MANTENERSE SEGURO Y SALUDABLE: COVID-19

Nuestros capacitadores de impacto le recuerdan a todos que deben hacerse cargo de su salud y seguridad.

1. No tengas miedo. Habla con alguien de confianza.

2. Quédate en casa.

3. Lávese las manos por 20 segundos.

4. Tos en el codo.

5. Use una máscara.

6. Manténgase a 6 pies de distancia de otras personas (distanciamiento social).

7. Actualice su información médica.

8. Asegúrese de tener suficientes medicamentos por más de un mes.

9. Limpie las superficies y áreas que usa todo el tiempo.

10. Manténgase positivo y en contacto por teléfono, redes sociales y videoconferencia con su familia y amigos.

