

COVID19 - Do Your Part for All of Us



#STAYHOMESAVELIVES

Stay home to protect yourself and others. Minimize going out, even for essential needs.



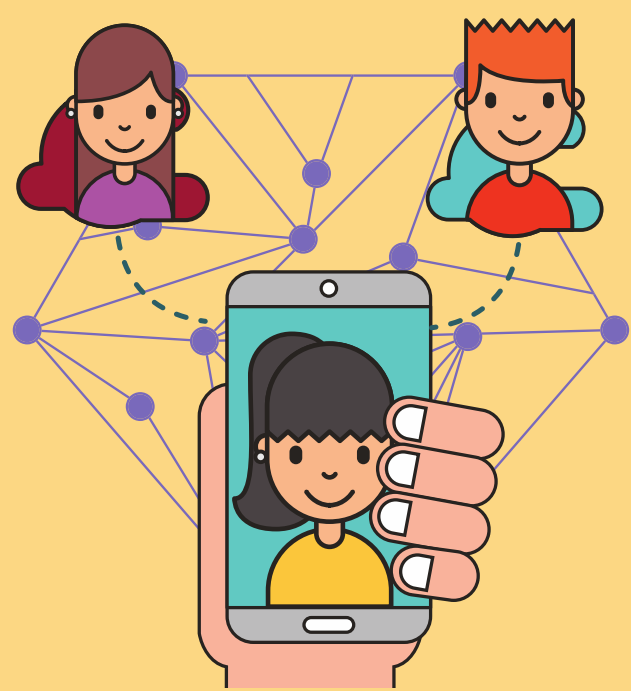
6FT



SOCIAL DISTANCING = PHYSICAL DISTANCING

If you need to go out, maintain at least a distance of 6 feet from others.

SOCIAL DISTANCING = PHYSICAL DISTANCING



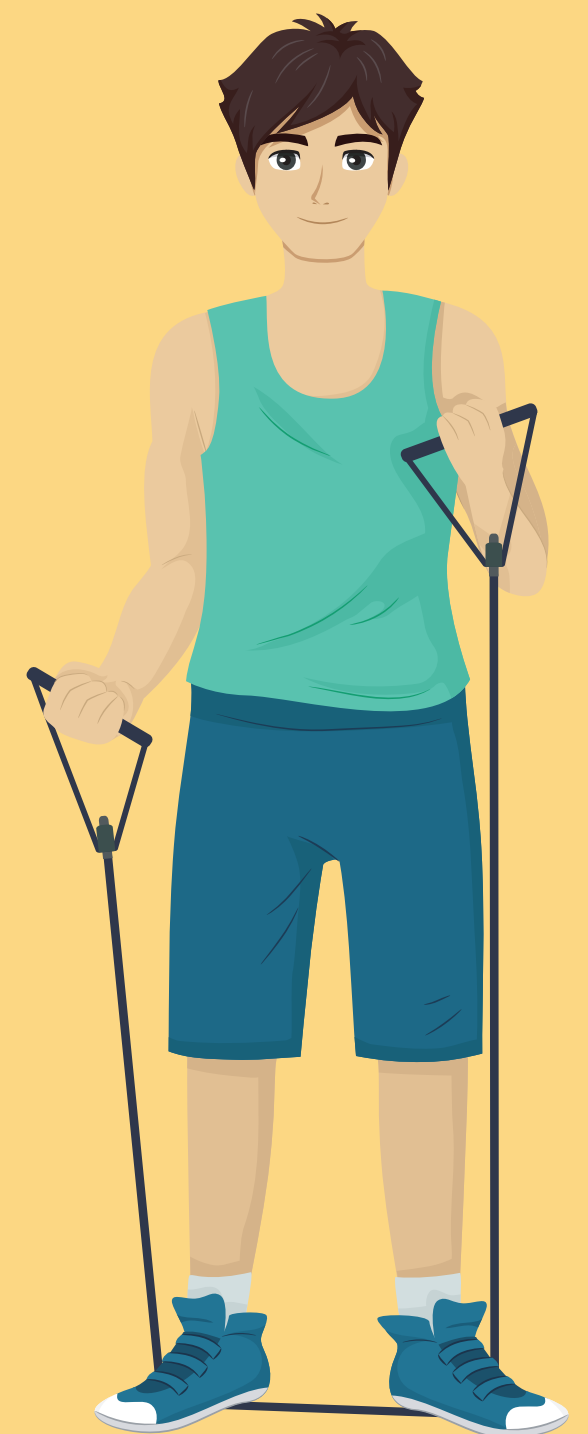
Video message your friends



Choose a book and start a book club with friends



Learn a new skill (painting, a new dance, a new recipe)



