

PWOTEJE TET OU AK FANMI OU APRE SIKLON

Depatman Sante USVI ak Sant Kontwòl ak Prevansyon Maladi yo (CDC) ofri etap sa yo ou ka suiv pou asire sekirite w pandan moman difisil sa yo.



Itilize dlo nan boutèy pou bwè, fè manje, ak bwose dan.

- Si ou pa gen boutèy dlo, bouyi oswa dezenfekte dlo ou:
 - **Kijan pou bouyi I:** Chofe dlo a jistan li bouyi monte pou omwen yon minit.
 - **Kijan pou dezenfekte I:** Ajoute 8 gout klowòks pou kay nan 1 galon dlo klè oswa 16 gout nan dlo twoub. Tann 30 minit avan w bwè l.
- Bouyi oswa dezenfekte yon galon dlo oswa mwens alafwa.
- Jete manje ak dlo lapli ak loraj te mouye. Lè w gen dout, jete l.



Pwoteje w pandan w ap netwaye.

- Pa janm touche yon fil kouran.
- Pou prevni anpwazònman ak monoksid kabòn, kite jeneratris yo a omwen 20 pye lwen bilding epi itilize detektè monoksid kabòn.
- Si ou itilize yon si a chenn, suiv enstriksyon sekirite fabrikatè a epi asire w lòt moun rete lwen.
- Lè w ap netwaye mwazi, mete linèt pwoteksyon, gan, bòt, ak yon mask pou respire ki apwouve NIOSH- N95 (disponib nan magazen zouti yo).



Pwoteje tèt ou kont moustik.

- Itilize repousan EPA apwouve ki genyen lwil sitwon ekalptis, Picaridin, IR3535, oswa DEET.
- Kouvri oswa voye jete dlo kote moustik ka ponn ze yo.
- Kite pòt ou fèmen epi repara griy pou fenèt yo.
- Sizoka gen moustik ki ka mòde w pandan w ap dòmi, mete repousan ak/oswa itilize yon moustikè.
- Mete chemiz manch long ak pantalon long.



Toujou asire men ou pwòp pou anpeche jèm gaye.

- Lave men ou avèk savon ak dlo pwòp souvan (toujou anvan w manje ak apre w itilize twalèt). Si ou pa genyen savon ak dlo pwòp, itilize yon dezenfektan ki abaz alkòl.



Se yon moman difisil anpil. Pran swen tèt ou ak fanmi ou.

- Li nòmal pou gen laperèz, tristès ak depresyon apre yon evènman twomatik. Si ou santi anksyete pswa strès, rele Liy Dirèk Konsèy Lè Gen Dezaz SAMHSA nan 1-800-985-5990.