

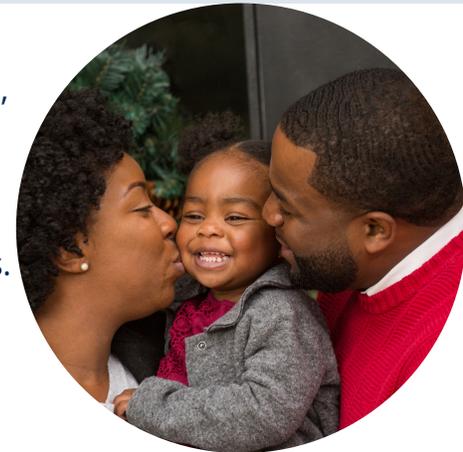
Celebraciones Seguras para los Días Festivos



Consejos para protegerse y proteger a los demás en los días festivos

Vacúnese, incluyendo ponerse una vacuna de refuerzo

Las vacunas son la mejor manera de prevenir la enfermedad por COVID-19, hospitalización y muerte. **Todas las personas 5 años o mayores son elegibles para recibir una vacuna. Todas las personas de 16 años y mayores son elegibles para una vacuna de refuerzo.** Las vacunas son gratuitas y disponible a través de proveedores de salud, clínicas y farmacias. Para **citas** visite: santacruzsalud.org/coronavirusvaccine, MyTurn.ca.gov, o llame al (833) 422-4255, (831) 440-3556.



Quédese en casa si está enfermo

Cualquier persona que se sienta enferma y tenga síntomas, como dolor de garganta, tos, resfriados, vómitos o diarrea, deben quedarse en casa, aislarse y hacerse la prueba. Si los síntomas son preocupantes, llame a su médico. Para obtener información sobre las **pruebas**, visite: cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Updated-COVID-19-Testing-Guidance.aspx.

Hágase la prueba antes Y después de viajar

Cuándo: Hágase la prueba inmediatamente **antes del viaje, al regresar y 3 a 5 días después.**

Dónde: Visite santacruzhealth.org/testing o llame al (831) 440-3556 para los sitios de prueba locales. Para obtener información sobre **avisos de viaje**, visite la página web de viajes de los CDC: cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html.

Use una mascarilla (en los interiores y en lugares con mucha gente)

Asegúrese de usar una mascarilla que cierre bien alrededor de su cara. Las mejores son las mascarillas N95, KN95 o quirúrgicas.

Lávese las manos

Recuérdelo a los niños y a otras personas que se laven o desinfecten las manos regularmente por 20 segundos, especialmente antes de comer, preparar o servir alimentos.

También considere lo siguiente:

- **Hágale la prueba a los niños antes de regresar a la escuela después de las vacaciones.** Para sitios de prueba, visite: covid19test.santacruzcoe.org o santacruzhealth.org/testing.
- **Reúnase al aire libre o aumente la circulación del aire en el interior** (abra ventanas y puertas) y **mantenga las reuniones pequeñas en tamaño y breves.**
- **Tenga cuidado con las personas mayores de edad, con sistemas inmunológicos comprometidos y personas no vacunadas.** Hágase la prueba antes de tales interacciones.
- **Active las Notificaciones de CA** (el sistema de notificación de exposición de COVID-19 de California) en su teléfono celular.