

CORONAVIRUS/COVID-19

HELP & INFORMATION

المعلومات والمساعدة بشأن

فيروس كورونا المستجد / كوفيد-19

HAVE HEALTH QUESTIONS? CALL 1-833-4-ASK-ODH OR VISIT WWW.CORONAVIRUS.OHIO.GOV

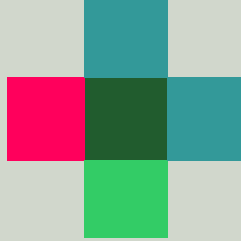
هل لديك أسئلة تتعلق بالصحة؟ اتصل على الرقم: 1-833-4-ASK-ODH أو تفضل بزيارة: WWW.CORONAVIRUS.OHIO.GOV

PROTECT YOURSELF, YOUR FAMILY & YOUR COMMUNITY FROM SICKNESS

COVID-19 is VERY contagious and spreads quickly from person to person.

Common symptoms include fever, cough and shortness of breath. Symptoms may appear 2-14 days after exposure.

Older adults and people with existing health conditions (high blood pressure, diabetes, COPD, heart disease and more) are at a higher risk for serious illness, but healthy people of any age can get very sick.



PREVENT SICKNESS & KEEP OTHERS SAFE

- ✓ Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds.
- ✓ Don't touch your face (eyes, nose and mouth).
- ✓ Avoid close contact with people who are sick.
- ✓ If you feel sick, stay away from others and do not leave your home unless you need to seek emergency medical care.
- ✓ If you are very sick and need to see a doctor, call your doctor before you leave your home to seek care. If you do not have a doctor, call your local emergency room before leaving home.

حماية نفسك وأسرتك ومجتمعك من المرض

فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) مُعدٍ للغاية وينتشر بسرعة من شخص لآخر.

تشمل الأعراض الشائعة الحمى (ارتفاع درجة الحرارة) والسعال (الكحة) وضيق النفس (النهجان). وقد تظهر الأعراض بعد يومين إلى 14 يوماً من التعرض.

إن كبار السن والأشخاص الذين لديهم حالات صحية (أمراض) موجودة (ارتفاع ضغط الدم، داء السكري، الانسداد الرئوي المزمن، أمراض القلب، وغيره الكثير) هم الأكثر عرضة للإصابة بأمراض خطيرة، ولكن الأشخاص الأصحاء بأي عمر يمكن أن يمرضوا بشدة.

الوقاية من المرض والحفاظ على سلامة الآخرين

- ✓ اغسل يديك بشكل متكرر بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل.
- ✓ لا تلمس وجهك (العينين والأنف والفم).
- ✓ تجنب التواصل عن قرب مع الأشخاص الذين يعانون من مرض.
- ✓ إذا شعرت بأنك مريض فابتعد عن الآخرين ولا تغادر منزلك إلا إذا كنت بحاجة للحصول على رعاية طبية طارئة.
- ✓ إذا كنت مريضاً جداً وتحتاج إلى زيارة طبيب اتصل بالطبيب المتابع لحالتك قبل أن تغادر منزلك للحصول على الرعاية. وإذا لم يكن هنالك طبيب يتابع حالتك فاتصل بقسم الطوارئ المحلي قبل مغادرة المنزل.

STATE OF OHIO "STAY AT HOME" ORDER

WHAT IT MEANS:

The Governor of Ohio has issued a "Stay at Home" order that everyone must follow until April 30. It is possible this order will last longer than April 30.

This means you should stay home unless you work at an essential business or need to get food or other essential supplies. You should not visit family or friends unless you need to travel to care for someone who is elderly, a child or dependent, or someone with a disability. If possible, you should drop off supplies, food, and medication to those relatives in need of assistance, but minimize interaction. If you feel sick, do not leave your home unless you need to get emergency medical care.

WHAT YOU CAN DO:

- » Go to the grocery store, pharmacy, or other supply pick-up locations.
- » Order takeout food from local restaurants that are open.
- » Walk or exercise outside, staying at least 6 feet away from other people.
- » Go to the laundromat.
- » Go to work if you are an "essential worker."
- » Seek essential medical care. Call your doctor or emergency room before leaving home.

