

# (O le a lau mea e fai pe afai sa e ono fesaga'i ma se isi ua COVID-19.

## Tuufaatasiga o Suiga ia Novema 15, 2021

- Faamatalaga toe teuteuina i auala e fesaga'i ai le tagata ma le COVID-19.
- Ta'iala toe teuteuina o su'ega, ufi fofoga, ma kuarenitini mo i latou e fesaga'i lalata ae le'i atoatoa ona tuipuiipua ma e leai ni auga
- Ta'iala toe teuteuina o su'ega, ufi fofoga, ma kuarenitini mo i latou ua atoatoa ona tuipuiipua ma e leai ni auga
- Ta'iala faapoopo mo tagata na maua i su'ega ua COVID-19 i le 90 aso ua tuana'i ma ua toe manuia a e leai ni auga
- Ta'iala toe teuteuina mo tagata fesoota'i lalata ua iai auga

## Folasaga

Afai na e fesaga'i ma le COVID-19, pe manatu na e ono pesia, e mafai ona e fesoasoani e puipui le pipisi o le vairusi i isi olou aiga ma le komiuniti. Faamolemole mulimuli i ta'iala i lalo ifo. E tatau ona mulimuli tamaiti ma tagata faigaluega i a'oga K-12 i [aiaiga o le K-12](#).

## Na faapefea ona ou fesaga'i ma le COVID-19?

O le vairusi e mafua ai le COVID-19 e masani ona pipisi i le va o tagata e fesoota'i lalata le isi ma le tasi (i totonu o le 6 futu, poo le lua gafa le umi). E mafai e le tagata ua inifetia ona [faapipisi le vairusi](#) i nai matāfaua ninii, e pei o ia e maua i [fana faapasī](#), i taimi o loo inifetia; e mafai ona faapipisi e tagata ua COVID-19 i isi tagata ma faatupu auga (poo le 2 aso ae le'i oo i le aso e maua ai i su'ega pe afai e le'i iai ni auga) e oo i le 10 aso talu ona tupu a'e auga (poo le 10 aso talu le aso na maua ai i su'ega pe afai e le'i maua ni auga). E aupito pesia soo tagata i se tagata o lona aiga poo le fesoota'i lalata ma se isi tagata. O le fesoota'i lalata o lona uiga sa e i totonu o le 6 futu mai se isi ua COVID-19 mo se 15 minute tuufaatasi pe sili atu i totonu o le 24 itula. O nisi tagata e maua le COVID-19 e aunoa ma le iloa pe na faapefea ona fesaga'i.

## Auai i se faatalanoaga a le soifua maloloina lautele

Afai e ta'u e se isi ua COVID-19 i le soifua maloloina lautele sa lata mai nei ona lua fesoota'i lalata, e ono faafesoota'i atu oe e le soifua maloloina lautele i se tesi poo se valaau i le telefoni. E fesoasoani atu se tagata faatalanoa ia e malamalama i le mea e tatau ona fai ma fesoasoani o loo avanoa. E lē ta'uina atu e le tagata faatalanoa poo ai na avatua lou igoa. Afai e te ma'i mulimuli ane, o le a fesili atu ia te oe i igoa ma faamatalaga fesoota'i o nisi sa tou fesoota'i lalata talu ai nei ina ia faailoa i ai e uiga i le ono pesia. Latou te lē faasoaina lou igoa i e sa tou fesoota'i lalata.

## Auga o le COVID-19

[O auga](#) o le COVID-19 e iai le fiva poo le faamaalili, tale, puupuu le manava, 'ivā, tiga musele ma le tino, tiga le ulu, tiga le faa'i, mamafa pe tafe le isu, faafaufau pe pua'i, manava tatā, ma ua fou le leai o se tofo pe sosogi. E le o maua uma i lenei lisi auga uma e mafai ona iai.

