



## COVID-19 Melele in Kajinet ñan Kejbaroke Juon Armij ilo Mweo Imōn

### Ñe kwōj kejbaroke juon armij elablok an uwōta in kanooj in nañinmej jen COVID-19:

- Kūrlok armij eo ej kejbaroke ejmour eo an. Kajitōk bwe en lōñlok wūno ko limen kinke enaj bōlen aitok aṃro aikuj in bed wōt mweo.
- Elañe kwōjab maroñ ebōk bar jet uno kiō, kwōmaroñ naj bōlen wōtar ilo mael.
- Lolorjak an wōr uno in biba ko kwōmaroñ make wiaiki.
- Lolorjak an bwe kein kōmadmōd in taktō ko ibbōṃ ñan aṃ bojak ñan ien idiñ einwōt beba tissue ko, kein kejbarok kinej, liklik, im kein kaalkal ko. Bareinwōt, kōmman juon aṃ plan kin iien eo kwōj aikuj in bar ebōk.
- Lolorjake ke elōñ bwe in mōñā kijan armij eo me kwōj kejbaroke me emōj kakwōn.
- Būkot juon bar armij emaroñ lelok kejbarok ilo ien kwōnaj nañinmej. Kenono ibben ro jet ilo talebon ak email. Kwōnaaj bōlen aikuj in kajitōk bwe ro mōttaṃ, iturim, rijerbal kin ejmour ilo jukjukin bed, im armij ro jet, ren jibañe.
- Kōmman juon laajrak in nōmba ko idiñ.
- En wōr kein kalbubu iturin māj im kulob ko jolok ñan kōjerbal ñe armij eo kwōj kejbaroke ej jinoin nañinmej. (Lale elōñlok melele ko iomwin “Lale.”)

### Kejbarok mokta

- Lolorjake bwe en erreō melan kejbarok eo aṃ. Karreo im manman kij ioon men ko ikut jibwi (einwōt tebōl, kein jibwe kejem, light switch ko, kein jibwe men ko, tebōl in jerbal ko, jikin kabojak, bojet, sink im cell phone ko). Lale [kein manman kij ko emōj an EPA kōwebben](#) rej mane COVID-19.
- Ñe kwō maroñ, bōbrae aṃ jibwe ioon men ko elab an armij jibwe ijoko ilobelej. Jet waan joñak rej batin ko ilo elevator, kein jibwe kejem, kein jibwe ko iturin jikin etetal im jikin uwe, im shake hands ibben armij.



- Kōnake juon kein kalbubuuk māj kōmman jen nuknuk, beba, ak kein kalbubu ko kwōj jolok elikin aṃ kōjerbale.
- En ikut aṃ kwal beiṃ en jab diklok jen 20 jekōn toan.
- Ñe kwōban kōjermal joob im dān māānān, kōjermal kein manman kij in bā 60-95% arkool kobban.
- Jab jibwe iturin mejem.
- Kalbubuuk aṃ bokbok im maje kin jimwin beiṃ ak beba tissue. Ñe kwōnaj kōjerbale juon beba tissue, jolok beba tissue eo ien eo wōt innem kaju kwal beiṃ.
- Lōmnak aṃ kōjermal wewein aṃ leto letak ibben ro jet im bijnej ko ilo aṃ kōjermal aer bōkwaj mōñā im mennin aikuj ñan kwe. Ñe kwōj aikuj in ebōk bar jet mōñā, lōmnak kin ial ko ñan bōkwaj mōñā jen baamle, armij ro jet, im bijnej ko.



## Lale

- Kwōn tiljek ilo aṃ lale kin men ko bōlen kakōllein COVID-19, einwōt:



Biba



Bokbok



Kajjinōk

Ñe kwōj eñjake einwōt ej jinoin walok kakōlle ko ippōṃ, kūri taktō eo aṃ.

- Ñe kwe ak armij eo kwōj kejbaroke ejino kwalok kakōllein COVID-19, kaju im ebōk jibañ in taktō ien eo wōt. Kin rūtto ro, kakōllein kabroñlok-idiñ rej:
  - Abañ ilo an menono ak kōjeeklok
  - Metak me ej bed wōt ak eddo ubōn
  - Airuwaro ekāāl ak eban ruj
  - Ebūlu tien ak iturin mejen



Laajrak in ejjab kakoba aoleb kakōlle ko Jouj im kenono ibben taktō eo aṃ kin jabdewōt bar kakōlle ko rekauwōtata ak mennin inebata.

## Ñe armij eo kwōj lale ewōr an nañinmej in emenono

- Ñe elōñ an armij eo kwōj lale kakōlle ko, loor [mennin kejbarok mokta ko emōj rōjañ kake jen Jikin Bok Kajoor loon im Bōbrae Nañinmej \(CDC\) eo.](#)

- Kwe im armij eo me kwōj kejbaroke komiro en kōjermal kein kalbubu iturin māj einwōt an jikin taktō ko.
- Lolorjake ke ijo im kwōj kejbaroke ie ebwe an kōto, einwōt:
  - Juon air conditioner
  - Juon wūntō bellok, ñe emman lañ.
- Bed wōt ettolok jen armij eo me kwōj kejbaroke ñan joñan aṃ maroñ im kejbaroke wōt.
  - Kadiklok aṃ leto-letak mweiuk ko ikōtaamro armij eo kwōj kejbaroke. Lelok juon tray kijen mōñā, im jab lelok im aini men ko rejebel.
  - Lelok ñan armij eo juon kein bōk bwilin, bwe kwōn jab likūti iloñin.
  - Ñe kwōj kenono ibben, jutak jiljino ne ettolok jen e.
- Iomwin tōre in an nañinmej, ñe kwō maroñ, likūti armij eo me kwōj kejbaroke ilo juon an make ruum in kiki. Bareinwōt, jitōñe juon an make imōn kōbojak ñan an wōt kōjerbale.
- Kōjermal kulob ko jolok ñe kwōj karreo im manman kij.
- Ñe kwōj karreo ruum eo an, lolorjake aṃ naj manman kij im kanooj in karreo ion aolepan men ko mokta jen aṃ kōmelim ro jet uwaan kapijukunen eo ñan bar kōjermal ruum eo.

## Kwon tiljek ilo aṃ ebbōk melele ekāāl

[Jikin Bōk Kajoor Ioon im Bōbrae Nañinmej \(CDC\)](#)

[Oregon Maroñ kin Ājmuur \(Health Authority \(OHA\)\)](#)

Ñan bōk elōñlok melele ko, etal ñan [www.healthoregon/coronavirus](http://www.healthoregon/coronavirus) ak kūri [211](#).

*Kommol ñan state in Washington kin aer kōmelim ad ebōk melele in kajinet ko aer.*

**Maroñ loe beba in:** Ñan armij ro im elōñ aer utamwe ak kajojo armij ro im ewōr aer bar juon kajin oktak jen Kajin Belle, OHA emaroñ lelok melele ko ilo wewein ko jet einwōt ukok ko, jeje kileb, ak jeje ko an ribilo. Kebaak Jikin Melele in Ejmour eo ilo 1-971-673-2411, 711 TTY ak [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)