

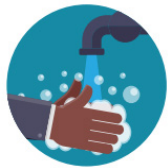
COVID-19 PREVENTION & RESPONSE

What is Coronavirus (COVID-19)?

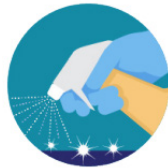


COVID-19 is an illness caused by a virus that can spread when you are close to an infected person by breathing in droplets from their coughs, sneezes or talking to them. You could get sick by touching a surface or object that has the virus on it, and then by touching your mouth, nose or eyes.

How Do I Protect Myself and Others from COVID-19?



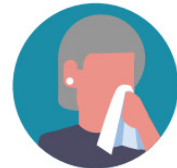
Wash your hands often with soap and water or use hand sanitizer when you can't.



Clean and disinfect frequently touched objects and surfaces.



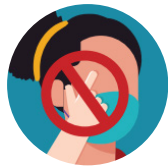
Do not share food, drinks or other items.



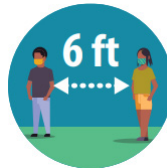
Cover your cough or sneeze with a tissue or sleeve, and then wash your hands or use hand sanitizer.



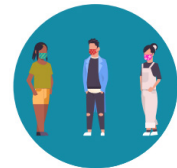
Stay home as much as possible. Only go out for food and medicine by yourself if you can.



Do not touch your eyes, nose and mouth.



Stay at least 6 feet or 1.3 meters (about 2 arms' length) from other people and avoid gatherings.



Don't visit people outside of your household and limit how many people travel together in a car.



Wear a face covering over your nose and mouth in any enclosed space and when coming in contact with someone other than an immediate family member.

How Do I Know if I am Sick with COVID-19?

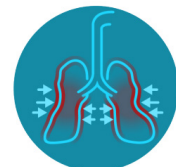
Some people may have other symptoms such as fatigue, body aches, headache, sore throat, runny nose, vomiting, diarrhea or loss of smell. Some people may have NO symptoms at all.



Fever



Cough



Shortness of Breath

What Should I Do if I'm Sick?



Call the hospital for screening. If you are recommended for testing, a nurse will take a sample from your nose. Testing may be free. Ask about fees.



STAY HOME. Do not go out into public. Keep distance between you and your family members to prevent them from getting sick too.



Where can I get tested?

Ottawa County
miOttawa.org/coronavirus

Michigan
Michigan.gov/CoronavirusTest

What's Going to Happen if I'm Sick with COVID-19?



Someone will call you from the Ottawa County Department of Public Health to ask how you are doing and if anyone else you know could get sick. Please call them back if you missed their call.



STAY HOME and get rest. If you need anything, please ask friends or family to help so you don't have to leave your house. Also, please separate yourself from your family members so they don't get sick.



ISOLATION is for people who are already sick. Isolation separates and restricts sick people, so they can't spread the disease to healthy people.

QUARANTINE is for people who are not sick but may have been exposed. Quarantined people may or may not become sick.

Based on your situation and other infectious risks, someone from the health department will discuss the time of isolation or quarantine with you.



Need Assistance or Community Resources?

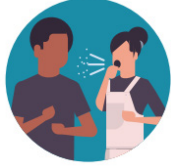
Call 2-1-1 or Find Food at OttawaFood.org/FindFood

Questions About COVID-19?

Ottawa County Department of Public Health
616-396-5266 or miOttawa.org/coronavirus

Prevención y Respuesta al COVID-19

¿Qué es Coronavirus (COVID-19)?

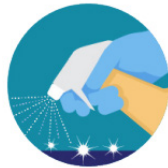


COVID-19 es una enfermedad causada por un virus que puede propagarse cuando estás cerca de una persona infectada al inhalar gotas de la tos, estornudar o hablar con ellos. Puede enfermarse al tocar una superficie o objeto que tiene el virus y luego se toca la boca, nariz o los ojos.

¿Cómo me protejo a mí mismo y a otros del COVID-19?



Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón o use gel anti-bacterial cuando no pueda.



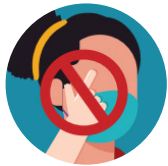
Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan frecuentemente.



No comparta alimentos, bebidas u otros artículos.



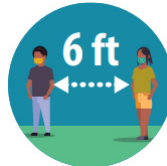
Cubra su tos o estornudo con un pañuelo o su manga, y luego lave sus manos o use gel anti-bacterial.



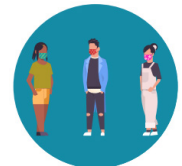
No toque sus ojos, nariz y boca.



Quédese en casa lo mas que sea posible. Trate de solamente salir por comida o medicamento si es absolutamente necesario.



Manténgase al menos a 6 pies (Aproximadamente 2 brazos) de otras personas y evite las reuniones.



No visite personas fuera de su hogar y limite cuantas personas viajan juntas en un carro.



Use un cubrebocas que cubra su nariz y boca en cualquier entorno cerrado y cuando tenga contacto con alguien que no sea parte de su hogar.

¿Cómo sé si estoy enfermo con COVID-19?

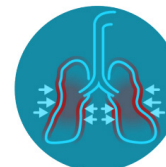
Algunas personas pueden tener otros síntomas como fatiga, dolor en el cuerpo, dolores de cabeza, dolor de garganta, secreción nasal, vómito, diarrea y pérdida de olfato. Algunas personas pueden NO tener ningún síntoma.



Fiebre



Tos



Dificultad Para Respirar /Falta de Aliento

¿Qué hago si estoy enfermo?



Llame al hospital para una evaluación. Si le recomiendan hacerse una prueba, una enfermera tomará una muestra de su nariz. Las pruebas pueden ser gratuitas. Pregunte sobre tarifas.



Quédese en casa. No salga al público. Mantenga su distancia entre usted y los miembros de su familia para evitar que se enfermen también.



¿Dónde puedo hacerme la prueba?

Condado de Ottawa
miOttawa.org/coronavirus

Michigan
Michigan.gov/CoronavirusTest

¿Qué sucede cuando estoy enfermo con COVID-19?



Recibirá una llamada del Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa para preguntarle como está y si alguien más que conoce podría enfermarse. Por favor, regrese la llamada si no pudo contestar.



Quédese en casa y descance. Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa para preguntarle como está y si alguien más que conoce podría enfermarse. Por favor, regrese la llamada si no pudo contestar.



AISLAMIENTO es para las personas que ya están enfermas. El aislamiento separa y restringe a personas enfermas, para que no propagen la enfermedad a personas sanas.

CUARENTENA es para personas que no están enfermas pero pudieron haber sido expuestas. Las personas en cuarentena pueden que se enfermen o no se enfermen.

Basado en tu situación y otros riesgos de infección, alguien del Departamento de Salud hablara con usted sobre el tiempo de aislamiento o cuarentena.



¿Necesita Asistencia o Recursos Comunitarios?

Llame al 2-1-1 o Encuentre Comida en www.OttawaFood.org/FindFood

¿Preguntas sobre COVID-19?

Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa
(616) 396-5266 o www.miOttawa.org/miHealth