtata
- Lolorjak bwe emman an edeklok niñniñ eo nejuṃ
- Kajitōk im uwaak kajitōk ko im katak kin aṃ bōroro
- Kenono kin wewein ko kwōmaroñ kōkōmanmanlok aṃ mour ilo ien aṃ bōroro

Kwōbōroro ke im kwōj ke aikuj jibañ in kabok jibañ in ejmour ak jibañ ko jet?

[Oregon MothersCare](#) emaroñ lewaj melele in bōroro, jibañ im jermal in jibañ, ekoba:

- Teej in bōroro ilo ejellok wōnnen
- [Oregon Plan in Ejmour](#) (OHP) jibañ kōn ablikājōn
- Kejbarok kōn bōroro
- Kejbarok kōn ñi
- Appointment in kejbarok kōn ejmour ko jet
- [Kōrā Niñniñ im Ajiri \(WIC\)](#) jibañ ikijen òn in mōñā
- Mōn Jokwe
- Ial in ito-tak
- Melele im jermal in jibañ ko jet ikijen bōroro im ejmour

Jibañ ko an All Oregon MothersCare **ejellok wōnneir** im ewōr ñan jabdewōt armij eo ebōroro jekdon kin kōllā, jekjekin joortoklik, ak jekjekin citizenship ko aer. Click [jiin](#) ñan lale Jikin eo Kwōmaroñ Loe ilo OMC iturim.

Kwōjab jokwe ilo juon jukjukinbed eo im ewōr būrokraam in OMC ie?

Kūrluk 211 ñan jibañ in būkot jerbal in jibañ ko ikijen bōroro ilo jikin eo aṃ.

Kejbarok kōn bōroro

- **Jab jolok appointment in kejbarok in bōroro ko aṃ.** Elañe kwōj inebata kin aṃ etal ñan appointment eo aṃ kin COVID-19, kenono ibben taktō eo aṃ ilo talebon.
- Kejbarok in bōroro emaroñ oktak ilo jukjukinbed ko amim im rijerbal in ejmour ro amim rej katak in jerbal ilo wewein ko reoktak ilo ien COVID-19.
- Jet armij ro rebōroro emaroñ diklok ak aitoklok kōtaan ien aer etal in taktō.
- Kwōmaroñ bar kenono ibben taktō eo aṃ ilo talebon ak ilo juon kall ilo bideo online. Mennin ej juon wewein eo emman ñan aṃ bōk kejbarok in taktō eo kwōaikujji ilo ien aṃ bōbrae an ajeded kij eo.
- Rilotok ro remaroñ jab melim aer deloñ ilo ien lolok taktō, innem kwōn kajitōk ibben taktō eo aṃ mokta jen aṃ bōktok juon armij ibbōṃ.
- Remaroñ naj kajitōk aṃ ekōnak kein kalbubu iturin māj ñan ien taktō ko kwōj lolok taktō.

Ien kōlotak

- Kenono ibben taktō eo aṃ kin plan in kōlotak eo aṃ.
- Ilo elōñ keij ko, ien im wewein kōlotak (kōlotak ak mwijmwij) ejab aikuj wōr oktak.
- Elañe kwōj plan ñan kōlotak ilo aujbitōl ak jikin kōlotak, remaroñ naj kōmman oktak kin wewein aer kōmadmōd. Kenono ibben taktō eo aṃ kin ta eo emaroñ walok ilo ien aṃ kōlotak.
 - Emaroñ wōr oktak ñan wōran rilotok ro emelim aer itok im joñan toon aṃ maroñ bed ilo aujbitōl eo.
 - Remaroñ naj etale kwe kōn kakōlle ko ak teej kōn COVID-19.
 - Kwōmaroñ naj aikujin ekōnak kein kalbubu iturin māj.
 - Kwōmaroñ naj jab maroñ in kōjerbal juon tab in kōlotak.
- Lolorjak aṃ ba lok elañe kwōj plan ñan an wōr juon aṃ doula ibbōṃ ilo ien aṃ kōlotak.

Ālikin an lotak niñniñ eo nejuṃ

- Ñe kwōmaroñ tōbrak ñan Oregon Plan in Ejmour eo (OHP), kwōnaj aikujin ba ñan OHP kin lotak eo an niñniñ eo nejuṃ. Aujbitōl eo aṃ ak juon [mōttan](#)

[jukjukinbed eo emōj kōmelim jen OHP](#) enaj maroñ in jibañ kwe kin men in, ak kwōmaroñ [kōkkāāl melele ko am online](#).

- Kadiklok aṃ kebaak armij ro rejab jokwe ilo mweo imōṃ.
- Ilo aṃ jinoe mour eo aṃ ibben niñniñ eo ej kab lotak, kwōmaroñ elo jibañ jen būrokraam eo ej lowaj ilo mweo imōm ilo bukōn eo aṃ. Kwōmaroñ kalōñlok melele ko kin lowaj eok ilo mweo imōṃ jen [ra in ejmourin lobelej ilo bukōn eo am](#) ak jen [website eo an Baamle ko Rejmour ilo Oregon](#). Elōñ būrokraam in lolok imōn jokwe ko an bukōn rej wōnmaanlok in lolok online ilo ien in.
- [Būrokraam eo an WIC](#) emaroñ jibañ kwe ebōk mōñā im jibañ ikijen ōn in mōñā. Obj ko an WIC rebellok im rej kōmman ien lolok ko ilo talebon, email, ak chat ilo bideo.
- Jab jolok ien lolok ko aṃ ālikin aṃ kōlotak.
- Niñniñ ko rej kab lotak rej aiku *jab* ekōnak kein kalbubu iturin māj.

Kejbarok inebata

Bōroro im aṃ karuwanene juon niñniñ ekāāl emaroñ lukkun kōmman inebata. Elañe ebin ien in ñan kwe, ewōr jermal in jibañ ko ñan jibañ kwe.

- [An Oregon Plan in Ejmour eo \(OHP\) Lain in Rōjañ eo an Nōōj ñan ro uwaan OHP](#): 1-800-562-4620
- [Lain in Jibañ Ālikin Kōlotak Ibelakin Lal in](#): 1-800-944-4773,
Text: 503-894-9453 (Kajin Belle) ak 971-420-0294 (Kajin Spanish)
- [Baby Blues Connection \(Kobalok kin Abōnōnō ko an Niñniñ\)](#): 1-800-557-8375
- [Kumi eo an Oregon rejab jutak ilikin jorren ko rej walok ikōtaan baamle im jorren in kakkure kiki \(Oregon Coalition Against Domestic and Sexual Violence\): Kabok Jibañ](#)
- [Lain in Jibañ Bōbrae Bōk Mour an Aoleben Aelōñ eo \(National Suicide Prevention Lifeline\)](#): 1-800-273-8255
- [211 jikin melele an jukjukinbed](#):
 - KŪRLOK 211 ak kūrlok 1-866-698-6155
 - TTY: jibed 711 im kūrlok 1-866-698-6155
 - Text ae lok zip code eo aṃ ñan 898211 (TXT211)
 - EMAIL help@211info.org

An maroñ loe beba in: ñan kajojo armij ro im elōñ aer utamwe ak armij ro im rejelā juon kajin ejab Kajin Belle, OHA emaroñ lelok mejeje ko ilo wāween ko jet einwōt ukok ko, jeje kilep, ak jeje ko an ri-bilo. Kebaak Mavel Morales ilo 1-844-882-7889, 711 TTY ak OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us.