

PERMANECE EN CASA

ACTIVIDADES ESENCIALES

- ✓ Ir al supermercado o a la farmacia
- ✓ Entregar alimentos u otros bienes esenciales
- ✓ Recoger comida en restaurantes ordenada por teléfono o en línea
- ✓ Caminar al aire libre, correr y andar en bicicleta

Permitido con medidas seguras de distanciamiento social

ACTIVIDADES NO ESENCIALES

- ✗ Todas las reuniones de personas (exceptuando comercios y actividades esenciales)
- ✗ Ordenar comida y esperarla en el restaurante
- ✗ Camiones de comida (food truck) y camiones de helado (ice cream trucks)

Prohibido

MANTENTE A SALVO

Si debes salir de tu casa para realizar una actividad esencial, sigue estos consejos para mantenerte y mantener a los demás a salvo



DISTANCIA SOCIAL

Permanece (por lo menos) a seis pies de distancia de otras personas



MASCARILLAS

Continúa practicando la distancia social, aún usando mascarillas que cubran tu nariz y boca



HÁBITOS SALUDABLES

- Lava tus manos frecuentemente
- Cúbrete cuando tosas o estornudes
- No toques tu cara

SÍNTOMAS



FIEBRE



TOS



DIFICULTAD PARA RESPIRAR

¿Tiene síntomas de COVID-19? ¡Habla con un especialista!

- **Tu doctor primario** : Llama a tu médico de cabecera o al centro de salud que visitaste más recientemente.
- **Centros de Salud de la Ciudad**: Encuentra uno cerca de tu hogar llamando al 3-1-1 o visitando phila.gov/covid-19
- **Línea de Ayuda del Gran Área de Filadelfia**: 800-722-7122

MANTENTE INFORMADO

RECIBE ALERTAS DE TEXTO

Envía la palabra COVIDPHL al 888-777

¿PREGUNTAS?

Llama a Philly311



PHLPublicHealth



PhillyHealth