

Уважаемые жильцы NУСНА!

В рамках подготовки к праздничному сезону и зимним месяцам во время связанного с COVID-19 чрезвычайного положения NУСНА хотело бы предоставить вам самые последние и актуальные рекомендации Департамента здравоохранения и психической гигиены г. Нью-Йорка (ДОНМН), которые помогут сохранить безопасность вам и вашим семьям.

Согласно последней информации число случаев COVID-19 снова растет, поэтому как никогда важно выполнять следующие шаги для предотвращения распространения вируса:

- **Носите маску в общественных местах.** Вы можете быть заразными без температуры или других симптомов. Ношение лицевого покрытия вне дома предотвращает распространение вируса среди членов вашей семьи, друзей и соседей.
- **Держите руки в чистоте.** Мойте руки с мылом в течение 20 секунд или используйте дезинфицирующее средство для рук, если мыло и вода недоступны.
- **Сохраняйте физическую дистанцию!** Держитесь на расстоянии как минимум 6 футов от других людей.
- **Избегайте больших скоплений людей в помещении.** Это еще один способ быстрого распространения вируса, поэтому избегание людных мест может свести к минимуму воздействие и уменьшить распространение COVID-19 в вашем сообществе.
- **По возможности избегайте путешествий.** В этом году жители г. Нью-Йорка должны избегать путешествий и общаться с семьей и друзьями из других городов по телефону и другим средствам виртуального общения. Путешествие подвергает риску вас, вашу семью и ваше сообщество. Если вам необходимо выехать за пределы города, мы призываем вас - всех жильцов NУСНА - пройти тестирование и соблюдать карантин по возвращении. Дополнительную информацию можно найти здесь [New York State's travel quarantine requirements](#).
- В жилкомплексах NУСНА и других жилых многоквартирных зданиях **не собирайтесь в вестибюлях и ограничьте поездки в лифте до двух человек.**
- **Если вы плохо себя чувствуете, оставайтесь дома.** Если вы заболели, по возможности оставайтесь дома или выходите только для получения необходимой медицинской помощи и тестирования.
- **Пройдите тестирование.** Во всех пяти районах города есть бесплатные пункты тестирования на COVID-19. Чтобы их найти, посетите вебсайт [nyc.gov/covidtest](https://nyc.gov/covidtest) или отправьте текстовое сообщение «COVID test» (Тест на COVID) на номер 855-48.
- **Если результат тестирования окажется положительным, ответьте на звонок.** Городской оператор позвонит вам, чтобы связать вас с ресурсами и помочь выявить других людей, которые могут быть больны, но могут не знать об этом. Вся собранная информация останется конфиденциальной. Городские власти окажут вам поддержку, вы ни в коем случае не будете наказаны за положительный результат теста.

Мы рекомендуем вам ознакомиться с другими советами ДОНМН касательно того, как оставаться здоровым во время сезона праздников здесь:

<https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/covid/covid-19-safer-holidays.pdf>.

Кроме того, на вебсайте NYCHA есть самая свежая информация от наших городских, штатовских и федеральных партнеров по здравоохранению, включая рекомендации по правильной вентиляции вашей квартиры, особенно во время праздничных застолий и приема посетителей, которые не являются членами вашей семьи. Для получения этой и другой информации о COVID-19 посетите сайт [on.nyc.gov/nycha-covid-19-resources](https://on.nyc.gov/nycha-covid-19-resources).

Здоровье и безопасность жильцов NYCHA - наш приоритет номер один. Работая вместе, мы можем предотвратить распространение COVID-19 в жилкомплексах NYCHA и по всему г. Нью-Йорку.

Благодарим вас и желаем вам и вашим семьям счастливых, здоровых и безопасных праздников!