

OARALAP EN KAWEID ONG ARAMAS ME IANG COVID-19 OH IRAIL KAN ME LEL ARAMAS SOUMWAHU O



ARAMAS SOUMWAHU O

Aramas me ale keseu oh dierek me e iang soumwahu en COVID-19, mehnda ma e ahneki irair kan en soumwahu o de soh.

⚠️ TOHROHRLA^s

Anahne mih nan ihmw oh pidoi ihte ma e anahne wini lao:

- E daulihla rahn 5 pwon sang ni ahnsou me tepin irair kan en soumwahu o pwarada reh (de ma irair en soumwahu o sohte pwarada reh, a sang ni ahnsou me e ale keseu o); OH
- Awa 24 douer powe sang ni ahnsou me eh karakaro tokedi ni eh sohte doadoahngki wini pwehn sewese katikala karakar o; OH
- Iraik kan en soumwahu o, ma mie eh rehn irair en soumwahu tepida mwahula

👄 DOAHOAHNGKI MASK

- Mwadang doadoahngki mask ni ahnsowohte me ke diarada me ke mih karanih aramas soumwahu o.
- Mehnda ma nekier ahnsoun katoreiukla sang meteikan, doadoahngkihte mask-me itarih mwahu mesemwen erein rahn 10 ahnsou koaros me komw mih rehn meteikan nan imwomw de loalen wasa kan me aramas koaros kin kohla ie.
- Dehr kolah ni wasa kan me ke sohte kak doadoahngki mask ie.
- Dehr kohla rehn aramas kan me arail mour mih nan keper pwehki e mengei ren soumwahuda laud erein rahn 10.

🚫 SOHTE PIL EKEI KESEU TOHROHR

Aramas me ale keseu oh iangada COVID-19 sohte anahne pil eh u ale keseu de ale keseu pak tohto.

📄 **KAESEHKI:** Kaesehi skuhl oh/de wasahn doadoahk oh irail kan koaros me lel de mih karanih iuk.

♥️ PEIN APWALIH IUK MWAHU

- Tetehek irair kan en soumwahu o oh eker toahkte ma irair en soumahu o susuwedla.
- Eker 9-1-1 ong irair karuwaru kan (karasepe, epwel en esingek, kilin ewemwen poh mei de mesemwen, medek nan mwaremwaremwen) oh ndahiong aramas me sapeng telepwn o me ke iangada COVID-19.
- Koamoal en laud oh nim pihl laud.

👄 PERE METEIKAN

- Mihmihte nan imwomw, ihte ahnsou me ke anahne ale wini me komw kak pidoi.
- Dehr mweidong aramas en mweimweitdo rehmw.
- Katoreiuk sang aramas teikan oh mahn kan me kin mih nan ihmw.
 - Mih nan eh u pere tohrohr oh doadoahngki eh u wasahn dudu tohrohr ma kak.
 - Ma komw anahne mih nan pereohhte me aramas teikan mih loale, aramas koaros anahne doadoahngki mask oh kalaudehlah uwen dopeseng en wasa me emenemen aramas mih ie.
- Uden pehmwen pak tohto, perela ewemwen ni omw kopokop oh asi, oh kamwakeup pohn wasa kan oh dipwsou kan ahnsou koaros.



ARAMAS ME KARANIH ME SOUMWAHU O

Aramas emen me lel soumwahu en COVID-19, mehnda ma e ale doken silasil de soh.

⚠️ NANTIHONG ALE IREN SAWAS KAN

- Erein rahn 10, mehnda ma ke ale doken silasil de soh.
- Ke tepida alehdi soumwahu en COVID-19 rahn 10 mwurin omw lel aramas me soumwahu o.

👄 DOAHOAHNGKI MASK

- Doadoahngki mask me itarih mwahu mesemwen erein rahn 10 ahnsou koaros me ke mih rehn meteikan nan imwomw de loalen wasa kan me aramas koaros kin kohla ie.
- Dehr kohla ni wasa an me ke sohte kak doadoahngki mask ie.
- Dehr kohla rehn aramas kan me ar mour mih nan keper pwehki e mengei ren soumwahuda laud, erein rahn 10.

📄 TETEHK DUWEN IRAIR EN SOUMWAHU O

- Tetehek irair kan en soumwahu o erein rahn 10 mwurin imwilahn ahnsou me komw lel aramas soumwahu o.
- MA ke tepida ahneki irair kan en soumwahu o, katoreiukla oh ale keseu ni ahnsou mwadang.

📄 KESEU

- Ale keseu ma irair en soumwahu oh tepida wiawi oh pwahki iren kaweid kan duwen omw pahn katoreiukla.
- Ale keseu mwurin rahn 5 sang imwilahn ahnsou me ke lel aramas me iang COVID-19 o, mehnda ma ke sohte ahneki irair en soumwahu o.



ARAMAS ME LEL ARAMAS ME KARANIH ME SOUMWAHU O

Aramas emen me kousoan de mih rehn Aramas Me Lel me soumwahu o ahpw e sohte pein lel Aramas Soumwahu O.

👍 SOHTE ANAHNE ALE TEST

Ihte ma:

- Aramas me karanih me soumwahu o soumwahuda de ale keseu oh dierek me iangada COVID-19; de
- Ke tepida alehdi irair kan en soumwahu o

👍 SOHTE MEHN KAIR ANAHN

Iawasa me I kak ale sawas?

Pelien Wini

- 📄 Eker omwi toahkte
- 📄 Eker 9-1-1 ong anahn karuwaru kan en sawas en wini

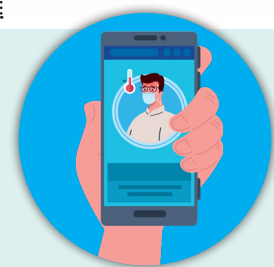


Pwehn kalaudehlah omw ese duwen ire kan, kohla ni hawaiiicovid19.com/resources

📄 Wasahn doadoahk, skuhl, de pwiinn en aramas kan kak ale pil ekei iren kaweid kan me re pahn pil anahne idaweihn.

Ophis en Crisis Support, Mental Health de Substance Use Treatment Services

- 📄 Eker Hawaii CARES ni 1-800-753-6879 (TTY 7-1-1)
- 📄 Texti ALOHA ong 741741



Mie sawas en sounkawehw kan

Ohpis en Pelien Roson Mwahe sohte kin kihda kisin likou en kasalehda me aramas men kanekehla eh ahnsoun tohrohra de ni lokiahn wai kisin likou en "clearance." Wasahn doadoahk kan sohte anahne tohn doadoahk en ale keseu en kasalehda me re sohte iang COVID-19 de wahdo doaroapwe sang toahkte pwehn kasalehda me e kak pil eh u doadoahk pwe sohte soumwahu de e kanekehla eh ahnsoun tohrohra sang meteikan.

Summary Guidance for COVID-19 Cases & Contacts Pohnpeian
Kakapwla ni October 10, 2022