

Kur hak COVID-19 na'palé, pu' hak hintingwu?

Hak kiy ep sunyantangwu, qa hakimuy ang pakiwitnumngwu piw hakim paasye it tuuyat hakiy angqw qa na'palyangwu.



Kur hak COVID-19 aw pòote, nawus hak Tuhiktumalhoymuy tuuvingtangwu, hak pu' hintingwu.

Pay itam sòsoyam it awunangwtavi'yyungni.

Pay as songqa it tuuya su'peveltini, kur itam qa mamqasye piw su'an yu'a'atotani, it pas tuhiklavayit aw itam tuuqayyungni, piw naapa'angwantote pay songqe it tuuyat sòwtapnani.

Kya'a, nu' kur it COVID-19 na'pala oovi pas nu' hamaniwta, sen nu' pu' hintini?

Pay hak qa hamaniwtangwu. Pay as sòsoyam paas naanami tunatyawungwa, niikyangw pay puma piw it na'palyangwu. I' tuuya pi pas nùutsef'eway.

Pay um su'antiqe naami it tuuya heeva.

Pu' oovi um hakimuy amumunniqe, pumuy um aa'awnani um it tuuyat na'pala. Pante, sen pumuy tuwat naanami it tuuya hepyani.

Nu' piw hin sen naatuwala, piw isinmuy nit kitsonawit pumuy tuuwalani?

Itam su'an itàataywa'naakwapniy ang tangawte, pan hakim sinomuy tuuwalayangwu, piw hak yaap wunuwmantani, kur hak imuy sinmuy umùukiy ep qa yesqaqam amùupa waynumye.

Hak sinmuy qa aqlap wunuwtangwu, piw pokmuy aqlap'u. Hak naala àapave pakiwitangwu, piw sen naala kwayngyapkit himu'ytangwu.

Piw hak sinomuy nit kwatmuy ayataq puma hakiy engem nòòsiwqat nit hiita iipa'q òya'mantani.

Pay hak kiy ep ngas'ew pakwt taalat ang sunyantangwu, kur it tuuyat hakiy ang yayne sen hak tuhikkive aw naapòotaq tuhiktaqa hakiy aa'awna kur hak tuuyat na'pale.

It tsatsqaptat nit pòosalat nit hòhònpit hak naala akw hintsakngwu. It tuuya COVID-19 puuvut ang naat qatangwu.

Piw hak hiita ang qenilawe, sòosok putsqa'qenit ang ① qenitagwu piw ② hak ang qenikuyit akw hòonangwu. Hak oovi piw kwayngapkit ep ang paas hòonangwu. Hak hiita qenilawninikt, sòosok hiita ang paas túngwa'ngwu, ispi peehu himu'a'ni la'yta.

Kur haak as tokoy piw hongvitangwu, oovi hak pas kuuyitsa hiihikngwu nit nukngwa'novot tuumoytangwu, piw hak paas naasungni'ytangwu. Hak tuuhikyay nit Pahantuuhikyay amumi tuuvingtangwu, sen payhak sùuput hiita ngahut himu'yte, it zinc nit vitamins piw'u.

Hak òhòhòte senasisite, hak hòhònpit akw naakwapnangwu, piw sen tsòviy akw naakwapnangwu.

Hak sunat aqw pòotoylankyangw qòtvikit nit kuuyit akw maavaqtangwu, piw sanitizer maayay ang mapringwu.

Hak paas it tuuyat aw tunatyawtangwu. Kur piw na'palni qa pevelte, hak nawus 9-1-1 su'eyoknangwu.

Kur hak tutuykit aw naapòotate, hak pumuy aa'awnangwu, sen it COVID-19 na'pale.

Hak tiy yooyongne, hak it tuuyat paas tuuwalangwu:

- Hak maavaqtat pu' tiposhoyat tsò'pàatangwu sen tiitaptangwu.
- Hak taywa'naakwapniy aw pakikyangw tiposhoyat yooyongnagnwu.
- Hak mòoti maavaqtat pu' tiposhoyat wikoro'at piw plikuyapi'at aw tongokngwu, piw hak hiita akw yukuqe, hak sòosok hiita tuuvahomngwu.

Yuy piikuyi'at pas tsay engem nukngwanigwu, pam tsay it tuuyat sòwtapnangwu.

