

**LATINOS EN CINCINNATI**  
**DETENGAMOS LA PROPAGACION DEL COVID-19**  
**PROTEGETE A TI MISMO Y A LOS DEMAS**

**SI ESTAS ENFERMO:**

- Quedate en casa
- Si tienes tos, problemas para respirar, fiebre, dolor de garganta o no te sientes bien, llama al Departamento de Salud de Cincinnati al número o envíanos un texto al 513-503-6987

**PROTÉGETE A TI MISMO Y A LOS DEMÁS**

- Mantén al menos 6 pies (2 metros) entre los demás y tú.
- Lávate a menudo las manos con jabón y agua.
- Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable o la manga al estornudar o toser.
- No te toques la cara con las manos sin lavar.
- Vigila tu salud más de cerca de lo habitual para detectar los síntomas del resfriado o la gripe.

**PROTEGE A LAS PERSONAS MAS VULNERABLES**

- Quédate en casa si tienes una enfermedad del pulmón, una enfermedad del corazón, diabetes, cáncer o un sistema inmunológico débil.
- Quédate en casa y llama, habla por videoconferencia o envía mensajes de texto a familiares o amigos que tengan una de estas condiciones

**EVITA MULTITUDES**

- Quédate en casa. Teletrabaja si es posible
- No te reúnas en multitudes. No practiques deportes grupales: fútbol, voley, etc.

**El Departamento de Salud de la Ciudad de Cincinnati respondera tu llamada**

## **independientemente de tu estado migratorio**

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

### **LATINOS IN CINCINNATI**

#### **LET'S STOP THE SPREAD OF COVID-19 PROTECT YOURSELF AND OTHERS**

##### **IF YOU ARE SICK**

- Stay at home
- If you have a cough, trouble breathing, fever, sore throat, or are not feeling well, call the Cincinnati Health Department at 513-503-6987

##### **PROTECT YOURSELF AND OTHERS**

- Keep at least 6 feet (2 meters) between yourself and the others.
- Wash your hands often with soap and water.
- Cover your nose and mouth with a disposable tissue or sleeve when sneezing or coughing.
- Do not touch your face with your hands without washing.
- Monitor your health more closely than usual to detect cold or flu symptoms

##### **PROTECT THE MOST VULNERABLE PEOPLE**

- Stay home if you have lung disease, heart disease, diabetes, cancer, or a weak immune system.
- Stay home and call, talk via video conference or send text messages to family or friends who have one of these conditions

##### **AVOID GROUP ACTIVITIES**

- Stay at home, telework if possible.
- Don't meet in crowds: do not play group games: soccer, volleyball, etc...

**The City of Cincinnati Department of Health will respond to your call regardless of your**

**immigration status.**

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>