## Sa ma fesoota'i lalata ma se isi ua maua i su'ega le COVID-19 ae ou te le o ma'i. O le a sa'u mea e fai?

### Pe Afai e Le'i Atoatoa Ona Tuipuihua o A'u

E tatau ona fai sau su'ega o le SARS-CoV-2 (le vairusi e mafua ai le COVID-19 ma kuarenitini i le aiga e vavaeese ai mai isi. Afai na mamā lau su'ega muamua, e tatau ona toe fai sau su'ega i le 5-7 aso talu lau fesoota'iga mulimuli ma le tagata ua COVID-19 ma faaaauau lau kuarenitini. Faaaoga se ufi fofoga pe afai e tatau ona e iai faatasi ma nisi tagata i totonu poo fafo o lou fale. Mata'i ni auga i le 14 aso talu lau fesoota'iga mulimuli, ma pe afai e iai ni ou [auga o le COVID-19, fai sau su'ega](#) (na'o le Igilisi) ma mulimuli i laasaga i lalo o le [Sa ma fesoota'i lalata ma se isi sa maua i su'ega ua COVID-19 ma o lea ua ou ma'i. O le a la'u mea e fai?](#).

O fautuaga o le taimi nei mo le kuarenitini e iai le nofo i le kuarenitini mo le 14 aso talu mai lau fesoota'iga mulimuli. Mo i latou e maualuga le tulaga e ono lamatia ai poo nisi o vaega e **tatau** ona faaaogaina le filifiliga o le faanofo'esea mo le 14 aso:

- Tagata o loo faigaluega poo taofia i totonu o potu mo ma'i tigaina poo fale mo le vaaiga o soifua maloloina mo se taimi umi.
- Tagata o loo faigaluega pe nonofo i totonu o fale puipui.
- Tagata o loo faigaluega pe nonofo i se malutaga poo ni nofoaga mo se taimi lē tumau.
- Tagata o loo nonofo i totonu o fale faalaua'itele e pei o fale moe, poo fale moe mo tama ma fale moe o sosaiete.
- Tagata e galulue i totonu o fale faigaluega e tumutumu ma faigata ai ona faamamao mai isi, e pei o le faleteuoloa poo fale e gaosiina ai oloa.
- Tagata e faigaluega i luga o vaa fagota poo vaa e gaosi ai meaai sami.

Afai e le mafaia lea, nofo pea i le kuarenitini mo le 10 aso talu lau fesoota'iga mulimuli. A fai ua maua oe i ni auga o le COVID-19 i totonu o le 10 aso, faaaauau lou kuarenitini mo le 14 aso ma toe fai se isi au su'ega. **Faaaauau pea ona mata'ituina auga seia oo i le aso 14.**

E mafai ona faamuta le kuarenitini i le 7 aso e amata mai i lau fesoota'iga mulimuli *afai* ua leai ni ou auga *ma* ua maua i'uga o lau su'ega ua mamā (fai sau su'ega ae aua ne'i faia i luma mai o le 48 itula ae le'i faaumaina le kuarenitini.) *E faalagolago lea i le avanoa o punaoa e faatinoina ai su'esu'ega.* **Faaaauau pea ona mata'ituina auga seia oo i le aso 14.**

Fesili i le pule'aga faalotoifale o le soifua maloloina e te iloa ai le filifiliga sili mo le tulaga faapitoa mo oe.

### Pe Afai Ua Atoatoa Ona Tuipuihua Oe

E tatau tagata ua atoa o latou tuipuihua faatulagaina pe a:

- 2 vaiaso talu ona mae'a ona fai o latou tuipuihua i le tui lea e faa 2 ona faasolo e pei o tuipuihua o le Pfizer poo le Moderna, poo le
- 2 vaiaso talu ona mae'a le tuipuihua e tasi le tuiga, e iai le tuipuihua Johnson & Johnson's Janssen.

Afai e le'i atoa se 2 vaiaso talu le tuiga mulimuli, poo mana'omia pea se tuiga lona lua, e LE'i atoa lona puipuihua. Tausi pea [aiaiga mo le puipuihua](#) se'i oo ina tuipuihua atoatoa. O tuipuihua o le COVID-19 e tatau ona iai se faatagaga mo le faaaogaina i tulaga faafuasei, laiseneina, pe faamaonia e le Food and Drug Administration (FDA, Ofisa mo le Vaaiga o Meataumafa ma Fualaa); pe lisiina mo le faaaogaina i tulaga faanatinati pe faamaonia e le World Health Organization (WHO, Faalapotopotoga o le Soifua Maloloina o le Lalolagi).