Be physically active (lots of free workouts online)



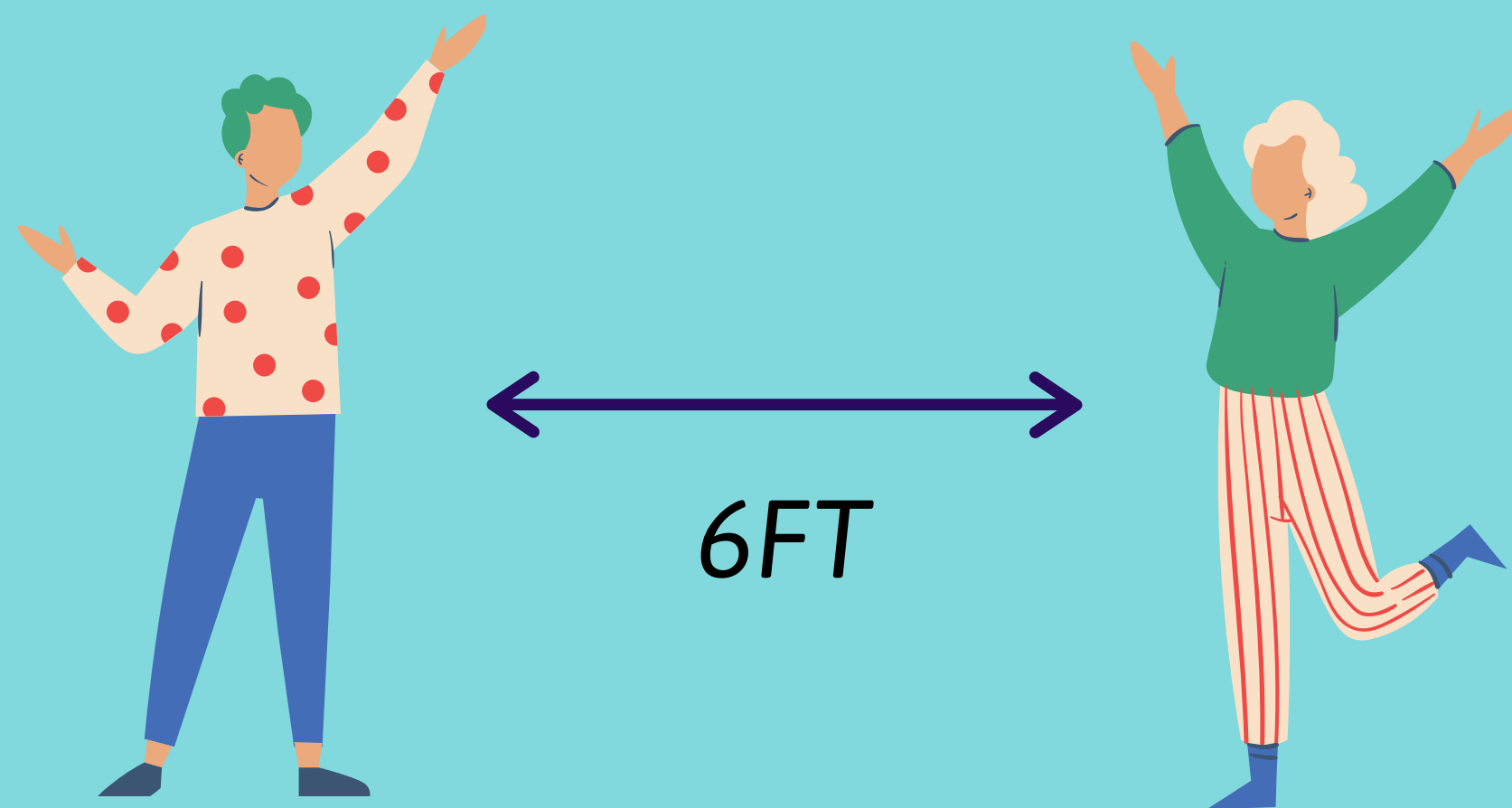
Catch up on your favorite shows

COVID19 - Do Your Part for All of Us



WASH YOUR HANDS FREQUENTLY

Practice proper handwashing by washing your hands with soap and water for at least 20 seconds or by using hand sanitizer.



SOCIAL DISTANCING = PHYSICAL DISTANCING

If you need to go out, maintain at least a distance of 6 feet from others.



AVOID TOUCHING EYES, NOSE AND MOUTH

Germs are often spread when a person touches something that is contaminated with germs and then touches his or her eyes, nose or mouth



#STAYHOMESAVELIVES

Stay home to protect yourself and others. Minimize going out, even for essential needs.

