



الإجراء لمصابه

الشخص لفينت أكدت صابت به بمرض كوفيد-19 (العزل)

- لازم للعزل لمدة 5 أيام غي أقل.
- فيمكن أن يثبت هي للعزل بعد اليوم الخامس إذا لم تظهر ألعراض أو أن هلتناشى
وكنت نتيج ءة ال اختبار للشخصي **يفضل** **ل من تصد (رلبي ءة**.
- إذا عذر ال اختبار أو اخترت عدم ال اختبار فمن أفضل للعزل حتى اليوم
العشر.
- في حالة وجود ل حمى ويهغي أنتستمر للعزلة الى أنتتالشى ل حمى لمدة التقل
عن 24 ساعة) دون للتخدام ال دوية لتتقلل من ال حمى، مثل
تيلينول (بيروفين).
- إذا كنت تلتشى ألعراض، استمر في التلقاهي للعزل حتى تتلتشى أو الى ملبعد
اليوم العشر.
- ارتدكمامة منلابة عد القتراب من ألخريين وتلك لمدة إجطي تتصلل عشرة
أيام، خص في ألمكن الغلقة. (نظر الى إرشادات ارتداء الكمامة أنامل مزيد
من ال ليومات)
- اتصل بمقدم الخدمة الطبية لمعرفة ما إذا كنت معرضاً لخطر الإصابة بمرض
كوفيد الشديد ومؤهلاً لتلقي علاجات مرض كوفيد. يمكنك معرفة المزيد على
[الموقع](https://covid-19.acgov.org/antibody-treatment)

إذا كنت **صابتك** بمرض كوفيد،
يهغي غيكي **لعزل** لغض للنظر عن
حالة اللقاح أو عدم وجود أعراض.

مالحظة:

تعكس المبادئ التوجيهية أعلاه أحدث التوصيات الصادرة عن مركز السيطرة على الأمراض والوقاية من الأمراض (CDC) ووزارة الصحة العامة في كاليفورنيا. CDPH وهي متوفرة لك كخيار، على الرغم من احتمال وجود خطر النقل بعد الأيام الخمسة. يظل العزل بعيداً عن الآخرين لمدة 10 أيام هو الخيار الأكثر أماناً.

إرشادات ارتداء الكمامة:

إن ارتداء كمامة مناسبة ضروري لحماية الآخرين خلال الأيام العشرة من بدء الإصابة. يمكنك معرفة المزيد من المعلومات حول كيفية الحصول على أقصى حماية من الكمامات على [الموقع](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Get-the-Most-out-of-Masking.aspx)

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Get-the-Most-out-of-Masking.aspx>



ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY
PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

Colleen Chawla – Agency Director
Kimi Watkins-Tartt – Director
Nicholas Moss, MD – Health Officer

Contact
Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line
COVID-19 Information:
(510) 268-2101
www.acphd.org