O tagata ua atoa tuipuihua e le mana'omia se kuarenitini pe a fesoota'i lalata ma se isi ua maua i le COVID-19, ae tatau ona fai se su'ega o le SARS-CoV-2 (le vairusi e mafua ai le COVID-19) i le 5-7 aso talu

le fesoota'iga mulimuli ma le tagata ua COVID-19, mata'i ni auga i le 14 aso talu mai lau fesoota'iga mulimuli, ma faaoga se ufi fofoga i nofoaga faitele i totonu o fale se'i oo ina maua se i'uga mamā o le SARS-CoV-2 poo le 14 aso talu mai le taimi mulimuli o le fesoota'iga pe afai e le'i faia se su'ega. Afai e tupu a'e ni auga, [fai se su'ega](#) (na'o le Igilisi) ma mulimuli i laasaga i lalo o le [Sa ma fesoota'i lalata ma se isi sa maua i su'ega ua COVID-19 ma o lea ua ou ma'i. O le a la'u mea e fai?](#). O tagata fesoota'i lalata ua tuipuihua atoa ma e nonofo i nofoaga e maualuga le lamatia (pei o nofoaga o to'ese ma nofoaga o tausiga faaumiumi) e fautuaina e kuarenitini ma mulimuli i soo se ta'iala a le Department of Health (DOH, Matagaluega Soifua Maloloina) faapatino i nofoaga poo fautuaga a le pule'aga soifua maloloina faalotoifale. E mafai ona faaoga le manatu o le Pule'aga Soifua Maloloina Faalotoifale (local health jurisdictions), e faavae i fetuuna'iga e pei o le pulea o le pepesi malosi, nonofo putuputu, ma aiaiga mo le puipuihua o loo iai, e faamāmā pe faalautele i luga o lenei fautuaga.

### **Afai na maua oe i su'ega o le COVID-19 i le 90 aso ua tuana'i ma ua toe malosi ae le'i fesoota'i lalata ma se isi ua COVID-19.**

Afai na maua oe i se su'ega o le COVID-19 i le 90 aso ua tuana'i ma ua toe malosi ae le'i fesoota'i lalata ma se isi ua COVID-19, e le mana'omia sau kuarenitini, ae tatau ona fai sau su'ega o le COVID-19 i se su'ega antigen i le 5-7 aso ina ua mavae lau fesoota'iga mulimuli ma le tagata ua COVID-19. E tatau ona mata'i ni auga i le 14 aso talu lau fesoota'iga mulimuli ma faaoga se ufi fofoga i nofoaga faitele i totonu o fale se'i oo ina maua se i'uga ua mamā i le su'ega antigen o le SARS-CoV-2 poo le 14 aso talu le fesoota'iga mulimuli pe afai e le'i faia sau su'ega. Afai e alia'e ni auga, talanoa i se tausi soifua faafoma'i. O tagata fesoota'i lalata ua toe malosi mai le COVID-19 i le 90 aso ua tuana'i ma o loo i nofoaga e maualuga le lamatia (pei o falepuipui) e fautuaina e kuarenitini ma mulimuli i soo se ta'iala a le DOH e patino i nofoaga poo fautuaga a le LHJ. E mafai ona faaoga le manatu o le Local health jurisdictions, e faavae i fetuuna'iga e pei o le pulea o le pepesi malosi, nonofo putuputu, ma aiaiga mo le puipuihua o loo iai, e faamāmā pe faalautele i luga o lenei fautuaga.

