

Kommol Kin am Teej

Kwōj teej rainin kin coronavirus eo im ej kōmman COVID-19. Teej ej wāween eo emmantata ñan būkot im kadiklok ajeededin kij in.

Elōñ keij kaał in COVID-19 ko relōñ im kumi eo an ejmour enaj bōlen jab maroñ kall ae kwe ñe teej eo am enaj positive. Kōmelele ko ilal renaj jibañ kwe melele kin laajrak ta ko kwōj aikuj bōke ālikin am teej rainin.

Ilo ien am kōttare jemlokin teej ko am

Bed mweo imōm im ejab iturin armij ro jet - jino jen rainin.

- Lōmnak ke ewōr kij in nañinmij eo ibbam im kwōmaroñ kaajeede ñan ro jet.
- Lolorjak ke ejimwe nōmba in talebon eo am ibbemim. Kim naj kall ak text ae kwe kin jemlokin teej ko am, bōtab emaroñ bōk juon wiik.

Kōmmane juon laajrak kin etan aoleb armij ro emōj am kar kebaak ilo raan ko maanlok.

- **Armij eo kwar kebaak** ej melelein kwar bed 15 minit ak lablok ibbam im kin 6 ne iomwin juon raan, ilo am kar ak kar jab ekōnak kein kalbubu iturin māj.
- **Ñe ejellok jabdewōt kakōlle ko ibbam**, laajrake aoleben armij ro kwar kebaak er jino jen raan ko ruo mokta jen raan eo kwar teej.
- **Ñe ewōr kakōlle ko ibbam**, laajrake etan aoleben armij ro kwar kebaake jino jen raan ko ruo mokta jen an kakōlle ko am kar jinoe.

Elañe jemlok in teej eo am enaj positive

Ewōr kij eo ilo enbwinōm im kwōmaroñ kaajeede ñan ro jet. Kwōj aikuj:

1. **Isolate kwe make ilo mweo imōm.** Bed wōt mweo imōm im ejab iturin ro jet, ekoba armij ro rej jokwe mweo imōm.
 - Ñe kwōnañinmij, isolate kwe make iomwin 10 raan jen ien eo kakōlle ko am rar jinoe IM lolorjak ke ejako biba eo am ñan 24 awa, ilo am jab kōjerbal uno, mokta jen am bed iturin armij ro jet.
 - Ñe ejellok am kakōlle, isolate kwe make iomwin 10 raan jen rainin (raan eo kwar teej).

2. **Kall, text ak email ae armij ro kwar kebaak ien eo wõt.** Ewör tökjen ien! Kōjellāik kajojo armij ro ilo laajrak eo am ke teej eo am ear positive kin COVID-19. Elabtata an armij kabobo ilo raan ko ruo mokta jen an walok kakōlle ko im jet armij ejab walok kakōlle ko ibbeir. Ñe kwōmaroñ tōbare ro mōttam im nukum iloan emen raan jen ien aer kar bed iturim, kwōmaroñ kejbarok an bar juon armij jab bōk nañinmij eo an COVID-19.
3. **Ba ñan armij ro kwōj kebaak bwe ren bed wõt mweo mweir, im jab iturin ro jet im ren etal in teej.** Remaroñ kenono ibben taktō ko aer kin aer etal in teej, kūrlok 2-1-1 ñe ejellok aer taktō ak etal in teej ilo jikin eo ilo jukjukinbed eo aer. Emmantata ñe armij ro kwar kebaak ren kōttar ejab diklok jen emen raan jen ien eo rar bed iturim mokta jen aer etal in teej. Teej eo emaroñ jab jermal ñe elab an mōkaj ien aer teej. Ñe teej ko aer renaj positive, rej aikuj isolate er make im kōjellāik jabdewōt armij rar kebaake.
4. **Armij ro kwōj kebaak ren plan in quarantine im bed wõt mōko mweir** ñan 14 raan jen ien eo rar kebaake kwe. Ej bōk 2-14 raan ko ñan an walok kakōlle ko an COVID-19. Ñe armij ro kwōj kebaak ejellok kakōlle ko ibbeir im rejab jokwe ilo juon jikin kejbarok iomwin ien aitok, ien quarantine eo aer emaroñ jemlok ālikin 10 raan. Armij ro kwōj kebaak remaroñ bar kōbōjrak ien quarantine eo aer ālikin jiljilimjuon raan, elañe rej teej negative kin juon teej in antigen ak polymerase chain reaction im rar lewaj diklok jen 48 awa mokta jen an jemlok ien quarantine eo. Ñe rej jokwe ibben juon armij eo ewör uwōta ñan an bōk nañinmij ekauwōtata, rej aikuj quarantine ñan aoleben 14 raan ko. Ewör joñan eo edik ak ebwe ke remaroñ lelok kij in nañinmij eo ñe renaj kōmōkaj ien quarantine eo aer. Innem, armij ro kwōj kebaak rej aikuj in lale ñe ewör kakōlle ko ibbeir aoleb raan ilo aoleben 14 raan ko rej quarantine. Ñe enaj jino walok kakōlle ko, ren rool ñan aer quarantine, kōjellāik maroñ kin ejmourin lobelej ilo bukōn eo aer im kūrlok jikin taktō eo aer ñan kenono kin aer naj teej.
5. **Uwaake kall eo elañe kumi eo an ejmour enaj kall ae kwe.** Ba lok ñan armij ro kwar kebaak bwe ren bar uwaak ñe jikin ejmour eo enaj bar kūrlok er.

