

'ŌLELO A'ŌA'O

NO KA PO'E MA'I I KE COVID-19 & KA PO'E PILI AKU I KA MEA MA'I



Ka Po'e Ma'i a me ka Po'e Pili aku i ka Mea Ma'i



KA MEA MA'I

He kanaka i hō'ōia 'ia ai kona loa'a i ka ma'i COVID-19, ke loa'a a loa'a 'ole paha 'o ia i ka hō'ailona ma'i



KA MEA PILI AKU



'O ke kanaka i pili aku ma loko o 6 kapua'i mai ka mea ma'i aku he 15 minuke a 'oi ka lō'ihi i loko o nā hola 24 me ke komo a komo 'ole paha i ka pale waha (ho'omaka 2 lā ma mua o ka loa'a 'ana o ka Mea Ma'i a i 'ole ma mua o ka wā i hō'ōia 'ia ai kona loa'a i ka ma'i i ke COVID-19)



KA MEA I PILI AKU ME KEKAHI MEA I PILI AKU



Ke kanaka noho pū a pili aku paha me ke kanaka Pili Aku, akā, 'a'ole na'e 'o ia i pili aku me ka Mea Ma'i



KA MEA MA'I

⚠️ KA NOHO KA'AWALE 'ANA^s

Pono e noho ma ka hale, koe no ka 'imi i ke kōkua olakino ā hiki i ka wā:

- 5 lā piha a 'oi ma hope mai ka wā mai i mohala ai nā hō'ailona ma'i (a i 'ole inā 'a'ole hō'ailona ma'i mai ka wā mai i hana 'ia ai ka hō'ike); A
- 24 hola a 'oi ma hope piwa hope loa me ka 'ai 'ole i ka lā'au ho'emi piwa; A
- Ola nā hō'ailona ma'i, inā ua loa'a

🗨️ E KOMO I KA PALE WAHA

- E komo i ka pale waha pa'a pono he 10 lā ka lō'ihi ke hui 'oe me nā kōkua 'ē a'e ma ka hale a i 'ole ma waena o ka lehulehu
- Mai hele i nā wahi i hiki 'ole ai iā 'oe ke komo i ka pale waha
- 'A'ole e hui me ka po'e hiki ke loa'a koke i ka ma'i ko'iko'i he 10 lā a 'oi ka lō'ihi

⊕ 'A'OLE KOI 'IA KA HANA HOU 'ANA I KA HŌ'IKE

Ua pau ka hana 'ia o ka hō'ike a hō'ōia 'ia ka loa'a i ka ma'i COVID-19

🏠 E HO'OMAOPOPO AKU:

E ho'omaopopo aku i ke kula/ka haku hana a me ka Po'e a Pau i pili mai me 'oe



KA MEA PILI AKU

📍 KA NOHO HO'OMALU 'ANA^s

Ka Pili 'ana aku me ka Po'e i Hou Kui 'Ole 'ia ai i ka Lā'au:

Pono e noho ma ka hale he 5 lā piha a 'oi ma hope o ka pili hope loa 'ana me ka Mea Ma'i

Inā 'a'ole hiki ke ho'omamao mai ka Mea Ma'i aku (noho pū paha ma ka hale ho'okahi nō, 'a'ole lumi moe, lumi lua, a lumi ho'okipa ka'awale), pono e noho ma ka hale 'oia e noho ho'omalua ana ka Mea Ma'i A hala 5 lā piha hou aku

No ka Po'e Pili aku i Hou Kui Piha 'ia me nā Lā'au a Pau:

'A'ole koi 'ia ka noho 'ana ma ka hale koe ke mohala nā hō'ailona ma'i

I MEA HO'OMAOPOPO: Aia ka HOU KUI PIHA 'ana i ka nui o kou mau makahiki a me ka lō'ihi o ka wā i hala mai kou hou kui hope loa 'ana:

- No ka po'e 5-17 ona makahiki: he 2 pule a 'oi ma hope o ka hou kui 'ia no ka lua o ka manawa
- No ka po'e 18 a 'oi ona makahiki:
 - ma waena o 2 pule a 'oi, 'a'ole hala 5 mahina ma hope o ka lua o ka hou 'ana ke pono 2 hou kui 'ana; A I 'OLE
 - 2 pule a 'oi, 'a'ole na'e hala 2 mahina ma hope o ka hou kui 'ana i ka lā'au ho'okahi ona hou kui 'ana; A I 'OLE
 - loa'a ka palapala hō'ike no ka hou kui mua me ka 'elua A ME ka hou kui keu 'ana

👉 E HANA I KA HŌ'IKE

E hana i ka hō'ike he 5 lā a 'oi ma hope o ka pili hope loa 'ana me ka Mea Ma'i, ke loa'a nā hō'ailona ma'i a 'a'ole paha

🗨️ E KOMO I KA PALE WAHA

- E komo i ka pale waha pa'a pono he 10 lā ka lō'ihi ke hui aku 'oe me nā kōkua ma ka hale a i 'ole ma ke ākea
- Mai hele i nā wahi i hiki 'ole ai ke komo i ka pale waha
- Mai hui aku 'oe me ka po'e i hiki ke loa'a koke i ka ma'i ko'iko'i he 10 lā a 'oi ka lō'ihi

🚫 E MAKA'ALA I KA MOHALA MAI O NĀ HŌ'AILONA MA'I

E maka'ala ka po'e i pili aku me ka mea ma'i (ke pau ka hou kui 'ia a 'a'ole paha) i ka mohala mai o nā hō'ailona ma'i he 10 lā ma hope o ka pili hope loa 'ana me ka Mea Ma'i. Ke mohala mai nā hō'ailona ma'i, e noho ka'awale koke nō a e hana i ka hō'ike.

🏠 E HO'OMAOPOPO AKU: E ho'omaopopo aku i ke kula/ka haku hana



KA MEA I PILI AKU ME KEKAHI MEA I PILI AKU

👍 'A'OLE KOI 'IA KA NOHO HO'OMALU 'ANA

'A'ole koi 'ia ka noho ho'omalua 'ana koe ke ma'i mai ka Mea i Pili aku a i 'ole hō'ōia 'ia kona loa'a i ka ma'i ma ka hō'ike COVID-19

👍 'A'OLE KOI 'IA KA HŌ'IKE

Koe:

- ke mohala nā hō'ailona ma'i; a i 'ole
- ke ma'i mai ka Mea i Pili aku i ka mea ma'i a i 'ole ke hō'ōia 'ia kona loa'a i ke COVID-19 ma ka hō'ike

👍 'A'OLE KOI 'IA KA HO'OMAOPOPO 'ANA AKU I NĀ KĀNAKA

KA HO'ĀKĀKA 'ANA: ⚠️ **Ka Noho Ka'awale 'ana:** Pēlā e ka'awale ai ka mea ma'i i ke COVID-19 a i 'ole ka mea i hō'ōia 'ia ai kona loa'a i ka ma'i me ka 'ole o ka hō'ailona ma'i mai nā kōkua 'ē a'e mai, inā ma ka home nō paha a 'a'ole paha

📍 **Ka Noho Ho'omalua 'ana:** Pēlā e ka'awale ai ka mea pili aku me kekahi mea ma'i i ke COVID-19 mai nā kōkua 'ē a'e

He A'oa'o Hou Aku Nō

KA MEA MA'I

♥ E MĀLAMAM PONO IĀ 'OE IHO

- E maka'ala i nā hō'ailona ma'i a e kāhea i ka mea lawelawe olakino inā pi'i ke ko'iko'i o ka hō'ailona ma'i
- E kāhea i ka helu 9-1-1 ke pō'ino ke olakino (naenae ka hanu, uliuli ka lehelehe a i 'ole ka maka, 'eha ka umauma, a pēlā aku) a e ho'omaopopo i ka 'ākena o ka 911 ua loa'a 'oe i ke COVID-19
- E ho'omaha a e inu nui i ka wai