### **Sa ma fesoota'i lalata ma se isi ua maua i su'ega le COVID-19 ma ua ou ma'i. O le a sa'u mea e fai?**

Afai na e fesaga'i ma le COVID-19 ma ua alia'e ou [auga](#) (tusa poo nai auga laiti), e tatau ona e nofo i le fale ma faamamao mai i isi ma fai sau su'ega o le SARS-CoV-2 (le vairusi e mafua ai le COVID-19), e le afaina ai le tulaga o le tuipuihua. Faafesoota'i lau fai tausiga faafoma'i mo se su'ega. Faailoa iai o oe sa iai se lua fesoota'iga ma se isi o loo maua i le COVID-19 ma ua avea lea ma mea ua e ma'i ai foi. Afai e mamā lau su'ega o le antigen, e ono fautua atu lau tausi soifua faafoma'i e fai se su'ega o le toe faamautu. Afai o e faaogaina se [su'ega fai lava e oe](#), mulimuli i faatonuga i lau masini fai su'ega antigen e fai lava e oe. Faaoga se ufi fofoga pe afai e tatau ona e iai faatasi ma nisi tagata i totonu poo fafo o lou fale. E tatau foi ona faaoga ufi fofoga poo se alāsavili e isi tagata i fafo atu o lou aiga pe afai e tatau ona e faatasi ma i latou. A faateteleina auga po ua amata ona e faalogoina nisi auga fou, faafesoota'i lau tausi soifua maloloina.

**Afai e leai se fai tausiga faafoma'i a se tasi:** E tele nofoaga e fai fua pe taugofie ai su'ega, e le afaina ai le tulaga tau femalagaa'iga. Taga'i i le [FMS \(FAQ\) a le Department of Health's Testing \(Matagaluega Soifua Maloloina\)](#) (na'o le Igilisi) pe valaau le [Laina Ola - WA State COVID-19 Information Hotline](#) (na'o le Igilisi).

I'uga o su'ega ina ua amata auga	Ua tuipuipua atoa le tagata sa fesoota'i lalata po ua maua i su'ega o le COVID-19 ma ua toe malosi i le 90 aso talu ai nei	E le'i tuipuipua atoa le sa fesoota'i lalata
Ua maua pe le'i faia se su'ega	Nofo i le fale se'i: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atoa le 10 aso talu ona aliali muamua auga, <b>MA</b></li> <li>• Leai sou fiva i le 24 itula na se'i mavae atu e aunoa ma le faaaogaina o se vailaau o le fiva, <b>MA</b></li> <li>• O ou <a href="#">auga</a> ua iloga ona toe foi i le lelei.</li> </ul>	Nofo i le fale se'i: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atoa le 10 aso talu ona aliali muamua auga, <b>MA</b></li> <li>• Leai sou fiva i le 24 itula na se'i mavae atu e aunoa ma le faaaogaina o se vailaau o le fiva, <b>MA</b></li> <li>• O ou <a href="#">auga</a> ua iloga ona toe foi i le lelei.</li> </ul>
Ua mamā	Nofo i le fale se'i: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leai sou fiva i le 24 itula na se'i mavae atu e aunoa ma le faaaogaina o se vailaau o le fiva, <b>MA</b></li> <li>• O ou <a href="#">auga</a> ua iloga ona toe foi i le lelei.</li> </ul> <p>O tagata fesoota'i lalata e nonofo i nofoaga e maualuga le lamatia (pei o nofoaga o to'ese) e fautuaina e kuarenitini ma mulimuli i soo se ta'iala a le DOH faapatino i nofoaga poo fautuaga pule'aga soifua maloloina faalotoifale.</p>	Toe faaauau le kuarenitini (taga'i <a href="#">Sa ma fesoota'i lalata ma se isi ua maua i su'ega le COVID-19 ae ou te le ma'i. O le a la'u mea a fai?</a> ).

E maua isi ta'iala mo [tagata ua maua i su'ega le COVID-19](#).

### Mata'itu auga.

Ia vave sa'ili se tausiga faafoma'i pe a faatetele ou auga. Ae le'i faia sou tausiga, valaau lau fai tausiga faafoma'i ma ta'u i ai ua iai ou auga o le COVID-19. Fai sau ufi fofoga ae te le'i ulufale i le nofoaga o tausiga faafoma'i e puipui ai isi i le potu faatali ma potu su'esu'e.

Afai e iai se tulaga faafuase'i tau foma'i ma mana'omia le vili o le 911, ta'u i le au tali valaau ua iai ou auga o le COVID-19. Afai e mafai, fai se ufi fofoga ae le'i taunuu atu auaunaga tulaga faafuase'i.