Ñe jemlok in teej eo am enaj negative

- Ñe kwar kebaak juon armij eo ewör COVID-19 ibben, kwar kebaak kij in nañinmij eo emour. **Jekdon ñe teej eo am ej negative, kwōj aikuj bed mweo imōm im jenolok jen armij ro jet (quarantine) iomwin 14 raan** jen ien eo āliktata kwar bed iturin armij eo. Ñe ejellok am kakōlle im kwōjab jokwe ilo jikin kejbarok iomwin ien aitok, ien quarantine eo am emaroñ bōjrak ālikin 10 raan. Kwōmaroñ bar kōjemlok ien quarantine eo am ālikin jiljilimjuon raan, ñe teej eo am ej negative kin juon teej in antigen ak polymerase chain reaction im rar lewaj ejab lablok jen 48 awa mokta jen an jemlok ien quarantine eo am. Ñe kwōj jokwe ibben juon armij eo ewör uwōta ñan an bōk nañinmij kauwōtata, ien quarantine eo enaj aoleben raan ko 14. Ewör joñan eo edik bōtab ebwe ke kwōmaroñ lelok kij in nañinmij eo ñe enaj mōkaj am kōjemlok ien quarantine eo am. Innem, kwōj aikuj lale ñe ewör kakōlle ko ibbam aoleb raan ilo ien quarantine eo am im ej 14

raan. Ñe enaj jino walok kakōlle ko, kwōn rool ñan am quarantine, kōjellāik obj in ejmour eo an kien ilo bukōn eo am im kūrlok jikin taktō eo am ñan kenono kin am teej.

- **Loor aoleb kōmelele ko jen taktō eo am.**
- **Wōnmaanlok kin kiltōn ko an aoleb raan ñan kejbarok kwe im ro jet.**
- **Ñe kwōnañinmij im ejab emmanlok am mour,** kenono ibben taktō ak jikin taktō eo am. Kwōmaroñ nañinmij kin bar juon men im ejab COVID-19.

Ñe kwōnañinmij kiō ak kwōj jinoin nañinmij

- **Kejbarok kwe make.** Kakkije im en lab am idaaq aebōj. Kūrlok taktō ak jikin taktō eo am ñan lale elañe kwōmaroñ bōk jabdewōt uno ñan jibañ an emmanlok am mour.
- **Kenono ibben taktō eo am.** Kall mokta jen am etal ñan jikin taktō ak obj eo an taktō. Ñe ejjelok am taktō, kūrlok 211. Remaroñ jibañ kwe bükot jibañ jekdon ñe ejellok am joortoklik in taktō. Ewōr rukok.
- **Kwōmaroñ naj lablok am nañinmij. Kūrlok jikin taktō ak taktō eo am ñan rōjañ ikijen wūno/ejmour.**
- **Kūrlok 911 ak etal ñan jikin idiñ taktō eo am ñe kwōj eñjaak kakōlle ko rekauwōtata:**
 - Abañ in emenono
 - Metak ak aer ilo ob ak loje
 - Jab maroñ idaaq ak elab an mōmnoj ak bidodo
 - Ekāāl an bōktak ak ebin an ruj
 - Ebūlu tien ak iturin mejen

Kajitōk ko?

Lale [OR-OHA-COVID-19](#) ak website eo an jikin ejmour eo an bukōn eo am ñan melele ko relablok kin ta eo kwōj aikuj kōmmene ñe teej eo am enaj positive kin COVID-19, wāween am isolate ak quarantine kwe make im wāween am bōk jibañ ñan am bed wōt mweo imōm.

Maroñ kin Ejmour eo an Oregon ekōnaan kile im kamoolol Ra in Ejmour eo an Multnomah County kin jermal ko aer in kōmmene beba in im ñan aer lelok ñan aoleb armij ro ilo Oregon.

Maroñ loe beba in: Ñan armij ro im elōñ aer utamwe ak armij ro im rejelā juon bar kajin im ejab Kajin Belle, OHA emaroñ lelok melele ko ilo wāween 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.