أمر "البقاء في المنزل" لولاية أوهايو

ماذا يعني:

أصدر حاكم ولاية أوهايو أمر "البقاء في المنزل" الذي يجب على الجميع اتباعه حتى 30 أبريل/ نيسان. ومن الممكن أن يستمر هذا الأمر لفترة أطول من 30 أبريل/ نيسان.

هذا يعني أنه يجب عليك البقاء في المنزل إلا إذا كنت تعمل في وظيفة ضرورية أو تحتاج إلى الحصول على الطعام أو إمدادات أساسية أخرى. وينبغي عليك عدم زيارة العائلة أو الأصدقاء ما لم تكن بحاجة إلى الانتقال لرعاية شخص مسن أو طفل أو معال أو شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة. وإذا كان ذلك ممكناً، ينبغي أن تقوم بتوصيل الإمدادات والطعام والأدوية إلى الأقارب الذين يحتاجون إلى المساعدة، ولكن قلل من التفاعل إلى الحد الأدنى. وإذا شعرت بأنك مريض فلا تغادر منزلك إلا إذا كنت بحاجة للحصول على رعاية طبية طارئة.

ماذا يمكنك فعله:

- » الذهاب إلى متجر البقالة أو الصيدلية أو مواقع استلام الإمدادات الأخرى.
- » طلب الطعام الجاهز من المطاعم المحلية المفتوحة.
- » المشي أو ممارسة الرياضة في الخارج، مع البقاء على مسافة 6 أقدام على الأقل من الآخرين.
- » الذهاب إلى المغسلة.
- » الذهاب إلى العمل إذا كنت "عاملاً ضرورياً".
- » الحصول على الرعاية الطبية الأساسية. اتصل بالطبيب المتابع لحالتك أو قسم الطوارئ قبل مغادرة المنزل.

CORONAVIRUS/COVID-19 HELP & INFORMATION

HAVE HEALTH QUESTIONS? CALL 1-833-4-ASK-ODH OR VISIT WWW.CORONAVIRUS.OHIO.GOV

المساعدة والمعلومات بشأن فيروس كورونا المستجد / كوفيد-19

هل لديك أسئلة تتعلق بالصحة؟ اتصل على الرقم: 1-833-4-ASK-ODH أو تفضل بزيارة: WWW.CORONAVIRUS.OHIO.GOV

FIND HELP WITH:

إليك المساعدة بشأن:

FOOD

- » Cleveland Metropolitan School District offers free meals for children (18 years and under), even if they do not attend a CMSD school: <https://tinyurl.com/r23gy3a>
- » Greater Cleveland Food Bank at (216) 738-2067.
- » The Muslim community offers free grocery assistance. Contact (216) 532-1775 or Info.SmartDevelopmentInc@Gmail.com or complete a form at <https://tinyurl.com/tqdl24v>



الطعام

- » تقدم المنطقة التعليمية لمدينة كليفلاند وجبات مجانية للأطفال (من عمر 18 عامًا فما دونه)، حتى لو كانوا غير ملتحقين بمدرسة من مدارس المنطقة التعليمية: <https://tinyurl.com/r23gy3a>
- » بنك طعام كليفلاند الكبرى على الرقم: (216) 738-2067.
- » تقدم الجالية الإسلامية مساعدة مجانية بمواد البقالة. الرجاء التواصل على الرقم: (216) 532-1775 أو Info.SmartDevelopmentInc@Gmail.com أو استكمال نموذج (استمارة) على: <https://tinyurl.com/tqdl24v>

INTERNET ACCESS

- » Spectrum is offering free broadband and Wi-Fi access for 60 days to households with K-12 and/or college students who do not already have a Spectrum broadband subscription and at any service level up to 100 Mbps. Call (844) 488-8395.
- » Comcast is offering two free months of internet service to all qualified, low-income households. You may cancel at any time or continue the service at \$9.95 per month. Call (855) 846-8376 or internetessentials.com.

