

# JE, UNA COVID-19? JE, UNAHITAJI USAIDIZI?



Je, ninahitaji  
kupimwa COVID-19?

- Je, **umekuwa katika hatari** ya kuambukizwa COVID-19?
- Je, unaonyesha **dalili**?
- Tazama **miongozo ya Maine mtandaoni**

**Kumbuka kukaa salama!** Vaa barakoa, hakikisha umbali wa kimwili, na unawe mikono yako au utumie kieuzi cha mikono



Pimwa!

- Enda katika eneo la upimaji au hospitali
- **Lazima** ujitenge au ujiweke karantini mpaka upokee matokeo yako
- Iwapo unahitaji usaidizi katika kukaa nyumbani, omba mapendekezo kwa **Huduma za Usaidizi wa Jamii kwa Utunzaji katika Jumuiya**
- Wahudumu wa eneo la upimaji watakupigia simu au wakitumie ujumbe mfupi kukufahamisha matokeo yako ya kipimo



Je, nifanye  
nini iwapo  
nitatambuliwa  
kuambuki-zwa?

- Maine CDC itakupigia na kuuliza:
  - **Uliambukizwa** ukiwa wapi?
  - Je, unaonyesha **dalili**?
  - Je, **umetangamana kwa karibu** na nani?
- Watapigia watu waliotangamana kwa karibu nawe ili kubaini iwapo wana dalili na wanahitaji kujiweka karantini au kujitenga.
- Lazima ujitenge, Maine CDC itakueleza utafanya hivi kwa muda gani
- Wanaweza kukusaidia kupata **Huduma za Usaidizi wa Jamii kwa Utunzaji katika Jumuiya**



**Huduma za Usaidizi  
wa Jamii kwa  
Utunzaji katika  
Jumuiya**

Unaweza kuomba **kiongozi wa jamii yako, daktari, mtoa huduma ya afya, mfanyakazi wa jamii, muuguzi wa shule, AU Maine CDC** kwa usaidizi katika kujitenga au kujiweka karantini.

Wasiliana nasi kupitia barua pepe ya [@DHHS.covidsocialsupport@maine.gov](mailto:@DHHS.covidsocialsupport@maine.gov) au kupitia [fomu hii ya mtandaoni](#)



# HUDUMA ZA UTUNZAJI WA COVID-19 KWA JAMII



**Je, Usaidizi wa Jamii kwa Utunzaji katika Jumuiya ni nini?**

Usaidizi wa Jamii kwa Utunzaji wa Jumuiya ni huduma zinazopatikana kwa mtu yeyote ambaye anahitaji usaidizi wa kujiweka karantini au kujitenga. Huduma hutolewa na mashirika ya jamii katika eneo na ni pamoja na:

- **Vyakula (mboga na matunda/milo iliyopikwa/upelekeaji wa chakula)**
- **Uunganishaji wa tamaduni tofauti na huduma za lugha**
- **Uzuiaji wa magonjwa na rufaa za matibabu**
- **Usafiri wa kwenda vituo vya upimaji, vituo vya huduma za matibabu na makazi**
- **Kuchukua vifaa na dawa**
- **Huduma za afya ya akili**
- **Makazi/makao salama ya wasiojiweza wakati wa kutengwa au karantini**
- **Uunganisho kwa huduma zaidi za usaidizi**



**Je, ninaweza kupata usaidizi lini?**

- Ukiwa na **dalili** za COVID-19 [AU](#)
- **Ukisubiri** matokeo ya kipimo chako [AU](#)
- Umetambuliwa **kuwa na COVID-19** baada ya kupimwa [AU](#)
- **Umetangamana kwa karibu** na mtu ambaye ana COVID-19



**Je, ninawezaje kupata huduma hizi?**

- **Kiongozi wa jamii yako, daktari, mtoa huduma ya afya, mfanyakazi wa kijamii, muuguzi wa shule, [AU](#) Maine CDC** wanaweza kukupendekezea usaidizi
- Kwa idhini yako, wanaweza kukupendekezea kwa kutuma barua pepe kwa [DHHS.covidsocialsupports@maine.gov](mailto:DHHS.covidsocialsupports@maine.gov) au kwa kujaza **fomu hii mtandaoni**

Wasiliana nasi kupitia barua pepe ya [@DHHS.covidsocialsupport@maine.gov](mailto:@DHHS.covidsocialsupport@maine.gov) au kupitia [fomu hii ya mtandaoni](#)

