

Cómo celebrar el Día de Gracias durante una pandemia

Las reuniones tradicionales de Gracias con familiares y amigos son divertidas, pero se les advierte que pueden aumentar las posibilidades de contraer o contagiar COVID-19 o el flu.

Siga estos consejos para que sus vacaciones de Gracias sean más seguras.

La forma más segura de celebrar el Día de Gracias este año es celebrarlo con las personas de su propia casa. Si planea pasar el Día de Gracias con personas fuera de su hogar, tome medidas para que su celebración sea más segura.

Todos pueden hacer que el Día de Gracias sea más seguro

Evite reunirse con miembros que no vivan en su hogar. Si decide no seguir esta fuerte recomendación:

Usar una máscara

- Use una mascarilla con dos o más capas para detener la propagación de COVID-19.
- Use la máscara sobre su nariz y boca y asegúrese debajo de su barbilla.
- Asegúrese de que la máscara se ajuste perfectamente a los lados de su cara.

Manténgase al menos a 6 pies de distancia de otras personas que no vivan con usted

- Recuerde que algunas personas sin síntomas pueden transmitir COVID-19 o el flu.
- Mantener a 6 pies (aproximadamente 2 brazos) de los demás es especialmente importante para las personas que tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente.

Lávese las manos

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Usa un desinfectante de manos cuando no pueda lavarse las manos
- Use desinfectante para manos con al menos un 60% de alcohol.

Otro

- Traiga su propia comida, bebidas, platos, tazas y utensilios.
- Use una máscara y guárdala de manera segura mientras come y bebe.
- Evite entrar y salir de las áreas donde se preparan o manipulan los alimentos, como en la cocina.
- Use opciones de un solo uso, como aderezos para ensaladas y paquetes de condimentos, y artículos desechables como recipientes para alimentos, platos y utensilios.

Organizar una reunión de Gracias

Evite reunirse con miembros que no vivan en su hogar

Si eliges no seguir esta fuerte recomendación y tienes invitados en tu casa, asegúrate de que las personas sigan los pasos que todos pueden seguir para que el Día de Gracias sea más seguro.

Otros pasos que puede tomar incluyen:

- Tenga una pequeña comida al aire libre con familiares y amigos que vivan en su comunidad.
- Limite el número de invitados.
- Tenga conversaciones con los invitados con anticipación para establecer expectativas para celebrar juntos.
- Limpie y desinfecte las superficies y los artículos que se tocan con frecuencia entre usos.
- Si celebra en el interior, asegúrese de abrir las ventanas.
- Limite el número de personas en las áreas de preparación de alimentos.
- Haga que los invitados traigan su propia comida y bebida.
- Si comparte alimentos, pida a una persona que los sirva y use opciones de un solo uso, como utensilios de plástico.

Viaje de Gracias

Evite viajar y reunirse con miembros que no vivan en su hogar

Viajar aumenta sus posibilidades de contraer y propagar COVID-19. Quedarse en casa es la mejor manera de protegerse y proteger a los demás.

Si viajas

- Verifique las restricciones de viaje antes de ir.
- Vacúnese contra la flu antes de viajar.
- Use siempre una máscara en lugares públicos y en transporte público.
- Manténgase al menos a 6 pies de distancia de cualquier persona que no esté en su hogar.
- Lávese las manos con frecuencia o use un desinfectante para manos.
- Evite tocarse la máscara, los ojos, la nariz y la boca.
- Lleve suministros adicionales, como mascarillas y desinfectante para manos.

Considere otras actividades de Gracias

- Organice una comida virtual de Gracias con amigos y familiares que no vivan con usted
- Programe un tiempo para compartir una comida juntos virtualmente.
- Haga que las personas compartan recetas y muestren su pavo, aderezo u otros platos que prepararon.
- Mire televisión y juegue con las personas de su hogar
- Mira los desfiles, los deportes y las películas del Día de Acción de Gracias en casa.
- Encuentra un juego divertido para jugar.

Compras

- Compre las ventas en línea el día después de Acción Gracias y los días previos a las vacaciones de invierno.
- Utilice los servicios sin contacto para los artículos comprados, como la recogida en la acera.
- Compre en mercados al aire libre a una distancia de 6 pies de los demás.

Otras actividades

- Prepara de forma segura platos tradicionales y entréguelos a familiares y vecinos de una manera que no implique el contacto con los demás (por ejemplo, déjelos en el porche).
- Participe en una actividad de gracias, cómo escribir las cosas por las que está agradecido y compartir con sus amigos y familiares.
-

