

Worried about novel coronavirus (COVID-19)?

擔心感染新型冠狀病毒?

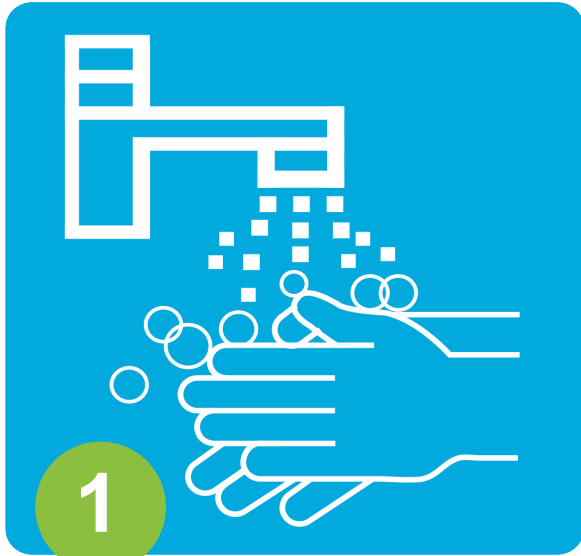
¿Está preocupado por el nuevo coronavirus? Nagaaalala ka ba tungkol sa coronavirus?

Follow these common sense health practices now to protect against seasonal cold and flu including novel coronavirus if it comes to our community.

如果我們的社區出現感染，請按照以下衛生常識的做法來預防季節性感冒及流行性感冒，包括新型冠狀病毒。

Durante la temporada de la gripe y en caso que llegue el nuevo virus (coronavirus) a nuestra comunidad, siga estos consejos prácticos para protegerse.

Gawin ang mga sumusunod na mga pangkaraniwang pamamaraan sa pag-alaga ng kalusugan para labanan ang seasonal na lagnat at trangkaso kasama ang novel coronavirus kung sakaling dumating ito sa inyong komunidad.



Wash your hands often with soap and water, for at least 20 seconds.

勤用肥皂和清水洗手，並搓手至少 20 秒。

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por lo menos unos 20 segundos.

Dalasan ang paghugas ng inyong mga kamay ma hindi baba sa 20 segundo gamit ang sabon at tubig.



Cover your cough and sneeze. If you are sick, face masks can prevent spread of germs to others, but are not recommended to prevent getting sick. Face masks are NOT a substitute for handwashing.

咳嗽或打噴嚏時應掩蓋口鼻。生病時佩戴口罩可防止將病菌傳播他人，並不建議使用口罩預防疾病。口罩無法取代洗手。

Cúbrase la tos y los estornudos con el brazo. Si está enfermo, las máscaras pueden evitar la propagación a los demás pero no se recomiendan para evitar enfermarse. Las máscaras no sustituyen lavarse las manos.

Takpan ang inyong pagubo at pagbahing. Kung ikaw ay may sakit, makakatulong ang pag-gamit ng face mask sa pagiwas ng pagkalat ng mikrobyo, ngunit hindi ito inirerekomenda para maiwasan ang sakit. Ang pagsuot ng face ask ay hindi kapalit ng paghugas ng kamay.

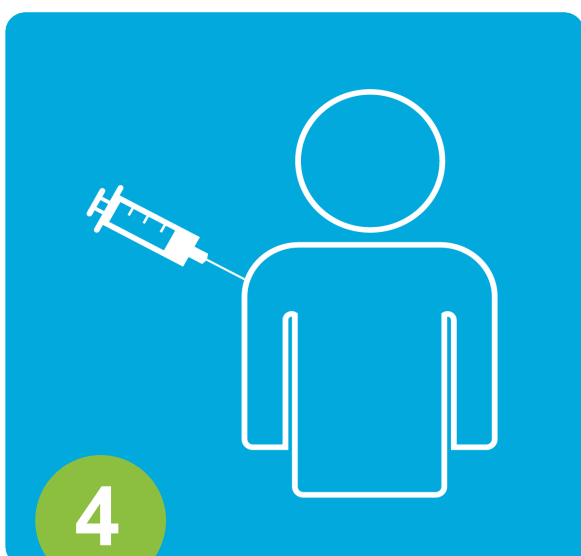


Stay home when sick. If you or someone you live with has traveled to a country or region with cases of the new virus, and are now sick, call your doctor and tell them about your symptoms and recent travel.

身感不適該留家中。如果您或跟您住在一起的人去過有冠狀病毒疫情的國家或地區旅行，並有發病症狀，請聯繫您的醫生告知病狀及最近的旅遊記錄。

Si usted está enfermo, quédese en casa. Si usted o alguien que viva en su casa, han viajado a alguno de los países o lugares donde se han confirmado casos de este virus y están enfermos ahora, llame a su doctor e informe sobre sus síntomas y sus viajes recientes.

Manatili sa bahay kapag may sakit. Kung kayo o mga kakilala ninyo ay kakalakbay lamang sa ibang bansa o rehiyon na may kaso ng bagong virus, at kayo ngayon ay may sakit, tawagan ang inyong doktor at isalaysay ang inyong mga sintomas pati na rin ang detalye ng inyong paglakbay.



Get a flu shot! It will help you avoid flu symptoms which are similar to novel coronavirus symptoms.

接種流感疫苗! 預防您出現類似新型冠狀病毒症狀的流感病徵。

¡Vacúnese contra la gripe! La vacuna le puede ayudar a evitar síntomas muy similares a los del coronavirus.

Magpa-flu shot kayo! Makakatulong ito sa pagiwas sa sintomas ng trangkaso na kahawig din ng sintomas ng novel coronavirus.