REMEMBER: While it is necessary to go out for essential needs, it should not be a family or friend group outing!

COVID19 - Haz tu Parte por Todos Nosotros



#QUEDATEENCASASALVAVIDAS

Quédate en casa para protegerte a los demás. Minimice la salida, incluso para necesidades esenciales.



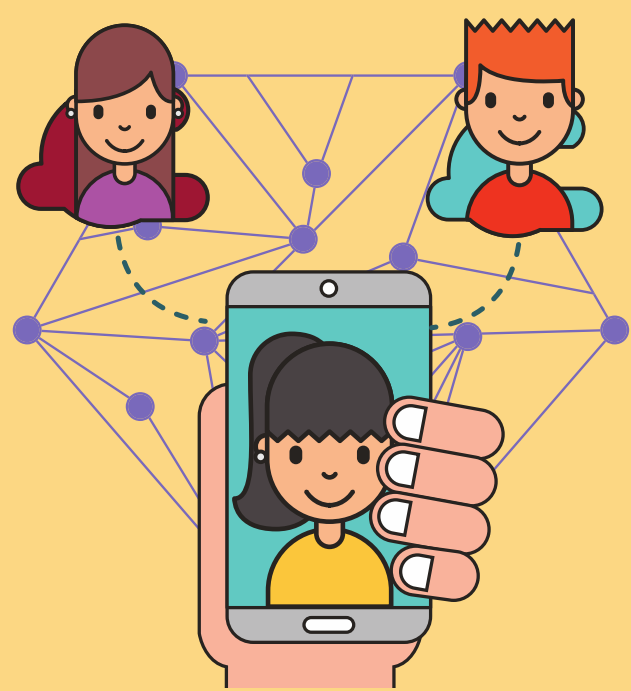
6FT



DISTANCIA SOCIAL = DISTANCIA FÍSICA

Si necesita salir, mantenga al menos una distancia de 6 pies de los demás.

DISTANCIA SOCIAL = DISTANCIA FÍSICA



Envia mensajes de vídeo a tus amigos



Elije un libro y comienza un club de libros con amigos



Aprende una nueva habilidad (pintar, un nuevo baile, una nueva receta)



Ser físicamente activo (muchos entrenamientos gratis en línea)