الموارد المالية

للمؤسسات	للمعلومات:	صل ب-
برنامج إغناء إيثا ج الأثناء من قبل د-19 في الخاضعين	تقديم التمهيدي لمساعدة الأسر المؤهلة للحصول على دخل في فندق الحجارة والمرفق ليسداد كل من الخسائر المتخلفة أو المستقبليّة.	1-833-430-2122 https://housing.ca.gov/covid_rr/program_overview.html#reenter
برنامج مساعدة إيثا ج افي حالات لطوارئ في مقاطعة ألميدا	مساعدة الأسر المؤهلة لدخول في دفع مبدئي إلى 15 شهرًا من إيثا ج والمرفق ليسداد كل من الخسائر المتخلفة أو المستقبليّة.	https://www.ac-housingsecure.org/
HELP) بنامج لمساعدة لائق افي حالات لطوارئ	يوفر المساعدة الطارئة لمرة واحدة لسكان مقاطعة ألميدا من خلال الشورد والتحق إلى سكن طئم.	510-259 2200 البريد الإلكتروني: HoEmLodgP@acgov.org التقدم، كمل هذا الطلب الإلكتروني
SSA لخدمات التمتع في مقاطعة ألميدا	يقدم برنامج المساعدة العامة (GA) والمساعدة التقنيّة المتكيفة (RCA)، وبرنامج المساعدة التقنيّة للمهاجرين (CAPI) (الإعانة والعم للمؤهلين).	510-263-2420 https://www.alamedasocialservices.org/public/services/financial_assistance/cash_assistance_program_for_immigrants.cfm
لعمريات الخيرية للتثقيف في شرق لثي ج	مساعدة الإيثا ج لسكان أو كالأند	510-768-3100; 510-860-4985 www.cceb.org
مستلم مشاركة	مساعدة للإيجار والفندق للعلات	510-272-3700; https://www.alamedacountysocialservices.org/our-services/Shelter-and-Housing/Other-Support/season-of-sharing
من دونك لطوارئ ألاجور لمرة واحدة	منظارة للعلمين للساعة	https://ofwemergencyfund.org/help
مجلس لوحدة	لمساعدة المقدم من EDD و CalFresh والمساعدة في مجال المرفق والسكن، والخدمات المتصلة بالوظائف. (التجارية والسببية ولغ المام)	510-535-6101 البريد الإلكتروني: admin@unitycouncil.org ; www.unitycouncil.org/career-center
Centro Legal (رازا) de la (Raza	مساعدة ليجار طارئة لسكان مقاطعة ألميدا والموارد الأخرى.	https://www.centrolegal.org/ 510-437-1554
مشروع صحتي لتي مستوى لشارع	لمساعدة معطلب وموارد إعلانات إيثا ج أثناء كوفيد- 19 (تيك القبول) (التجارية للسببية والجلي)	(510) 306-4835; http://streetlevelhealthproject.org/
مولد الإسكان	للمعلومات عن الوصول إلى المأوى لسكن الموقت السكن الطارئ الأثر في مقاطعة ألميدا	تصل على 211؛ http://211alamedacounty.org/
ي جي أند اي (PG&E)	لمساعدة في تمويل طارئة لمرة واحدة، وتبنيك الدفع والتعميمات للمراج الوصول	1-800-933-9677 خصص لبي جي أند اي (PG&E) (بنامج الرعية)
برنامج مساعدة لعملاء EBMUD	لمساعدة في تمويل طارئة لمرة واحدة	1-866-403-2683
زميل بيكتروم لعمامج (Spectrum)	لمساعدة في تمويل طارئة الكهبا للمراج (LIHEAP)	510-881-0300؛ 216 و 216 https://www.spectrumcs.org/



لموارد غذائية

الرقم	المعلومات	وصف
510-635-3663 (الثلاثاء - الجمعة من 9 ص إلى 4 م) مسؤول الطعام المحلي www.foodnow.net و www.comidaahora.net	سريبتك خطالمساعده جرد القالة أو وجة ساخت في فيس اليوم الذي يتصل في هالمساعده في نديم طلب Cal Fresh.	بنك لطع افهي قاطعة ألميدا
https://covid-19.acgov.org/covid19-assets/docs/food-housing-finance/food-access-resource-list-2021.06.21.pdf	قوائم ال موارد غذائية قبطي ذلك الوجبات المدرسية وساعات للحصول على خدمة عبر الإنترنت الوجوه وخدمات قوائم.	خدمات توزيع لطعام
1-800-422-9495 برنامج المساعده الغذائية (SNAP) https://www.mybenefitscalwin.org/	برنامج CalFresh هو برنامج مساعده غذائية تتطلب (SNAP) (يقدم المساعده لشراء الطعام الغذائية).	بون الميكل فريش للغذاء CalFresh

موارد لتأمين لصحي

الرقم	المعلومات	وصف
1-800-422-9495 https://www.mybenefitscalwin.org/ ; http://alamedasocialservices.org/public/index.cfm ;	Medi-Cal (لصحي) والبرامج الأخرى	مساعدة التسجيل لفيل لتأمين لصحي
510 297-0230 https://www.alamedahealthconsortium.org/health-center/ http://www.alamedahealthsystem.org/locations/	حدد مق عطييب أو عيادة صحي قويب منك	حدد مق عطييب أو عيادة صحي قويب منك

لدعم الأطفال بس تشارة:

الرقم	المعلومات	وصف
1-800-491-9099 من 8:30 لى 5:00 من الأثنين لى الجمعة	لوصول لصحة الأطفال قبي قاطعة لميدا	لوصول لصحة الأطفال قبي قاطعة لميدا
1-800-273-8255	خدمات دعم الأزمات في قاطعة ألميدا (24 ساعة)	خدمات دعم الأزمات في قاطعة ألميدا (24 ساعة)
1-800-829-3777	خطة مساعده لمساكنات ليلية (24 ساعة)	خطة مساعده لمساكنات ليلية (24 ساعة)



ALAMEDA COUNTY HEALTH CARE SERVICES AGENCY PUBLIC HEALTH DEPARTMENT

Colleen Chawla – Agency Director Kimi
Watkins-Tartt – Director Nicholas Moss, MD
– Health Officer

Contact
Public Health Department
Main Line 8000-267 (510)
COVID-19 Information:
2101-268 (510)
Email: ncov@acgov.org
www.acphd.org

Ver: 05-20-2021