الاتصال بالإنترنت

- » Spectrum تقدم وصولاً مجانيًا للنطاق العريض والشبكة اللاسلكية (واي فاي) لمدة 60 يومًا للأسر التي لديها طالب بالروضة إلى الصف الثاني عشر و/ أو كلية، الذين ليس لديهم اشتراك في النطاق العريض من Spectrum بالفعل وفي أي مستوى خدمة حتى 100 ميجابت في الثانية. اتصل على: (844) 488-8395.
- » Comcast تقدم شهرين مجانيين من خدمة الإنترنت لجميع الأسر منخفضة الدخل المؤهلة. ويُمكنك الإلغاء في أي وقت أو الاستمرار في الخدمة بسعر 9.95 دولارًا شهريًا. اتصل على: (855) 846-8376 أو internetessentials.com. تفضل بزيارة:

HOUSING

Foreclosures and evictions are suspended in many communities. If you cannot afford your rent or mortgage due to COVID-19, call your landlord, mortgage company, or housing provider and see if they can help. Should you need further assistance please contact:



- » Spanish American Committee at (216) 961-2100
- » CHN Housing Partners at (216) 574-7100
- » Asian Services in Action, Inc. at (216) 881-0330
- » Smart Development Inc. at (216) 309-0833
- » Legal Aid Society of Cleveland at (216) 687-1900. *Language specific phone numbers are available at lascle.org/contact.*

الإسكان

تم تعليق عمليات الإغلاق بسبب الرهن العقاري والإخلاء في العديد من المجتمعات. وإذا كنت لا تستطيع تحمل أعباء الإيجار أو الرهن العقاري الخاص بك بسبب فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، فضلاً اتصل بمالك العقار أو شركة الرهن العقاري أو مقدم خدمات الإسكان لترى هل يمكنهم المساعدة. وإذا كنت بحاجة إلى المزيد من المساعدة، فيرجى الاتصال على:

- » اللجنة الأمريكية الإسبانية على الرقم: (216) 961-2100
- » CHN Housing Partners على الرقم: (216) 574-7100
- » Asian Services in Action, Inc. على الرقم: (216) 881-0330
- » Smart Development Inc. على الرقم: (216) 309-0833
- » جمعية المساعدة القانونية في كليفلاند على الرقم: (216) 687-1900. *تتوفر أرقام هواتف محددة اللغة على الموقع: lascle.org/contact.*

The City of Cleveland and State of Ohio have suspended water and power shut offs. Contact your utility provider if necessary:

- » Cleveland Water: 216-664-3130
- » Cleveland Public Power: 216-664-4600
- » First Energy/The Illuminating Company: 1-800-589-3103
- » Dominion Energy: 877-542-2630

علقت مدينة كليفلاند وولاية أوهايو انقطاع الكهرباء والمياه. اتصل بمزود خدمات المرافق إذا لزم الأمر:

- » Cleveland Water (مياه كليفلاند): 216-664-3130
- » Cleveland Public Power (كهرباء كليفلاند العامة): 216-664-4600
- » شركة First Energy/ The Illuminating Company: 1-800-589-3103
- » شركة Dominion Energy: 877-542-2630

If you are not safe in your home, call the Ohio Domestic Violence Hotline at 800-934-9840. If it is an emergency, call 9-1-1.

إذا لم تكن آمنًا في مسكنك، فاتصل بالخط الساخن للعنف المنزلي في أوهايو على الرقم: 800-934-9840. في حالة الطوارئ، اتصل بالرقم: 9-1-1.

UNEMPLOYMENT, BENEFITS & FINANCIAL READINESS

If an employer is not providing a safe space during the COVID-19 pandemic, first request corrective action and for the implementation of Governor DeWine's Safety Mandates.

If corrections are not made, contact your local Occupational Safety and Health Administration (OSHA) office and submit a complaint. OSHA has a whistleblower protection policy that prohibits employers from retaliating against workers for raising concerns about safety and health conditions.

» Cleveland Area Office: (216) 447-4194

File for state unemployment benefits by calling (877) 644-6562. Phone lines are open Monday through Friday (except holidays) 8am-5pm. Apply online any time at www.unemployment.ohio.gov.

