



Qas Ka Anik We, Ka Yawáj Jun

Aná lá rilik, le chajin ib' rech ka tob' lá ché u q'atik le u jab'unik le COVID-19.

Le qas útzalaj u trenb'exik ronojél. Ku to' lá la', rech b'a qas maj ka ch'a' lá.



Jeqá lá jun no'jib'al

Chomaj lá u nuk'ik jun no'jib'al arré ne rruk' juch'in ka yawáj jun, che le COVID-19 Tz'ibaj lá:

- Le k'olb'al le e k'ó naqaj jawi' ne le ka riq to'b'al ib'
- Le ki yab', choqe' le kunab'al ka ki t'ij chki jujunál le winaq
- Le qas rajawxic taq ajlab'al rech ka an sik'inik
- Qasa le u tasik le yawab'a winaq, chi ké le utz ki wach Tasa jawi' chri' le ka wár wí, le ku anb'ej u wá, le ka wa' wí choqe' jawi' ku an le u chul.



Le utz u wachíl

- **Chay'uj lá rrij, chri' oknaq chi le yab'il:**
 - Ojáb'
 - Ka tz'apitáj lu uxlab', on ka riq k'ax che u jiq'k le keqiq'
 - B'irb'otem
 - Ka paq'aq'éx le b'aqilaj
 - Ka q'oxow le quláj
 - Na ka na' ta chi le u ki'il, le ka tijik. On le ruxlab le qastaq.
- **Tzukuj lá le aj kunanel chri' taq ka tz'apitáj le uxlab' lá, on qas okib'al il le anom lá.**
- **We läl on, jun chké le a'j u pajá yawab ruk' jun yab'il le k'ó ke'la wi ruk' le COVID-19:**
 - Kanája lá chojá, taqá la ubixik ché le yawnaq le chak lá.
 - We k'u arre'ka yawáj la pa chak, bij lá. rech utz, ka e b'i lá chojá.
 - Tá nao'j lá, che le aj kunanel.
 - We k'u ne arré le yawnáq le chak lá, u ya'om le ochoch lá choqe'. B'ij lá chiké cher lal yawab', rech utz pa'ninaqil ka tás ib' lá jawi' le ka kanáj wi lá. We na ka kowin ta lá ka bij lá ché le yawnaq le chak lá, b'ij la ché jun ach il lá, rech jun anim ku' ya'á u b'ixik.
- **We lal yawáb', kanája lá pa jun k'olb'al, jawi' ka tas ib' lá naj chiké le maj ka ki ch'a'ó.**
- **Tz'apij le chi' lá, chri' taq ka' an lá le ojab' on le ojratza'm.**
- **K'ola lá jun waquib (6) u xo'l aqanaj, náj chké le nik'aj taq chi winaq.**
- **We máj ka ch'a' lá. Pör k'o jun achalal lá le ku k'utú u riqom le covid-19 qas rajawxic ka:**
 - Ya' lá u b'xik che le jawi' ka chakún wí
 - K'ola lá jun waquib (6) u xo'l aqanaj náj ché le yawab'a winaq
 - To'ó la le yawab'a winaq, rech ka k'oje' pa jun tasóma k'olb'al ché le já
 - Ka josq'ixik, choqe' ka koj kunabal chui' taq le qastaq nojel q'ij
 - Chuk'lajsaxa jun utzalaj chajoj q'ab'aj
 - Ana kanajem chojá we we arre' ka an kowinem.
- **Chri' taq ka tzalij lá pa chak, q'axatajnaq chi le yab'il, le yawnáq le chak lá, qas ka rráj lá ka rril ná chi:**
 - Maj k'olnaq ta katán chi'ij lá, ruk' ta b'a jun oxib' q'ij u'nom ka noq, chi le na tijom ta lá kunab'al rech ku qasáj le k'atán
 - K'o taq nik'aj chi u k'extajik le ku q'alajsaj chi le yawab' tajin kutzirik, le ojab' choqe' le ka tzapitaj le uxlab' na qasí ta lawaló chik
 - Ka q'ax na, ruk' ta b'á wuqub' q'ij, chri' xna' lá le nab'é taq u kí le COVID-19.

