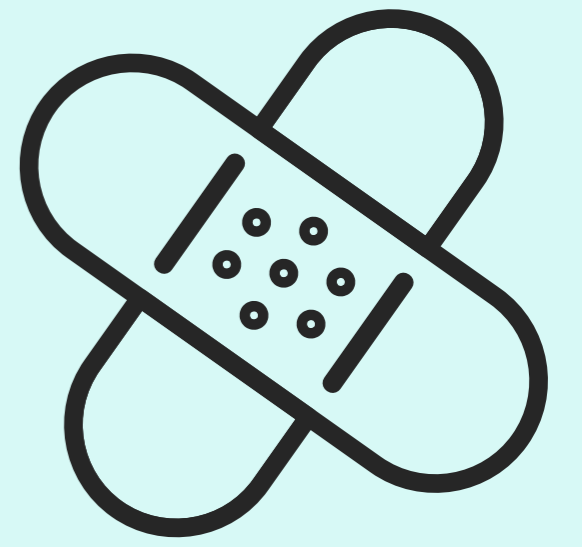


# COVID-19

## (Coronavirus Disease 2019)



The California Department of Public Health recommends the following steps to prevent the spread of all respiratory viruses:



### **WASH. YOUR. HANDS.**

Wash your hands with soap and water regularly.

### **Cover a cough or sneeze**

Cover your cough or sneeze with your sleeve or disposable tissue.



### **Don't touch**

Avoid touching eyes, nose or mouth with unwashed hands.



### **Keep your distance**

Avoid close contact with people who are sick.



### **Stay home**

If you experience respiratory symptoms like a fever or cough, stay home.



### **Get help**

If you experience symptoms of COVID-19, CALL your health care provider.



### **More information**

Follow the California Department of Public Health:

@capublichealth and [www.cdph.ca.gov/covid19](http://www.cdph.ca.gov/covid19)

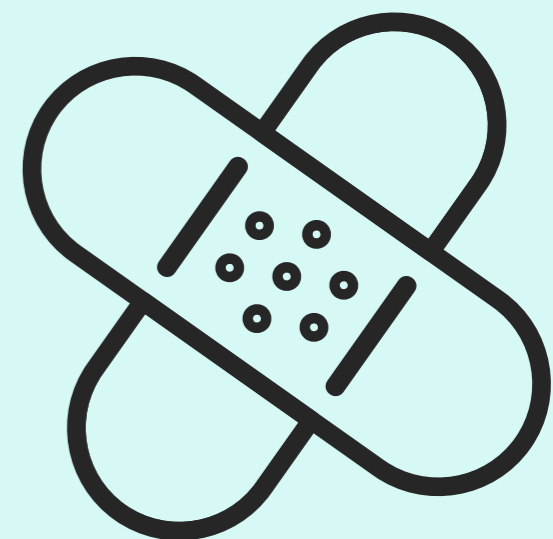


# COVID-19

(Enfermedad Coronavirus 2019)



El Departamento de Salud Pública de California recomienda tomar las siguientes precauciones para evitar la propagación de todos los virus respiratorios:



## LÁVASE LAS MANOS.

Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia.



## Cúbrase al toser o estornudar

Cúbrase al toser o estornudar con la manga o con un pañuelo desechable de ser posible.



## No se toque

Evite tocarse los ojos, nariz o boca si no se ha lavado las manos.



## Mantenga su distancia

Evite contacto cercano con personas enfermas.



## Quédese en casa

Si presenta síntomas respiratorios como una fiebre o tos, quédese en casa.



## Busque auxilio

Si presenta síntomas del COVID-19, LLAME a su médico o proveedor de salud.



## Más información

Siga al Departamento de Salud Pública de California:  
@capublichealth y [www.cdph.ca.gov/covid19](http://www.cdph.ca.gov/covid19)

