**Estamos juntos en esto**

Cómo protegerse y proteger a los demás del COVID-19

## A medida que la situación con el COVID-19 (el coronavirus) avanza, queremos agradecerle por sus esfuerzos para cuidarse y cuidar a los demás para reducir la exposición al virus. Aquí le explicamos algunas cosas que puede hacer para mantenerse saludable y evitar que la enfermedad se propague:

****

**Si no se siente bien, quédese en casa y descanse.**

**Lávese las manos con jabón durante 20 segundos.**

**Hágalo periódicamente durante todo el día.**

****

**Para toser o estornudar, cúbrase con el codo o con un pañuelo descartable.**

****

**Limpie las superficies que toca con mucha frecuencia.**

**Mantenga distancia con respecto a otras personas,**

**cuando sea posible.**

****

**No se alarme por los niños y manténgalos al día con las vacunas.**

## Si cree que podría haber estado expuesto al virus o si tiene síntomas, llame a su médico o proveedor de telesalud para hablar sobre los pasos que deberá seguir. Comprendemos, además, que esta puede ser una época de mucho estrés y ansiedad. Si necesita ayuda para manejar el estrés, comuníquese con el Programa de Asistencia al Empleado (EAP): [ENTER CONTACT INFORMATION HERE].



## Client logoClient logoClient logo¿TIENE PREGUNTAS?

## **Llame al número que figura en el reverso de su tarjeta de identificación o comuníquese con el [BENEFIT OR HR CENTER] [ADD PHONE NUMBER AND/OR WEBSITE HERE].**