



It is very important that we all work together to respond to coronavirus and protect the health and wellness of ourselves, our families and our neighbors.

It is vital to limit the spread of coronavirus from person to person. If you are sick, stay home. But even if you don't feel sick, you could still have coronavirus and possibly spread it to others. Follow social distancing rules by staying at least six feet apart from others when you are outside. Wash your hands often. Do not have visitors and do not share things like towels and utensils.

Virginia Gov. Northam has issued an order that instructs everyone in Virginia to stay at home as much as possible unless they are traveling for work, for medical care for yourself or a loved one, or essential travel such as grocery shopping or buying other needed supplies. You also are still allowed to go outside for exercise, work in your yard or other such activities, as long as you are in groups of fewer than 10 people and keep at least six feet of space between yourself and others as much as possible.

If you are outside in a group of more than 10 people for reasons other than essential reasons listed above, you could receive a citation from authorities. It is very important that we limit contact with others as much as possible right now. Coronavirus is very serious and spreads easily, and dozens have died in Virginia because of it.

Please help stop the spread of coronavirus in our community.

Following the stay at home order as much as possible is the best way we can do that.

The Virginia Department of Health has created a phone number for questions about coronavirus. That number is 1-855-949-8378.

---

Es muy importante que todos trabajemos juntos para responder ante el coronavirus y proteger nuestra salud y bienestar, así como el de nuestras familias y vecinos.

Es de vital importancia que limitemos la propagación del coronavirus de persona a persona. Si está enfermo, quédese en casa. Pero, aunque no se sienta enfermo, también podría tener coronavirus y contagiar a otros. Siga las reglas de distanciamiento social y mantenga una distancia de, al menos, seis pies con respecto a otras personas cuando salga. Lave sus manos regularmente. No reciba visitas y no comparta objetos como toallas y utensilios.

El Gobernador de Virginia, Northam, ha emitido una orden que indica que todos en Virginia permanezcan en sus hogares, a menos que deba viajar por trabajo, recibir cuidados médicos para usted o un ser querido o realizar un viaje esencial, como para hacer las compras o comprar provisiones necesarias. También tiene permitido salir para realizar ejercicio, realizar trabajos en su jardín y otras actividades similares, siempre y cuando se encuentre en grupos de menos de 10 personas, y mantenga una distancia de, al menos, 6 pies entre usted y los demás siempre que pueda.

Si sale en grupos de más de 10 personas por razones que no se encuentran mencionadas anteriormente, podría ser detenido por las autoridades. Es muy importante que limitemos el contacto con los demás al máximo posible en estos momentos. El coronavirus es muy serio y se propaga con facilidad, decenas de personas han muerto aquí en Virginia por ese motivo.

Ayúdenos a detener la propagación del coronavirus en nuestra comunidad.

Respetar la orden de quedarse en casa es la mejor forma de hacerlo.

El Departamento de Salud de Virginia (Virginia Department of Health) ha creado un número telefónico para responder dudas sobre el coronavirus. El número es 1-855-949-8378.

## معلومات حول فيروس كورونا

إنه من المهم للغاية أن نتكاتف للتصدي لفيروس كورونا، والمحافظة على صحتنا وسلامتنا نحن وعائلاتنا وجيراننا. ومن الأهمية بمكان الحد من انتشار فيروس كورونا من شخص لآخر. إذا كنت مريضاً، فامكث في منزلك. ولكن حتى إن لم تكن مريضاً، فقد تُصاب بفيروس كورونا، ومن المحتمل أن تنقله لآخرين. اتبع قواعد التباعد الاجتماعي؛ وذلك بالحفاظ على مسافة ست أقدام على الأقل من الآخرين عندما تكون بالخارج. اغسل يديك باستمرار. لا تستقبل ضيوفاً، ولا تشارك أشياءك الخاصة مثل المناشف والأواني مع الآخرين.

أصدر حاكم فيرجينيا (نورثام) أمراً يوعز جميع أهل فيرجينيا بالبقاء في منازلهم أكبر وقت ممكن، ما لم يكن الخروج للعمل، أو للرعاية الطبية لنفسك أو لأحد أحبائك، أو خروجاً ضرورياً مثل تسوق البقالة، أو شراء احتياجات أخرى. كما يُسمح لك بالخروج لممارسة التمارين، أو العمل في فناءك، أو أي أنشطة مشابهة، طالما أنك في مجموعة أقل من 10 أشخاص، وتحافظ على مسافة ست أقدام على الأقل بينك وبين الآخرين قدر الإمكان.

إذا كنت بالخارج مع مجموعة أكثر من 10 أشخاص لأسباب غير الأسباب الضرورية المُدرجة مُسبقاً، فقد تتلقى استدعاءً من السلطات. إنه من الضروري الحد من التواصل مع الآخرين قدر الإمكان الآن. فيروس كورونا خطير للغاية، وينتشر بسهولة، وهناك العشرات من الموتى في فيرجينيا إثر هذا الفيروس.