Ka e'chná ná pa le jun chi u xaq wuj ►



► Arre u tz'aqat le petnaq pa le jun chi u xaq wuj

Le u rramàl le kunanem

Le u chomaxik rre le Utz wachil rech Oregon (OHP, xa u mak le u tz'ib'axik pa le kaxlan tzij pa inglés). Le winaq naj ke p'e wi, maj tojonik ka e' chi kij, chri taq q'aq' rij xo'k pa kunaxik (CAWEM, xa u mak le u tz'ib'axic pa le kaxlan tzij pa ingles) le rramal ka kuentayin kech le a'chi'lom ki riqom covid-19 che le kilik choqe' le ki kunaxic pa le kunab'al já.

- Le u chomaxik rre le Utz wachil rech Oregon, arré ku kuentayij ké le winaq le na ním ta ka ki ch'akó.
- CAWEM arré jun rramal, rech kunanem ib'. arré taq chri' q'aq' rrij le b'enam pa kunaxik. Choqe' ku kuentayij le ilik choqe' le kunaxik ché le covid-19. Kech le winaq le na ním ta ka ki ch'akó Maj rajawxic ka b'ij lá jawi' wi' le ka pé wi lá. choqe' le ajlab'al rech le wuj lá.
- Rech ka chayux rij, we arre' utz kok lá pa le OHP on le CAWEM, on rech ne ka to' la. Che le okem sik'inalá pa le 800-699-9075 on o'j ne lá pa <https://one.oregon.gov/>.

Le kunanem je le q'atol tzij ché le K'olem pa le amag'

- We ka na' lá xriq lá le COVID-19, tzukuj lá le qas utzalaj kunanem.
- Le q'atol taq tzij, rre le k'olem pa le tinamit na ke kowin taj ke ki yut winaq, je ka ki q'at tzij rech K'olem pa le tinamit. Pa taq le kunab'al já je pa le jawi' ke il winaq kumal taq le aj kunanelab'.
- Ki k'ulik (kamarik) ajuera taq winaq le maj keqale'n che le opanem pa aninaqil che le kunaxik, (CAWEM), na ajlam ta pa le, Q'atón tzij che le chajib'al tinamit, je choqe', kech le u winaqil le Estados Unidos. Taqonem rech taq eqale'm rech le tinamit: <https://go.aws/2ZKK0bA>.

Ki Chapob'al le a'j chakib'

K'o rajil xaq oye'naq. Chke le a'aj tikonelab' le xaq si ka ki ya' kan le ki chak xa u mak e yawab'ib' ch'e le COVID-19 o rajawxic ka ki chajij kib.

Tzukuj la jun k'olb'al jawi' chiri' le ka taq tzij. Choqe' Tzukuj la jachín ka to'w lá rech u tayik le to'bal arré chi ri taq ka an okem pa we: <https://workerrelief.org/find-a-navigator/>

U xaq wuj le ku chol le u banik le coronavirus (k'olb'al le jawi' le q'at wí, je ka chup qa u wach taq le yab'ilal)

- Pa kaxlan tzij pa castilla: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/factsheets.html>

U xaq wuj che ya'b'al ub'ixik che le u q'atik (Q'atbal tzij rech le utz wachil rech Oregon)

- Pa kaxlan tzij pa castilla: <https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/ls2681.pdf>
- Pa kaxlan tzij pa inglés: <https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2681.pdf>

U xaq wuj rech le jachój u xo'l ib' je molój ib' (Q'atbal tzij rech le utz wachil rech Oregon)

- Pa kaxlan tzij pa castilla: <https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/ls2268.pdf>
- Pa kaxlan tzij pa inglés: <https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2268.pdf>

Nik'aj chi Chapob'al

- Pa kaxlan tzij pa castilla: <https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/ls2349E.pdf>
- Pa kaxlan tzij pa inglés: <https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le2349E.pdf>