

Preparasyon pou Sante Piblik

Bilten Enfòmasyon | Ivè 2025



Department of
Public Health
CITY OF PHILADELPHIA

Konsènan Bilten Enfòmasyon Sa a

Pwogram Preparasyon Depatman Sante Piblik Filafèlfi a te kreye bilten enfòmasyon sa a pou pi byen prepare rezidan yo pou ijans sante piblik yo, tankou gwo tanpèt, maladi kontajye, ak plis toujou.

Bilten enfòmasyon sa a disponib nan lang Amarik, Arab, Fransè, Kreyòl Ayisyen, Endonezyen, Khmer, Pòtigè, Ris, Chinwa Senplifye, Espanyòl, Swahili ak Vyetnamyen nan bit.ly/CRPNnewsletter.

Mande kopi enprime yo gratis



[bit.ly /PHPMaterials](https://bit.ly/PHPMaterials)



kite yon mesaj nan (215) 429-3016

Pa Bliye Enskri pou ReadyPhiladelphia!

Biwo Jesyon Ijans la pataje enfòmasyon sou move tan atravè imèl gratis ak tèks alèt gras a itilizasyon sistèm notifikasyon an mas City a, ReadyPhiladelphia.

Alèt yo disponib kounye a nan **onz lang**: Anglè, Fransè, Arab, Ris, Espanyòl, Vyetnamyen, Chinwa Senplifye, Kreyòl Ayisyen, Pòtigè, Swahili, ak Lang siy Ameriken.

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

Nan bilten enfòmasyon sa a ou ka atann:

Konsèy pou prepare yon twous ijans.

Fason pou rete san danje kont maladi respiratwa yo.

Resous Sante Mantal.

Enfòmasyon sou asistans sèvis piblik.



Prepare Tèt ou ak Pwòch Ou Yo

Kit Apwovizyonman pou Ijans

Gwo tanpèt, pàn kouran oswa lòt ijans ka rive nan sezon sa a. Rasanble ase apwovizyonman pou ou menm ak moun k ap viv ak ou yo pou omwen **two** jou.

Mete twous ou a ak atik sa yo

- Medikaman
- Manje ak dlo
- Apwovizyonman pou tibebe ak timoun
- Pwodwi pou bèt domestik
- Telefòn selilè ak chajè
- Flach ak siflèt
- Lajan kach
- Twous premye-swen
- Kopi dokiman enpòtan yo
- Radyo ki fonksyone ak batri ansanm ak lòt batri anplis

Voye Zye Sou Lòt yo

Biwo Sèvis Sanzabri a pral voye yon ekip sansibilizasyon pou sanzabri bay nenpòt moun ki nan lari a ki bezwen transpò pou ale nan yonabri lokal oswa nan yon lòt sèvis pou sanzabri.

215-232-1984 (disponib 24/7, 365 jou)

Kenbe Bèt Domestik ak Bèt Sèvis yo

An Sekirite Li pa an sekirite pou kite domestik yo pou kont yo pandan anpil tan. Si ou bezwen kite kay ou pandan yon ijans, chache yon kote ki gen sekirite pou mete yo.

Èske w wè bèt ki rete deyò a nan gwo move tan an? Rele Ekip Kontwòl ak Swen pou Bèt la.

267-385-3800 (disponib 24/7)

Èske W Ap Pran Medikaman?

Toujou genyen medikaman pandan omwen yon semèn. Renouvle preskripsyon ou yo anvan medikaman yo fini pou ou ka preparew pou ijans.

Ranpli yon Kat Enfòmasyon sou Sante se yon bon fason pou swiv medikaman w yo, dòz ou yo, ak kontak doktè w yo. Enprime youn isit la [bit.ly /HealthInfoCard24](https://bit.ly/HealthInfoCard24) oswa mande nou kèk pa lapòs nan [bit.ly /PHPGuidance](https://bit.ly/PHPGuidance).



Preparasyon ki Adapte ak Bidjè

- **Kòmmanse piti:** ajoute youn oswa de atik, tankou manje nan konsèy oswa batri chak fwa w ap achte. W ap vin genyen anpil san w pa depanse anpil lajan toudenkou!

- **Itilize sa ou genyen:** tcheke alantou lakay ou pou chèche materyèl ou deja genyen yo, tankou flach ak dra.

- Lè w tounen itilize atik chak jou yo sa ka fè w ekonomize lajan.

Achte yon fason ki entelijan: chèche lavant, rabè, ak magazen dola pou bagay ijans ki esansyèl yo. Ou ka jwenn kèk bagay debaz tankou atik premye swen ak manje ki pa ka gate yo nan pri ki abòdab.

Prepare Kay Ou



Asistans pou Sèvis Piblik

Asistans à sèvis piblik ak lòt pwogram yo ede w jere fakti w yo, kouvri nesosite w yo, epi redwi risk pwoblèm sante ak sekirite pandan evènman gwo move tan yo.

Sosyete Filadèlfi pou Moun Aje (PCA) Èd pou moun aje ak swanyan yo.

