Directrices para unas vacaciones de primavera más seguras

Hasta que la mayoría de nosotros estemos completamente vacunados contra el COVID-19, todos debemos seguir protegiéndonos unos a otros. Disfruta del clima más cálido Y regresa a las personas y lugares que amamos evitando la propagación del COVID-19.

NC DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES

www.ncdhhs.gov • NCDHHS es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. • 3/21

USA UNA MASCARILLA. Incluso si estás completamente vacunado, todos deben usar una mascarilla cuando estén en público.

LIMITA EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS. Si te reúnes con personas con las que no vives, mantente al menos a 6 pies de distancia y usa una mascarilla. Si estás completamente vacunado, puedes reunirte con otras personas completamente vacunadas o con personas de bajo riesgo no vacunadas de otro hogar sin mascarillas.

QUÉDATE AL AIRE LIBRE. Cuando te reúnas con amigos y familiares, quédate afuera y al menos a 6 pies de distancia.

RETRASA TU VIAJE. Si debes viajar, obtén tu vacuna contra el COVID-19 (según esté disponible), consigue la prueba antes de viajar, usa una mascarilla y evita los lugares concurridos.

HÁZTE LA PRUEBA. Si viajas, o estás rodeado de personas que no viven contigo o tienes síntomas, hazte la prueba antes de regresar al trabajo, a la escuela o al campus. Nunca ha sido tan fácil hacerse la prueba de COVID-19. Encuentra tu lugar de prueba en: ncdhhs.gov/TestingPlace

50/100

PEQUEÑAS REUNIONES. Ninguna reunión debe tener más de 50 personas en el interior y 100 personas en el exterior.

LÁVATE LAS MANOS CON FRECUENCIA O USA UN DESINFECTANTE PARA MANOS. Evita las superficies de alto contacto y los elementos compartidos. Cuando sea posible: usa opciones de pago sin efectivo, evita las opciones de autoservicio de alimentos/bebidas y usa artículos de servicio de alimentos desechables.

EVITA LAS ACTIVIDADES DE ALTO RIESGO. Esto incluyes: entornos de interior; lugares donde la gente no puede distanciarse socialmente; entornos de aumento de las actividades respiratorias como cantar, gritar, reír o hacer ejercicio vigoroso; lugares donde las personas tienen conversaciones cara a cara prolongadas; y entornos como bares, restaurantes y reuniones sociales donde las personas se quitan la mascarilla para comer o beber.

Si crees que has estado expuesto al COVID-19 o estás sintiendo síntomas, ¡hazte la prueba! ncdhhs.gov/TestingPlace