For support applying contact: *(Language support in almost any language)*

- » Spanish American Committee at (216) 961-2100
- » Asian Services in Action at (216) 881-0330

Looking for employment? Greater Cleveland Partnership has an updated list of companies hiring: <https://tinyurl.com/qrvvh8h>

If you have been affected by the COVID-19 pandemic (lost wages if you can't go to work, extra childcare costs due to school closures, or medical costs), you can apply for an emergency, interest-free loan for up to \$1,200 from HFLA of Northeast Ohio. Call 216-378-9042 to apply for a loan.

Community Financial Centers provide financial coaching and can support individuals and families in making sound financial decisions. To schedule an appointment please call (216) 453-1445.

CHILDCARE

If your job is considered essential and requires childcare, specially licensed childcare facilities are open. Please visit <https://tinyurl.com/rac8gg5> or Cuyahoga Department of Job and Family Services (216) 987-8433.

SMALL BUSINESS RELIEF

Small businesses and nonprofits in Ohio that have been affected by the pandemic can apply for emergency loans from the U.S. Small Business Association. Call 1-800-659-2955 or visit www.SBA.gov/Disaster for more information. For support applying please contact:

- » Hispanic Business Center at (216) 281-4422
- » Metro West Community Development: Kristyn Zollos at KZollos@metrowestcle.org or (216) 961-9073
- » Asian Services in Action: Susan Wong at susan.wong@asiaohio.org or (216) 881-0330 ext 8820
- » Economic & Community Development Institute (ECDI) at (216) 912-5655

البطالة والإعانات & الاستعداد المالي

إذا كان صاحب العمل لا يوفر مساحة آمنة خلال جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، فاطلب أولاً إجراءً تصحيحياً وتنفيذ الأوامر الرسمية بشأن السلامة للحاكم ديواين.

إذا لم يُتخذ إجراء تصحيحي، فاتصل بمكتب إدارة السلامة والصحة المهنية (OSHA) المحلي وقدم شكوى. قلدى هذه الإدارة سياسة حماية للمبلّغين عن المخالفات تحظر على أصحاب العمل الانتقام من العمال للتعبير عن شواغل بشأن ظروف السلامة والصحة.

« مكتب منطقة كليفلاند: (216) 447-4194

قدّم طلباً للحصول على إعانات الولاية بسبب البطالة عن طريق الاتصال بالرقم: (877) 644-6562. وخطوط الهاتف مفتوحة من الإثنين إلى الجمعة (باستثناء العطلات الرسمية) من الساعة 8 صباحاً حتى 5 مساءً. تقدم بطلبك عبر الإنترنت في أي وقت على: www.unemployment.ohio.gov.

للتقدّم للحصول على الدعم، اتصل على: (هناك دعم لغة بكل اللغات تقريباً)

« اللجنة الأمريكية الإسبانية على الرقم: (216) 961-2100

« Asian Services in Action على الرقم: (216) 881-0330

هل تبحث عن وظيفة؟ لدى شراكة كليفلاند الكبرى قائمة محدّثة للشركات التي تقوم بالتوظيف: <https://tinyurl.com/qrvvh8h>

إذا كنت قد تأثرت بجائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (فقدان الراتب إذا لم تتمكن من الذهاب إلى العمل، أو تكاليف رعاية أطفال إضافية بسبب إغلاق المدارس، أو التكاليف الطبية)، يُمكنك التقدّم بطلب للحصول على قرض طارئ بدون فائدة يصل إلى 1200 دولار من الجمعية العبرية للقروض بدون فوائد (HFLA) في شمال شرق ولاية أوهايو. اتصل بالرقم: (216) 378-9042. للتقدّم للحصول على قرض.