### O le a sa'u mea e fai e taofi ai le pipisi o le faama'i i lo'u aiga ma isi tagata o le komiuniti?

- **Nofo i le fale, se'i vagana le alu i le tausiga faafoma'i.**
  - Aua e te alu i le galuega, a'oga, poo nofoaga faitele. Alo ese mai le faaaoga o ala o feoa'iga lautele, taxi, poo le ti'eti'e faatasi i taavale. Fai i nisi e fai au faatau pe faaaoga auaunaga tiliva faatau.

- Valaau ae te le'i alu i le fai tausiga faafoma'i ma ta'u i ai ua e COVID-19 po o loo iloilo fuafua oe i le COVID-19. Fai se ufi fofoga ae te le'i ulufale i le nofoaga. O nei laasaga e fesoasoani e puipui tagata i le ofisa poo le potu faatali ne'i mama'i.
- **Vavaeese oe mai isi tagata o le aiga ma manu.**
  - I le tele e mafai ai, nofo i se potu faapitoa ma vavaeese mai isi tagata.
  - Faaaoga se fale ta'ele vavae ese, pe a iai.
  - Fai se ufi fofoga pe a tou faatasitasi ma nisi tagata. Afai e le mafai ona fai o sau ufi fofoga, e tatau ona faaaoga e isi tagata ufi fofoga poo alāsavili pe a ulu mai i lou potu.  
O le ufi fofoga ie o soo se mea e ufi atoa ai lou gutu ma le isu, ma e fetau lelei i itu e lua o ou foliga ma lalo o lou auvae. E tatau ona su'i i se ie fālō lelei faasautualua pe faamafiafia atili ma iai ni nonoa poo fusi e taamilo i le ulu poo tuātaliga. E mafai ona faaaoga se tali foliga ma se vaega faatautau e tagata e iai faaletonu i le tupu a'e, amioga, poo nisi tulaga tau soifua maloloina e taofia ai mai le faaaogaina o ufi fofoga ie.
  - O ta'iala mai le Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Nofoaga Tutotonu e Pulea ma Puipua Faama'i) [e fautuaina ai faiga](#) e faalelei atili ai le fetau o ufi fofoga ia aoga tele e faatuai le pipisi o le COVID-19. O nei faiga e aofia ai le faaaoga o ufi fofoga ie i fafo o le ufi fofoga o galuega faafoma'i, faapona o ufi taliga o se ufi fofoga i galuega faafoma'i, faaaoga se faaofi ufi fofoga, poo le faaaoga o se nailoni i luga o le ufi fofoga. I le ma lenei, e le fautuaina e le DOH le faaaoga o ufi fofoga faatasi ma alāsavili poo fusi faamata pulepule o le ulu ma fusi e taofi ai. (E lelei le faaaoga o alāsavili poo mānavaga pe a faaaoga e tusa ma ta'iala lolomia e le DOH (Matagaluega Soifua Maloloina) ma le [L&I](#) (Leipa & Galuega) (na'o le Igilisi).)
  - Faagata le fesoota'i ma fagafao poo isi manu a'o e ma'i. Afai e mafai, fai i se isi lou aiga e na te tausia au manu. Afai e tatau ona e tausia lau fagafao, fufulu ou lima ae te le'i tago i fagafao poo le mae'a ai ma fai se ufi fofoga, pe a mafai. Taga'i i le [COVID-19 ma Manu](#) mo nisi faamatalaga.
  - Aua ne'i faaaogaina faatasi ma se isi poo fagafao au mea patino, e aofia ai ipu mafolafola, ipu inu, iputī, sipuni ma tui, solo, poo ie afu ma ie moega.
- **Tausi le 6 futu o le va** ma isi i taimi uma, tusa poo faaaoga se ufi fofoga.
- **Fufulu soo ou lima.** Fufulu lima i le moli ma le vai mo se 20 sekone pe sili a'e. Afai e le o iai se moli ma se vai, faaaoga se sanitaisa faaalikaholi e le itiiti ifo i le 60% le alikaholi. Aua e te tago i ou foliga ma lima e le'i fufuluina.
- **Ufi lou tale ma le mafatua.** Tia'i pepa solo na faaaoga ma fufulu ou lima
- **Faamamā soo mafolafola "tagofia soo" ia tasi i le aso pe faisoo pe afai ua tatau ai,** pei o counters, laulau, 'au o faitoto'a, o mea i totonu o faleta'ele, fale lē ta'ua, telefoni, laupapa o komepiuta, tablets, ma laulau i autafa o moega. Faaaoga se fana faamamā fale poo le soloi ma mulimuli i faatonuga i le leipo.

