

Mantenga a su comunidad a salvo.

Hay un nuevo virus que se propaga y provoca:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

La mayoría de las personas se cura. Pero hay suficiente gente muriendo de coronavirus (COVID-19) como para causar enorme preocupación.

¿Qué puede hacer para proteger a su familia y a la comunidad?

Quédese en su casa. Y mantenga una distancia de por lo menos 6 pies de otras personas cuando esté fuera de su casa. Es la distancia suficiente para que tos o un estornudo no puedan transmitir el virus. Si necesita salir, el usar una mascarilla sobre la boca y la nariz también puede mantenerlo a usted y a los demás fuera de peligro.

Asimismo, postergue actividades en las que se junten personas.

- Reuniones sociales y familiares
- Servicios religiosos
- Trabajos por los que tenga que ir a las casas de otras personas

Solo salga para cosas esenciales, como alimentos y medicamentos; de lo contrario, no salga de su casa. No visite a familiares y amigos en otras casas, y evite los abrazos y los apretones de manos.

Esta es la mejor manera de evitar que se propague el virus.

Haga, también, lo siguiente:

- Lávese las manos con agua y jabón a menudo.
- Trate de no tocarse la cara.
- Limpie las encimeras, las manijas de las puertas y otras cosas en la casa que los miembros de la familia toquen con frecuencia.

Tal vez crea que todas las personas en su comunidad están sanas. Pero el virus puede estar en el sistema durante hasta dos semanas antes de exhibir síntomas. Durante ese tiempo, puede propagarse.

Si usted o un familiar tienen fiebre, comienzan a toser o tienen dificultad para respirar, manténganse alejados de los demás. Y si los síntomas empeoran, llame a un médico.

¿Preguntas? Llame al 570-284-3657.

Hay enfermeros de turno noche y día.

Keep your community safe.

There's a new virus spreading that causes:

- Fever
- Coughing
- Trouble breathing

Most people get better. But enough people are dying of coronavirus (COVID-19) to make it a very serious concern.

What can you do to protect your family and community?

Stay home. And stay at least 6 feet away from anyone outside your home. That's far enough that a sneeze or cough can't spread the virus. If you need to go out, wearing a mask over your mouth and nose can also help keep you and others safe.

Also, postpone activities that bring groups of people together.

- Family and social gatherings
- Church services
- Jobs that take you to other people's homes

Only go out for essentials, such as food and medication, otherwise you should not leave your home. Don't visit family and friends in other houses, and avoid hugs and handshakes.

This is the best way to stop the virus from spreading.

You should also:

- Wash your hands with soap and water often.
- Try not to touch your face.
- Clean counters, doorknobs and other things in your house that family members touch often.

You may think that everyone in your community is healthy. But the virus can be in your system for up to two weeks before you show symptoms. During that time, it can spread.

If you or a family member get a fever, start to cough or have trouble breathing, stay away from others. And if symptoms get worse, call a doctor.

Questions? Call 570-284-3657.

Nurses are on duty day and night.