توفر المراكز المالية المجتمعية التوجيه والإرشاد المالي ويمكنها دعم الأفراد والأسر في اتخاذ قرارات مالية سليمة لتحديد موعد، يُرجى الاتصال على الرقم: (216) 453-1445

رعاية الأطفال

إذا كانت وظيفتك تعتبر ضرورية وتتطلب رعاية أطفال، فإن مرافق رعاية الأطفال ذات الترخيص الخاص مفتوحة فُرجى زيارة: <https://tinyurl.com/rac8gg5> أو الاتصال بإدارة مقاطعة كاياهوغا لخدمات العمل والأسرة: (216) 987-8433.

الإعانة للأعمال التجارية الصغيرة

يمكن للأعمال التجارية الصغيرة والمنظمات غير الربحية في أوهايو التي تأثرت بالجائحة التقدم بطلب للحصول على قروض طارئة من الجمعية الأمريكية للأعمال التجارية الصغيرة. اتصل على: 1-800-659-2955 أو تفضل بزيارة: www.SBA.gov/Disaster للحصول على المزيد من المعلومات. وللتقدّم للحصول على الدعم، الرجاء الاتصال على:

« مركز الأعمال الإسباني على الرقم: (216) 281-4422

« تنمية مجتمع مترو ويست: كريستين زولوس على العنوان: KZollos@metrowestcle.org أو الرقم: (216) 961-9073

« Asian Services in Action: سوزان وونج على العنوان: susan.wong@asiaohio.org أو الرقم: (216) 881-0330 داخلي 8820

« معهد تنمية الاقتصاد والمجتمع (ECDI) على الرقم: (216) 912-5655

To find additional food, job, housing, childcare and financial resources, call United Way 2-1-1 HelpLink. 2-1-1 is available 24/7 and they offer help in many different languages.

Please note that many people are calling 2-1-1 right now, so you may need to stay on hold or request a call back; they suggest calling between 8 a.m. and 5 p.m. for shorter wait times.

للعثور على المزيد من المواد الغذائية والوظائف والسكن ورعاية الأطفال والموارد المالية، فضلاً اتصل بخط مساعدة United Way على: 2-1-1. وخط 2-1-1 متاح 24 ساعة يومياً على مدار الأسبوع (7/24) ويقدم المساعدة بالعديد من اللغات المختلفة.

الرجاء ملاحظة أن العديد من الأشخاص يتصلون بخط 2-1-1 في الوقت الحالي، لذلك قد تحتاج إلى الانتظار على الخط أو يُمكنك طلب معاودة الاتصال؛ وهم يقترحون الاتصال بين الساعة 8 صباحاً و 5 مساءً لأوقات انتظار أقصر.



VOTE & TAKE THE CENSUS

Questions? Call the census hotline at **844-2020-API** for support in English & other languages.

OHIO VOTES: Don't Lose Your Voice, VOTE!

The Ohio General Assembly has put in place a plan that will allow all Ohioans to continue voting by mail until April 28.

- » No in-person voting at polling locations.
- » Only those registered to vote by the primary deadline of February 18, 2020 are eligible to vote.
- » Absentee Ballot Request Deadline: Noon, Saturday, April 25, 2020.
- » Ballots must be postmarked by: Monday, April 27, 2020.
- » All votes already submitted by mail or in-person will be counted.

Request a vote-by-mail application online at www.boe.cuyahogacounty.us or via phone at 216-443-VOTE (8683).

OHIO COUNTS: The 2020 Census is Here!

The census is a count of people living in the country that occurs every 10 years in the United States regardless of citizenship or immigration status. Most importantly, the census is used to distribute billions in federal funds to local communities like yours. **Responding to the census is quick and simple:**

- » **You can respond online.** The Census Bureau will send you instructions in mid-March 2020. Go to the official census website, enter your household ID, and then answer the questions.
- » **You can respond by phone.** Call the Census Bureau to answer the census by phone and ask questions about the census.
- » **You can respond by mail.** The Census Bureau will mail you a paper questionnaire that you can fill out and return by mail.

For more information visit www.ohiocensus.org.

أعط صوتك مع شارك في التعداد

هل لديك أسئلة؟ يُرجى الاتصال بالخط الساخن للتعداد السكاني على الرقم **844-2020-API** للدعم باللغة الإنجليزية ولغات أخرى.

أصوات أوهايو: لا تفقد صوتك، هلم إلى التصويت!