## O le a le eseese o le faanofosea ma le kuarenitini?

- **Faanofosea** o lau gaoioiga lena e fai pe afai ua iai ni ou auga COVID-19, po o faatali ni i'uga o su'ega, po ua maua oe i su'ega o le COVID-19. Faanofosea o lona uiga e te nofo i le fale ma vavaeese mai isi tagata (aofia ai tagata o lou aiga) mo le [taimi atoa](#) fautuaina e 'alo ese ai ma le faapipisi atu i isi.
- **Kuarenitini** o lau mea lena e fai pe afai na e fesaga'i ma le COVID-19. Kuarenitini o lona uiga e te nofo i le fale ma vavaeese mai isi tagata mo le [taimi atoa](#) fautuaina ne'i e inifetia ma ua mafai ona pipisi atu i nisi. E i'u ina ave le kuarenitini ma faanofosea pe afai e toe maua ane oe i su'ega ma alia'i ni ou auga o le COVID-19.

## O Faamatalaga ma Puna'oa Faaopoopo o le COVID-19

Ia maua tala aupito lata mai i le [tulaga o le COVID-19 i Uosigitone](#), [poloa'iga a Kovana Inslee](#), [auga](#) (na'o le Igilisi), [pe faapefea ona pipisi](#) (na'o le Igilisi), ma le [pe faapefea ma o afea e fai ai su'ega a tagata](#) (na'o le Igilisi). Taga'i i la matou [Fesili e Masani ona Maua](#) (na'o le Igilisi) mo nisi faamatalaga faaopoopo.

O le lanu o le tagata/ituaiga o tagata poo le atunuu o se tagata e lē avea ma se tulaga e sili atu le lamatiaga o le COVID-19. Aepeita'i, ua aliali i faamaumauga e le o tutusa le afaina o komiuniti o tagata lanu i le COVID-19. E mafua lea ona o aafiaga i le faailoga lanu, ae faapitua i le faailoga lanu faatulagaina, e laitiiti avanoa o nisi vaega o tagata e puipui ai latou ma o latou komiuniti. [E lē aoga le faamāsiasi o tagata e faafetaui ai le faama'i](#) (na'o le Igilisi). Faasoa na'o faamatalaga sa'o e taofi ai tala faalogo ma tala lē sa'o mai le faasalalau solo.

- [WA State Department of Health 2019 Novel Coronavirus Outbreak \(Matagaluega Soifua Maloloina Setete Uosigitone Vairusi Korona\) \(COVID-19\)](#) (na'o le Igilisi)
- [O le Tali Atu a le Setete o WA i le Vairusi Korona: \(COVID-19\)](#)
- [Saili Lou Itumalo poo le Matagaluega o le Soifua Maloloina](#) (na'o le Igilisi)
- [CDC Vairusi Korona \(COVID-19\)](#)
- [Punaoa eFaaitiitia le Faamāsiasi i Tagata](#) (na'o le Igilisi)

**E iai nisi fesili faaopoopo e uiga i le COVID-19?** Vili i le numera: **1-800-525-0127**, Aso Gafua – Aso Faraile, 6 a.m. to 10 p.m., E iai nisi su'ega? Valaau le matou laina ola Faamatalaga COVID-19: 1-800-525-0127

Aso Gafua – 6 a.m. i le 10 p.m., Aso Lua – Aso Sa ma aso malolo faatāuaina e le setete, 6 a.m. i le 6 p.m. Mo auunaga faaliliuupu, oomi le # pe a tali mai ma ta'u lau gagana. Mo fesili e uiga i lou lava soifua maloloina, su'esu'ega tau COVID-19, poo i'uga o lau su'esu'ega, faamolemole faafesoota'i se Auunaga Faasoifua Maloloina.

A talosagaina lenei pepa i se isi faatulagaga, vili le 1-800-525-0127. O tagata tutuli pe e le atoatoa le faalogo, faamolemole vili le 711 ([Washington Relay](#)) (na'o le Igilisi) pe imeli [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).