

COVID-19

HACER

- ✓ Quédese en casa tanto como sea posible.
- ✓ Manténgase al menos a 6 pies de distancia de los demás.
- ✓ Solo salga por lo esencial (comestibles, atención médica, trabajo esencial).
- ✓ Haga ejercicio al aire libre (Excursionismo, ciclismo) solo si puede estar a 6 pies de distancia de otros.
- ✓ Tener video y converciones telefónicos.
- ✓ Dejar comida a los vecinos que no pueden salir.

NO HACER

- ✗ Reunirse en grupos.
- ✗ Reunirse con amigos (sin bebiendo o tener cenas).
- ✗ Tener citas de juegos para los niños.
- ✗ Hacer viajes innecesarios.



Compasión y Seguridad para Todos

Protegeré a mis hijos desacelerando y estando presente con ellos para que se sientan seguros.

Ayudaré a mis hijos a sentirse seguros manteniéndome tranquilo y mostrándoles empatía cuando están teniendo grandes sentimientos.

Prestaré atención a las reglas cambiantes, el cierre de escuelas, los programas de comidas y otra información importante.

Protegeré a mis hijos respondiendo sus preguntas, limpiando las superficies que tocan y desinfectando regularmente.

Compassion and Safety for ALL



I wash my hands with soap and water for at least 20 seconds.

I wash my hands after touching anything that might have been exposed (doors, handles, grocery bags, handrails...).

I try not to touch my face, eyes, mouth or nose. If I do, I will immediately wash my hands for at least 20 seconds.

I use a tissue for coughs or sneezes, throw it in the trash, and immediately wash my hands.

Compassion and Safety for ALL

**I will protect my community
by keeping my teenager at
home, even if their friends
are out and about.**



COVID-19

Lo Que Está Abierto

- Tiendas de abarrotes
 - Bancos
 - Farmacias
- Bares y restaurantes (solo para llevar)
- Algunas otras tiendas (a 6 pies de distancia)
 - Estaciones de servicio
 - Personal de primeros auxilios

Lo Que Está Cerrado

- Tiendas de cosméticos y salones de tatuajes
- Teatros, parques de atracciones, salas de juego, boleras, pistas de patinaje, y museos
- Conciertos, eventos deportivos, y festivales
- campamentos, piscinas, parques de patinaje y parques infantiles