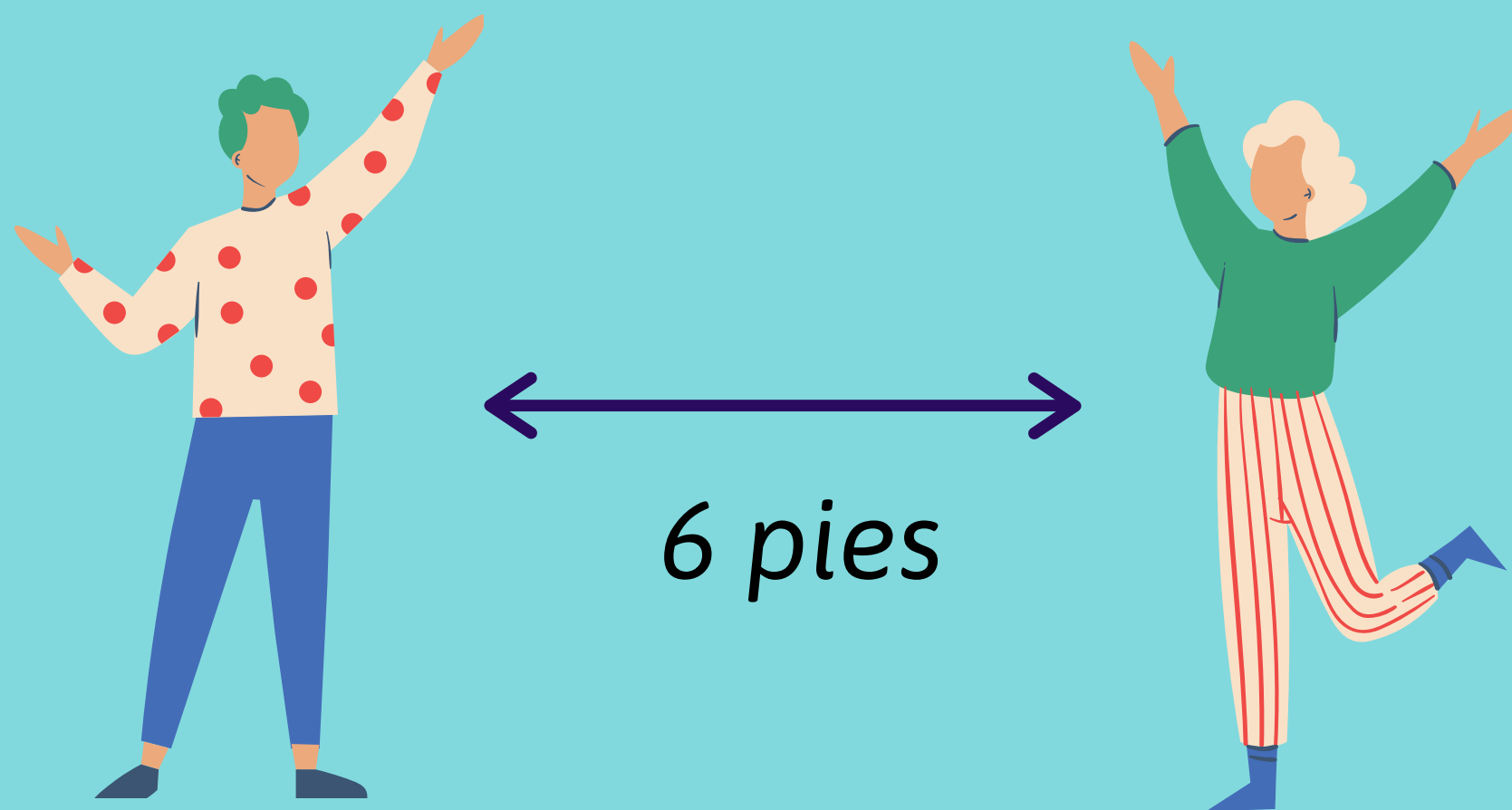
Ponte al día con tus programas favoritos

COVID19 - Haz tu Parte por Todos Nosotros



LAVARSE LAS MANOS FRECUENTEMENTE

Practique el lavado de manos adecuado lavándose las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos o usando el desinfectante de manos.



DISTANCIA SOCIAL = DISTANCIA FÍSICA

Si necesita salir, mantenga al menos una distancia de 6 pies a los demás.



EVITE TOCARSE LOS OJOS, NARIZ Y BOCA

Normalmente las bacterias se riegan cuando una persona toca algo que está contaminado con bacterias y luego se toca sus ojos, nariz o boca



QUEDESE EN CASA SALVE VIDAS

Quédese en casa para protegerse y proteger a los demás. Minimizar las salidas, incluso para necesidades esenciales.

RECUERDE: Si es necesario salir por necesidades esenciales, ¡no debe ser una excursión familiar o de amigos!