

Bilten sou Preparasyon pou Sante Piblik

PRENTAN 2023



Bilten nou vèl sa a disponib nan lang **Amarik, Arab, Fransè, Kreyòl Ayisyen, Endonezyen, Khmer, Pòtigè, Ris, Chinwa Senplifye, Panyòl, Swahili ak Vyetnamiyen** nan bit.ly/CRPNnewsletter.

Pou mande kopi enprime gratis, vizite bit.ly/PHPMerials oswa kite yon mesaj nan 215-429-3016.

Kijan Chanjman nan Klima Afekte Inondasyon yo?

Chanjman klima a ka afekte kondisyon metewolojik yo ak tanperati yo nan diferan rejyon yo.

Kòm rezilta chanjman nan klima a, Filadèlfi pral sibi yon chalè estrèm ak pi gwo lapli, sa ki lakòz nivo lanmè yo monte epi yon ogmantasyon risk pou inondasyon.



Maladi ki Transmèt ak Vektè

Tanperati pi cho yo ak chanjman nan kondisyon meteyo yo ka entèwonp ekilib nòminal lanati.

Philly ap vin pi cho. Tanperati ki pi cho yo ka pote plis moustik ak tik, sa ki lakòz plis epidemi maladi ki transmèt ak vektè yo.



Jwenn ReadyPhiladelphia epi vin Premye Moun ki Konnen

Biwo Jesyon Ijans (Office of Emergency Management) lan bay alèt sou katastwòf ak ijans lokal yo.

Pou resevwa alèt nan tèks gratis, tanpri voye tèks **READYPHILA** nan **888-777** oswa enskri nan bit.ly/ReadyPhila.

Kontinye fè lekti pou w jwenn enfòmasyon sou fason pou prepare tèt ou, moun pwòch ou yo epi kay ou pandan sezon prentan an.

- Maladi Lyme
- Grip Sezon
- Viris Nil
- COVID-19 ak plis ankò
- Oksidanta
- Inondasyon

Pwoteje tèt ou ni moun pwòch ou yo

Maladi Lyme

Maladi Lyme se yon enfeksyon akòz yon jèm tik yo pote, epi li ka transmèt bay moun avèk piki tik yo.

Tout tik yo pa gen maladi Lyme.

Ou jwenn tik yo anjeneral nan zèb wo, ak anviwònman rakbwa.

Pwoteje kont piki tik yo

- Rete nan mitan santye yo.
- Verifye rad ou pou wè si yo gen tik.
- Pran douch epi tcheke tout kò ou pou tik epi sèvi ak yon glas si sa nesèsè.



Kijan yo retire yon tik

1. Rale nan direksyon anlè avèk yon presyon egal, fiks pou retire tik la.
2. Netwaye zòn lan avèk alkòl oswa avèk savon ak dlo.

Pou jwenn machaswiv an detay sou fason pou elimine tik vivan yo, vizite bit.ly/tick_removal.

Kilè pou w jwenn swen medikal, imedyatman.

- Si ou pa kapab oswa ou pa vle retire yon tik oumenm.
- Si ou vin gen yon lafyèw oswa yon gratèl wouj leve sou ou sou fòm yon sèk ki antoure piki a.

Moustik yo

Moustik yo kouran lè tan an cho. Pifò piki moustik yo ka grate, men gen kèk ki transmèt jèm ki ka fè ou malad.



Pwoteje kont piki moustik

- Sèvi ak spre kont ensèk
 - ◇ Pou jwenn bon pwodui pou repouse ensèk pou ou an, vizite: bit.ly/findrepellent.
 - ◇ Pou jwenn konsèy sekirite sou fason pou pase pwodui pou repouse ensèk sou timoun yo, vizite: bit.ly/repellent_safety_tips.
- Kouvri
 - ◇ Mete manch long, pantalon long, ak chosèt pou anpeche piki yo.
- Elimine dlo
 - ◇ Lè w devide oswa kouvri tout bagay ki toupre lakay ou ki kenbe dlo (po flè, manje bèt kay, asyèt dlo, bokit, elatriye) sa pral anpeche moustik yo repwodui ozalantou kay ou.

Kisa viris Nil Oksidantal la ye (West Nile)?

- Viris Nil Oksidantal la se yon maladi ki transmèt ak piki yon moustik.
- Tout moustik yo pa pote Viris Nil Oksidantal la.
- Pifò moun ki enfekte p ap malad, men sèten moun vin gen lafyèw epi sentòm ki tankou grip, epi nan ka ki ra, anflamasyon oswa anfleman nan sèvo.
- Moun ki gen 50 lane oswa plis gen pi gwo risk pou maladi grav ak lanmò.
 - ◇ Si oumenm oswa yon manm fanmi ou santi maltèt, feblès, oswa fatig san esplikasyon, pale avèk founisè swen prensipal ou.

Pou jwenn plis enfòmasyon sou moustik yo ak sou Viris Nil Oksidantal la, vizite bit.ly/Mosquito_bites.

