

Estás más seguro en casa.



Para combatir aún más la propagación de COVID-19, se aconseja a las personas que permanezcan dentro de sus casas y limiten el movimiento fuera de sus hogares más allá de lo absolutamente necesario para atender sus necesidades esenciales.

USTED PUEDE:

- Ir a los supermercados y tiendas, pero limite sus visitas, solo un miembro de la familia debe de ir a la tienda a la vez, y manténgase a seis pies o más de distancia de otros
- Ir a la farmacia para recoger medicamentos y otras necesidades de atención médica
- Siga las prácticas recomendadas de higiene de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) en los lugares de trabajo que permanecen abiertos
- Asistir a citas médicas (consulte primero con su médico o proveedor)
- Ir a un restaurante comprar comida para llevar, entrega a domicilio o auto-servicio (drive-thru)
- Salir a caminar, andar en bicicleta, trotar y salir a la naturaleza para hacer ejercicio, solo mantenga al menos seis pies de distancia entre usted y los demás
- Pasear a sus mascotas con correa y llevarlas al veterinario si es necesario
- Ayudar a alguien a obtener los suministros necesarios
- Consultar con sus vecinos y amigos con llamadas de voz o video, correos electrónicos y redes sociales

USTED NO DEBE:

- Salir de su casa si se siente enfermo
- Hacer viajes innecesarios
- Visitar a amigos y familiares si no hay una necesidad urgente
- Reunirse en grupos de más de 10
- Practicar deportes grupales o participar en actividades al aire libre en grupos de cualquier tamaño
- Traer a sus hijos a la tienda con usted a menos que sea absolutamente necesario

SIEMPRE RECUERDE:

Use una cubierta facial (cubre bocas) en lugares públicos según las recomendaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

Cuídate, ten en cuenta tu salud mental

Use buena higiene respiratoria y lávese las manos

Continúe practicando el distanciamiento social, una separación física de al menos 6 pies

Manténgase informado - estos recursos pueden ayudarle:

- Línea de información SD COVID-19: 1-800-997-2880
- www.covid.sd.gov
- www.cityofyankton.org/covid-19
- Línea de ayuda 211