وضعت الجمعية العامة لولاية أوهايو خطة لتتيح لجميع سكان ولاية أوهايو بمواصلة التصويت عبر البريد حتى 28 أبريل/ نيسان.

- » لا يوجد تصويت شخصي في مواقع الاقتراع.
- » فقط المسجلون في سجل الناخبين بحلول الموعد النهائي الأساسي في 18 فبراير/ شباط 2020 هم المؤهلون للتصويت.
- » الموعد النهائي لطلب الاقتراع الغيابي: ظهر السبت، 25 أبريل/ نيسان 2020.
- » يجب ختم بطاقات الاقتراع بختم البريد بحلول: الإثنين، 27 أبريل/ نيسان 2020.
- » سيتم احتساب جميع الأصوات التي تم إرسالها فعليًا عبر البريد أو الإدلاء بها شخصيًا.

اطلب طلب التصويت عبر البريد، عبر الإنترنت على www.boe.cuyahogacounty.us أو عبر الهاتف على الرقم: 216-443-VOTE (8683).

تعداد ولاية أوهايو: حان موعد تعداد 2020!

التعداد هو إحصاء عدد السكان الذين يعيشون في بلد من البلدان، وهو يحدث كل 10 سنوات في الولايات المتحدة الأمريكية، بغض النظر عن الجنسية أو حالة الهجرة والأمير الأكثر أهمية هو أن التعداد يُستخدم لتوزيع المليارات من الأموال الحكومية الفيدرالية على المجتمعات المحلية مثل مجتمعك والاستجابة لعملية التعداد سريعة وبسيطة:

- » يمكنك الاستجابة على الإنترنت. سيرسل لك مكتب التعداد السكاني إرشادات في منتصف مارس/ آذار 2020. الرجاء زيارة موقع الويب الرسمي للتعداد السكاني، وإدخال معرف هوية الأسرة، ثم أجب عن الأسئلة.
 - » يمكنك الاستجابة عبر الهاتف. اتصل بمكتب التعداد السكاني للإجابة عن أسئلة التعداد عن طريق الهاتف وطرح الأسئلة حول التعداد.
 - » يمكنك الاستجابة عبر البريد. سوف يرسل لك مكتب التعداد السكاني استبيانًا ورقيًا عبر البريد يمكنك استكماله وإعادة بالبريد.
- للحصول على المزيد من المعلومات، يُرجى زيارة: www.ohiocensus.org.

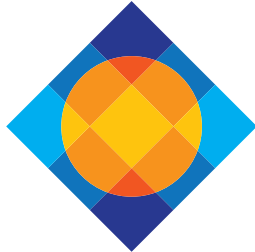
216) 579-9660 (216) 579-9660: رقم الهاتف الوطني للتعداد السكاني. الرجاء زيارة موقع الويب الرسمي للتعداد السكاني، وإدخال معرف هوية الأسرة، ثم أجب عن الأسئلة.

التعداد السكاني هو إحصاء عدد السكان الذين يعيشون في بلد من البلدان، وهو يحدث كل 10 سنوات في الولايات المتحدة الأمريكية، بغض النظر عن الجنسية أو حالة الهجرة والأمير الأكثر أهمية هو أن التعداد يُستخدم لتوزيع المليارات من الأموال الحكومية الفيدرالية على المجتمعات المحلية مثل مجتمعك والاستجابة لعملية التعداد سريعة وبسيطة:

ابق صافًا واجدًا التمييز

Speak out against and report any hate incidents if you see them. Incidents can be reported to the police and to the Anti-Defamation League at (216) 579-9600.

We stand in social solidarity against hate, xenophobia, and racial targeting of ethnic Chinese and Asian Americans due to harmful stereotyping about COVID-19. The false belief that individuals are contagious because they are ethnic Chinese or Asian American is resulting in harassment, assault, and destruction of property against Asian Americans. We condemn these cowardly actions by perpetrators, and they will not be tolerated.



STAND TOGETHER AGAINST DISCRIMINATION

Address Block
12345 Street Drive
Place, ST 22222