Inondasyon nan Filadèlfi

Tankou pifò gwo vil Lakòt Lès yo, Filadèlfi gen tandans gen inondasyon. Filadèlfi sibi twa tip inondasyon akòz gwo lapli: inondasyon apati rivyè, dlo sifas, ak dlo anba tè. Chanjman nan klima ka afekte tanpèt yo, sa ki fè yo pi fò epi yo rive pi souvan. Sa ogmante risk pou inondasyon yo nan Filadèlfi.

Pou plis enfòmasyon sou inondasyon nan Filadèlfi, vizite: bit.ly/PWDFlood

Preparasyon pou yon Inondasyon

- Kenbe sou yon estasyon lokal yon radyo AM/FM ki fonksyone ak batri.
- Kreye yon kit ijans/valiz pou deplasman. Pou jwenn plis enfòmasyon vizite bit.ly/MakeAGoBag.
- Enskri nan ReadyPhiladelphia pou jwenn alèt metewolojik gratis lè w voye tèks **READYPHILA** nan **888-777** oswa nan bit.ly/ReadyPhila.

Pandan ak Apre yon Inondasyon

Evite dlo inondasyon yo

- PA kondi ni pa mache sou wout ki inonde yo.
- Jis yon sèl pye dlo rapid yo sifi pou charye yon machin.
- Dlo inondasyon gen nan yo jèm danjere, pwodui chimik ak fatra.
 - ◊ Lave men w si w manyen dlo inondasyon yo.
- ETENN gaz, elektrisite ak dlo, si kay la inonde.



Si ou gen pàn kouran

- Pou fil kouran ki tonbe oswa si ou pran sant gaz, rele liy ijans PECO a nan 1-800-841-4141.
- Jete manje yo si frijidè a pa te fonksyone pandan plis pase katrèdtan.
- Replace medications that require refrigeration.

Prevansyon ak netwayaj mwazi

Mwazi ka lakòz iritasyon nan zye ak nan po epi reyaksyon alèjik. Si ou soufri opresyon, mwazi ka deklanche kriz opresyon yo.

Prevansyon

- Netwaye epi seche sifas ki mouye yo anvan 24 èdtan fin pase epi jete atik ki pa ka seche yo.
- Pou seche, sèvi avèk vantilatè, èkondisyone, ak dezimidifikatè.

Pou netwaye san danje

- Mete gan an kawotchou, pwoteksyon pou zye, yon chemiz manch long, pantalon long, epi yon mask.
- Ouvri pòt ak fenèt yo.
- Itilize yon savon oswa detèjan ki pa abaz amonyak. PA JANM melanje klowòks ak amonyak.

Pou plis enfòmasyon sou inondasyon ak mwazi, vizite bit.ly/floods_cdc.

Kwen Resous Sante Mantal



Ou bezwen sipò pou yon kriz sante mantal? Rele 215-685-6440.

Pou lòt Sèvis pou Sante Mantal ak Adiksyon, rele nan 888-545-2600.

Yo bay sèvis yo 24 è sou vennkat, 7 jou sou sèt. Gen entèpretasyon disponib.

Pou depistaj sou entènèt ak resous itil gratis, vizite HealthyMindsPhilly.org

COVID-19 ak Grip Sezon

Yo fè mizajou nan vaksen grip sezon an chak ane pou pwoteje kont tip grip yo prevwa k ap pi kouran yo.

Boustè Bivalan COVID-19 la bay pwoteksyon siplemantè kont varyant Omicron an.

Moun an sante nan nenpòt laj ka vin malad gravman, entène lopital e menm mouri akòz konplikasyon viris COVID-19 oswa viris grip yo.

Li enpòtan pou w pran yon vaksen kont grip chak ane epi yon boustè COVID-19 pou asire ke sistèm iminitè w nan pi bon fòm lan pou pwoteje w kont maladi.

Li gen sekirite pou pran toude vaksen yo an menm tan.

bit.ly/FluPHL bit.ly/COVIDvaxPHL



Pou plis enfòmasyon oswa si w gen nenpòt kesyon, rele PDPH nan **215-685-5488**.

Pou entèpretasyon, peze 3 pou lang ou, peze 2 pou Espayòl epi fè 711 pou TRS/TTY

Li enpòtan pou w gen yon founisè swen prensipal ou fè konfyans pou ede w rete an sante, sitou si w gen yon maladi kwonik.

Jwenn swen medikal gratis oswa ak pri ba, menm si w pa gen asirans, nan

www.phila.gov/primary-care.

Ann rete konekte!

Vizite sit entènèt nou an nan bit.ly/PDPHPreparednessOutreach.

Pou kopi enprime bilten sa a, pou kesyon, oswa pwoblèm avèk tradiksyon an, oswa si w enterese pou nou bay yon biwo enfòmasyon oswa prezantasyon pou kominote w, voye yon imèl ban nou nan PublicHealthPreparedness@phila.gov oswa kite yon mesaj nan **215-429-3016**.

Nou ta renmen tande ou!

Enskri nan Rezo Patnè Entèkansyon Kominotè a (Community Response Partner Network) nan

bit.ly/phlcommunityresponse.

Pou jwenn enfòmasyon sante piblik esansyèl pou pataje avèk fanmi, zanmi, ak vwazen.

Fè atansyon!

