

15 DAYS TO SLOW THE SPREAD

Listen to and follow the directions of your **STATE AND LOCAL AUTHORITIES**.

IF YOU FEEL SICK, stay home. Do not go to work. Contact your medical provider.

IF YOUR CHILDREN ARE SICK, keep them at home. Do not send them to school. Contact your medical provider.

IF SOMEONE IN YOUR HOUSEHOLD HAS TESTED POSITIVE for the coronavirus, keep the entire household at home. Do not go to work. Do not go to school. Contact your medical provider.

IF YOU ARE AN OLDER PERSON, stay home and away from other people.

IF YOU ARE A PERSON WITH A SERIOUS UNDERLYING HEALTH CONDITION that can put you at increased risk (for example, a condition that impairs your lung or heart function or weakens your immune system), stay home and away from other people.



DIRECTRICES DEL PRESIDENTE SOBRE EL CORONAVIRUS PARA LOS ESTADOS UNIDOS

15 DÍAS PARA DESACELERAR LA PROPAGACIÓN

Escuche y siga las instrucciones de las **AUTORIDADES ESTATALES Y LOCALES**.

SI SE SIENTE ENFERMO, quédese en casa. No vaya al trabajo. Contacte a su proveedor de atención médica.

SI SUS HIJOS ESTÁN ENFERMOS, manténgalos en casa. No los envíe a la escuela. Contacte a su proveedor de atención médica.

SI ALGUIEN EN SU HOGAR TIENE UN RESULTADO POSITIVO a la prueba del coronavirus, mantenga a todos los miembros del hogar en casa. No vaya al trabajo. No vaya a la escuela. Contacte a su proveedor de atención médica.

SI USTED ES UNA PERSONA MAYOR, quédese en casa y alejado de otras personas.

SI USTED ES ALGUIEN QUE TIENE UNA AFECCIÓN CRÓNICA SUBYACENTE GRAVE que lo puede poner en mayor riesgo (por ejemplo, una enfermedad que afecta el funcionamiento de los

pulmones o del corazón, o que debilita su sistema inmunitario),
quédese en casa y alejado de otras personas.

Para más información, por favor visite
CORONAVIRUS.GOV

THE PRESIDENT'S CORONAVIRUS GUIDELINES FOR AMERICA

DO YOUR PART TO SLOW THE SPREAD OF THE CORONAVIRUS

Even if you are young, or otherwise healthy, you are at risk and your activities can increase the risk for others. It is critical that you do your part to slow the spread of the coronavirus.

- Work or engage in schooling **FROM HOME** whenever possible.
- IF YOU WORK IN A CRITICAL INFRASTRUCTURE INDUSTRY**, as defined by the Department of Homeland Security, such as healthcare services and pharmaceutical and food supply, you have a special responsibility to maintain your normal work schedule. You and your employers should follow CDC guidance to protect your health at work.
- AVOID SOCIAL GATHERINGS** in groups of more than 10 people.
- Avoid eating or drinking at bars, restaurants, and food courts — **USE DRIVE-THRU, PICKUP, OR DELIVERY OPTIONS.**
- AVOID DISCRETIONARY TRAVEL**, shopping trips, and social visits.
- DO NOT VISIT** nursing homes or retirement or long-term care facilities unless to provide critical assistance.
- PRACTICE GOOD HYGIENE:**
 - Wash your hands, especially after touching any frequently used item or surface.
 - Avoid touching your face.
 - Sneeze or cough into a tissue, or the inside of your elbow.
 - Disinfect frequently used items and surfaces as much as possible.

CORONAVIRUS.GOV

School operations can accelerate the spread of the coronavirus. Governors of states with evidence of community transmission should close schools in affected and surrounding areas. Governors should close schools in communities that are near areas of community transmission, even if those areas are in neighboring states. In addition, state and local officials should close schools where coronavirus has been identified in the population associated with the school. States and localities that close schools need to address childcare needs of critical responders, as well as the nutritional needs of children.

Older people are particularly at risk from the coronavirus. All states should follow Federal guidance and state and local health and safety officials to close nursing homes and retirement and long-term care facilities. In states with evidence of community transmission, groups of people congregate should be closed.

DIRECTRICES DEL PRESIDENTE SOBRE EL CORONAVIRUS PARA LOS ESTADOS UNIDOS

PONGA DE SU PARTE PARA DESACELERAR LA PROPAGACIÓN DEL CORONAVIRUS

Aunque sea joven, o de otra manera sano, usted está en riesgo y sus actividades pueden aumentar el riesgo para los demás. Es esencial que usted ponga de su parte para desacelerar la propagación del coronavirus.

Trabaje y realice actividades escolares **DESDE SU CASA** cuando sea posible.

SI USTED TRABAJA EN UN SECTOR DE INFRAESTRUCTURA CRÍTICA, según lo define el Departamento de Seguridad Nacional, como los servicios de atención médica y suministros farmacéuticos y alimenticios, tiene una responsabilidad especial de mantener su horario de trabajo normal. Usted y sus empleadores deben seguir las directrices de los CDC para proteger su salud en el trabajo.

EVITE LAS REUNIONES SOCIALES en grupos de más de 10 personas. Evite comer y beber en bares, restaurantes y plazas de comidas; use otras opciones, como **SERVICIO POR VENTANILLA (DRIVE-THRU), RECOGIDA EN EL RESTAURANTE O ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO.**

EVITE LOS VIAJES OPCIONALES, salidas de compras y visitas sociales.

NO VISITE hogares de ancianos o establecimiento para jubilados o de cuidados a largo plazo a menos que sea para proporcionar asistencia crucial.

PRACTIQUE BUENOS HÁBITOS DE HIGIENE:

- *Lávese las manos, especialmente después de tocar cualquier objeto o superficie que se usan frecuentemente.*
- *Evite tocarse la cara.*
- *Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable o la parte interna del codo cuando tosa o estornude.*
- *Desinfecte los objetos o superficies de uso frecuente tanto como sea posible.*

CORONAVIRUS.GOV

Las actividades en la escuela pueden acelerar la propagación del coronavirus. Los gobernadores de estados con evidencia de transmisión comunitaria deben cerrar

las escuelas en las áreas afectadas y a su alrededor. Los gobernadores deben cerrar las escuelas en comunidades que estén cerca de áreas en que hay transmisión comunitaria, aunque esas áreas estén en estados vecinos. Además, los funcionarios estatales y locales deben cerrar las escuelas donde se haya identificado el coronavirus en la población asociada a la escuela. Los estados y las localidades que cierren escuelas necesitan abordar las necesidades de cuidados infantiles del personal esencial de respuesta, así como las necesidades alimenticias de los niños.

Las personas mayores están especialmente en riesgo por el coronavirus. Todos los estados deben seguir las directrices federales y detener las visitas sociales a los hogares de ancianos y establecimientos para jubilados y de cuidados a largo plazo.

En los estados con evidencia de transmisión comunitaria, se deben cerrar los bares, los restaurantes, las plazas de comidas, los gimnasios y otros lugares en interiores o al aire libre donde se congregan personas.

###