KA MEA PILI AKU

♥ E MĀLAMA PONO IĀ 'OE IHO

- 'A'ole e hui aku me ka Mea Ma'i a e komo i ka pale waha ke hui 'oe me nā kānaka 'ē a'e ma ka hale a ma ka lehulehu
- E maka'ala i kou olakino he 10 lā ma hope o kou pili hope loa 'ana a ho'omamao mai nā kānaka 'ē a'e e hana koke i ka hō'ike
- E kāhea i ka helu 9-1-1 no ka pō'ino olakino a e ha'i i ka 'ākena no kou pili aku me kekahi mea ma'i ma ka hale i ke COVID-19

KA MEA I PILI AKU ME KEKAHI MEA I PILI AKU

♥ E MĀLAMA PONO IĀ 'OE IHO A PĒIA PŪ NĀ KĀNAKA 'Ē A'E

E ho'omau i ke kū 'ana a ka'awale a me ke komo 'ana i ka pale waha ke puka i waho o ka hale

← E PALE NO KA PONO O NĀ KĀNAKA 'Ē A'E →

- E noho ma ka hale koe no ka 'imi i ke kōkua olakino
- 'A'ole e ho'okipa i ka malihini
- E ho'omamao aku mai nā kānaka 'ē a'e a me nā holoholona mai ma ka hale
 - E noho ma ka lumi ka'awale a e ho'ohana i ka lumi lua ka'awale
 - Ke pono 'oe e hui me nā kānaka 'ē a'e ma ka lumi ho'okahi nō, e ho'omamao aku he 6 kapua'i ka mamao a e komo i ka pale waha
- Mai ka'ana like i nā ukana pilikino me nā kānaka 'ē a'e ma ka hale (ka pauka niho, ke kāwele, ka uhi pela moe, ke pā 'aina, ke 'ō/ka pahi, ke kelepona, a pēlā aku)
- E holoi i ka lima, e pālulu i ka waha ke kunu a kihe 'oe, a e ho'oma'ema'e pinepine i ka 'ili o nā mea like 'ole me ka lā'au.
- E noi e waiho 'ia kāu mea 'ai a ukana ho'i e pono ai ma waho o ka 'īpuka o kou lumi. E ho'ohana 'ia ke pā pepa a me ke puna me ke 'ō kiloi wale
- E hō'ō 'ia kāu 'ōpala ma loko o ke 'eke 'ōpala ka'awale, 'a'ole ma loko o ke 'eke ho'okahi nō me nā kānaka 'ē a'e o ka hale

'A'ole hā'awi ka 'Oihana Ola i ka palapala "ho'opau noho ho'omalua 'ana." E aho 'a'ole e koi nā hui hana i ka hō'ike loa'a 'ole o ka ma'i COVID-19 a i 'ole ka palapala kauka e hō'ike'ike ai inā kō nā koina no ka ha'alele i ka noho ka'awale a i 'ole ho'omalua 'ana

Ma hea kahi e loa'a ai ke kōkua?

Kōkua Pō'ino Olakino a No'ono'o

- E kāhea i kou mea lawelawe olakino
- Inā 'a'ohē ou mea lawelawe olakino a i 'ole e kelepona i ka hui Aloha United Way 2-1-1

Mea 'ē a'e

- E kāhea i ka hui Aloha United Way 2-1-1

Kōkua Olakino me ka Hei Lā'au 'Ona

- E kāhea i ka hui Hawai'i CARES 1-800-753-6879 (TTY 7-1-1)
- E kikokiko i ka hua'ōlelo ALOHA i ka helu 741741



A 文
Loa'a ka lawelawe unuhi 'ōlelo ke makemake 'ia



No ka ho'ākāka 'ana, e nānā i ka 'ao'ao hawaiiicovid19.com/resources