برجاء مساعدتنا في وقف انتشار فيروس كورونا في مجتمعنا. اتباع قاعدة البقاء في المنزل قدر الإمكان هي أفضل طريقة بين يدينا. وقد وضعت إدارة الصحة في فيرجينيا رقم هاتف لطرح الأسئلة المتعلقة بفيروس كورونا. الرقم هو 1-855-949-8378

## Информация о коронавирусе

Очень важной является наша совместная работа, направленная на борьбу с коронавирусом и сохранение здоровья и благополучия для нас самих, наших семей и наших соседей.

Крайне необходимым является ограничение распространения коронавируса от человека к человеку. Если Вы больны, оставайтесь дома. Но даже если Вы не чувствуете себя больным или больной, у Вас все равно может быть коронавирус и Вы потенциально можете передать его другим людям. Следуйте правилам социальной дистанции, держась как минимум в шести футах (около 1,8 м) от других людей при пребывании на улице. Часто мойте руки. Не принимайте гостей и не пользуйтесь совместно вещами, такими как, например, полотенце и посуда.

Губернатор штата Виргиния Нортэм выдал приказ, обязывающий каждого оставаться дома насколько это возможно, кроме случаев, когда нужно идти на работу или в медучреждение для оказания помощи Вам и Вашему близкому человеку, а также, если нужно выйти за продуктами и другими необходимыми товарами. Вам разрешено выходить на улицу для занятий спортом, работать в своем дворе или осуществлять другую подобную деятельность, но только в группах до 10 человек и соблюдая дистанцию как минимум шесть футов между Вами и другими людьми, насколько это возможно.

Если Вы находитесь в группе более 10 человек по причине, отсутствующей среди вышеуказанных уважительных причин, Вы можете получить от органов власти повестку о вызове в суд. Очень важно уже сейчас, насколько это является возможным, ограничить контакты с другими людьми. Коронавирус это очень серьезное и быстро распространяющееся заболевание, унесшее жизни десятков жителей Виргинии.

Пожалуйста, помогите остановить распространение коронавируса в нашем сообществе. Лучшим способом для достижения этой цели является соблюдение приказа о пребывании дома.

Департамент здравоохранения штата Виргиния предоставил следующий номер телефона, по которому можно задать вопросы о коронавирусе: 1-855-949-8378.

## Taarifa kuhusu Ugonjwa wa Coronavirus

Ni muhimu sana kwamba sisi sote tushirikiane kukabiliana na ugonjwa wa coronavirus na kulinda afya na maisha yetu, familia zetu na majirani zetu.

Ni muhimu kupunguza kuenea kwa coronavirus kutoka kwa mtu mmoja hadi mwengine. Ikiwa wewe ni mgonjwa, kaa nyumbani. Lakini hata ikiwa hujihisi mgonjwa, bado unaweza kuwa na ugonjwa wa coronavirus na unaweza kuusambaza kwa wengine. Fuata sheria za kutotangamana na watu wengine kwa kukaa angalau futi sita mbali na wengine unapokuwa nje. Osha mikono yako kila mara.

Usikaribishe wageni na usitumie vitu kama taulo na vyombo pamoja na watu wengine.

Gavana wa Virginia Northam ametoa amri ambayo inaagiza kila mtu huko Virginia kukaa nyumbani iwezekanavyo isipokuwa kwa wanaoenda kazini, kutafuta matibabu yako binafsi au jamaa, au usafiri muhimu kama vile kununua mboga au mahitaji mengine ya kimsingi. Pia unaruhusiwa kwenda nje kufanya mazoezi, kufanya kazi katika shamba lako au shughuli nyingine kama hizo, maadamu muwe kwenye kundi la watu wasiozidi 10 na mzingatie nafasi ya angalau futi sita kati yako na wenzako kadiri iwezekanavyo.

Ikiwa uko nje katika kundi la watu zaidi ya 10 kwa sababu nyinginezo ambazo si kati ya hizo zilizo rodheshwa hapo juu, unaweza kupokea kibali kutoka kwa wenye mamlaka. Ni muhimu sana kupunguza kutangamana na wengine iwezekanavyo wakati huu. Coronavirus ni ugonjwa mbaya sana na unaenea kwa urahisi, watu kadhaa wameaga dunia katika Jimbo la Virginia kwa sababu kutokana nao.

Tafadhali saidia katika kukomesha maenezi ya virusi vya corona katika jamii yetu.

Kuzingatia amri ya kukaa nyumbani kadiri iwezekanavyo ndio njia bora zaidi ya kukabiliana na hali hii.

Idara ya Afya ya Virginia imeweka nambari ya simu kwa maswali kuhusu coronavirus. Nambari hiyo ni 1-855-949-8378.