215-765-9040 — pcacares.org/contact-us/

Fon Sèvis Ijans pou Sèvis Piblik (UESF)

Pwogram ki baze sou revni ki estabilize kay pou fanmi k ap fè fas ak yon kriz lojman.

215-814-6845 — BAC@uesfacts.org — uesfacts.org

BenePhilly

Sipò ki pa baze sou revni, sipò endividyèl pou ede aplike pou benefis piblik yo.

1-844-848-4376 — phila.gov/programs/benephilly/

Pwogram Sèvis Inivèsèl PECO

Aprann sou tout pwogram asistans PECO yo. 1-800-774-7040 — bit.ly/PECOPrograms

Sant Enèji pou Katye

Aprann sou fason pou konsève enèji epi aplike pou asistans pou peye fakti. Jwenn yon sant enèji nan: bit.ly/NeighborhoodEnergySant

Sekirite pou Dife ak Monoksid Kabòn (CO)

- ◆ **Enstale Detektè Lafimen ak CO.** Asire w ke batri yo fonksyone.
- ◆ **Pa itilize recho gaz** pou chofe lakay ou.
- ◆ **Pa janm bloke detektè CO yo oswa alam lafimen** yo epi pa dezaktive yo.

Siy anpwazònman ak CO yo ka gen ladan tèt fè mal, vètij, doule nan pwatrin, kè plen, oswa vomisman.

Si w sispèk anpwazònman ak CO, soti deyò touswit epi rele 911 oswa Sant Kontwòl

- ◆ Pwazon an nan 1-800-222-1222.

Ki kote pou jwenn detektè yo?

Detektè Lafimen yo Gratis: Vizite bit.ly/RedCrossSmokeAlarm, rele 3-1-1, oswa

- ◆ vizite bit.ly/PHL311.

Detektè CO yo Gratis: rele 3-1-1 pou verifye si yo disponib.

◆ Pwopriyetè yo oblije bay ak mentni alam lafimen yo epi yo dwe bay oswa repare detektè CO pou nouvo lokatè yo.

Pou jwenn plis enfòmasyon, vizite bit.ly/COPHL oswa bit.ly/PHLFire.



Tan frèt anpil oswa gwo tanpèt ka afekte sante w, sitou si w pa gen bon chofaj oswa si w pèdi kouran lakay ou.

Pwoteje Sante W

Viris Respiratwa

Lè w malad sa ka lakòz lafyè, frison, tous, nen k ap koule, oswa tèt fè mal. Rete pwoteje pandan w ap pran vaksen.

- Yo aktyalize vaksen kont grip la chak ane pou pwoteje kont souch ke yo prevwa ki kapab pi kouran an.
- Yo aktyalize vaksen COVID-19 la pou pwoteje kont aktyèl varyant yo nan ivè sa a.
- Vaksinasyon RSV ede anpeche VRS grav lakay tibebe ak adilt ki gen 60+ yo.

Li san danje pou pran tout twa vaksen yo nan menm moman an.

Pou ede anpeche pwopagasyon viris respiratwa yo

- Si w gen sentòm, fè tès pou COVID-19 ak grip la, si sa posib.
- Mete yon mask lè w nan espas ki gen anpil moun.
- Rete lakay ou si w malad.

Jwenn swen medikal gratis oswa swen medikal ki pa chè, menm si w pa gen asirans.

- [.phila.gov/primary-care](https://www.phila.gov/primary-care)

Jwenn plis enfòmasyon sou viris respiratwa yo

- bit.ly/Covid19_test
- bit.ly/FluPHL
- bit.ly/COVIDvaxPHL
- bit.ly/RSV_PHL

Ou gen kesyon? Rele Depatman Sante Piblik Filadèlfi nan **215-685-5488**. Peze **2** pou Espanyol; peze **3** pou jwenn entèpretasyon nan lang ou. Rele 711 pou jwenn asistans TRS/TTY.

Resous Sante Mantal

- Ou pa poukont ou.
- Kontakte yo 24/7 (entèpretasyon disponib).

Liy Asistans pou Kriz Sante Mantal

- 215-685-6440

Sèvis Sante Mantal ak Sèvis pou Toksikomani

- 888-545-2600

Genyen depistaj ak resous gratis sou entènèt


- HealthyMindsPhilly.org

Plis pase 1 sou chak 6 adilt nan Filadèlfi te dyagnostike ak yon kondisyon sante mantal.





Rete Konekte

Vizite sit entènèt nou an


 bit.ly/PDPHPreparednessOutreach Mande yon biwo enfòmasyon oswa fòmasyon.

Kontakte nou pou jwenn kopi bilten enfòmasyon sa a, kesyon, oswa pwoblèm ak tradiksyon an.

 PublicHealthPreparedness@phila.gov

 kite yon mesaj nan 215-429-3016

Enskri pour Rezo Patnè pou Entèvasyon Kominotè a (CRPN).

 bit.ly/phlcommunityresponse

Jwenn enfòmasyon esansyèl sou sante piblik pou pase bay fanmi, zanmi, ak vwazen.

