

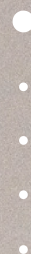
ENERO - FEBRERO 2021

DERROTAR

A LA COVID - 19



Las claves que
debes saber





Mascarilla obligatoria para
mayores de 6 años en vía :
pública, al aire libre y en :
cualquier espacio cerrado
abierto al público, con
independencia de que se
pueda mantener o no la
distancia de seguridad.

PONTE LA MASCARILLA

Haz un buen uso de ella

- Tírala cuando superes su tiempo de uso (según tipo)
- Lávate las manos antes y después de colocarla



A close-up photograph of a person's hands being washed under a running faucet. The hands are covered in white soap suds. The person is wearing a white long-sleeved shirt with thin black horizontal stripes. The background is a blurred kitchen or bathroom setting with a white sink and a black soap dispenser visible on the right.

**Lávate las manos con agua y
jabón frecuentemente
Y utiliza geles hidroalcohólicos**



**Mantén
la distancia
interpersonal**

AYUNTAMIENTO DE SOTO DEL REAL

**Quédate en casa
y sal solo si es
imprescindible**





REDUCE TUS CONTACTOS SOCIALES





**Limitación de
movimiento
entre las
22:00h y las
06:00h**



AYUNTAMIENTO DE SOTO DEL REAL



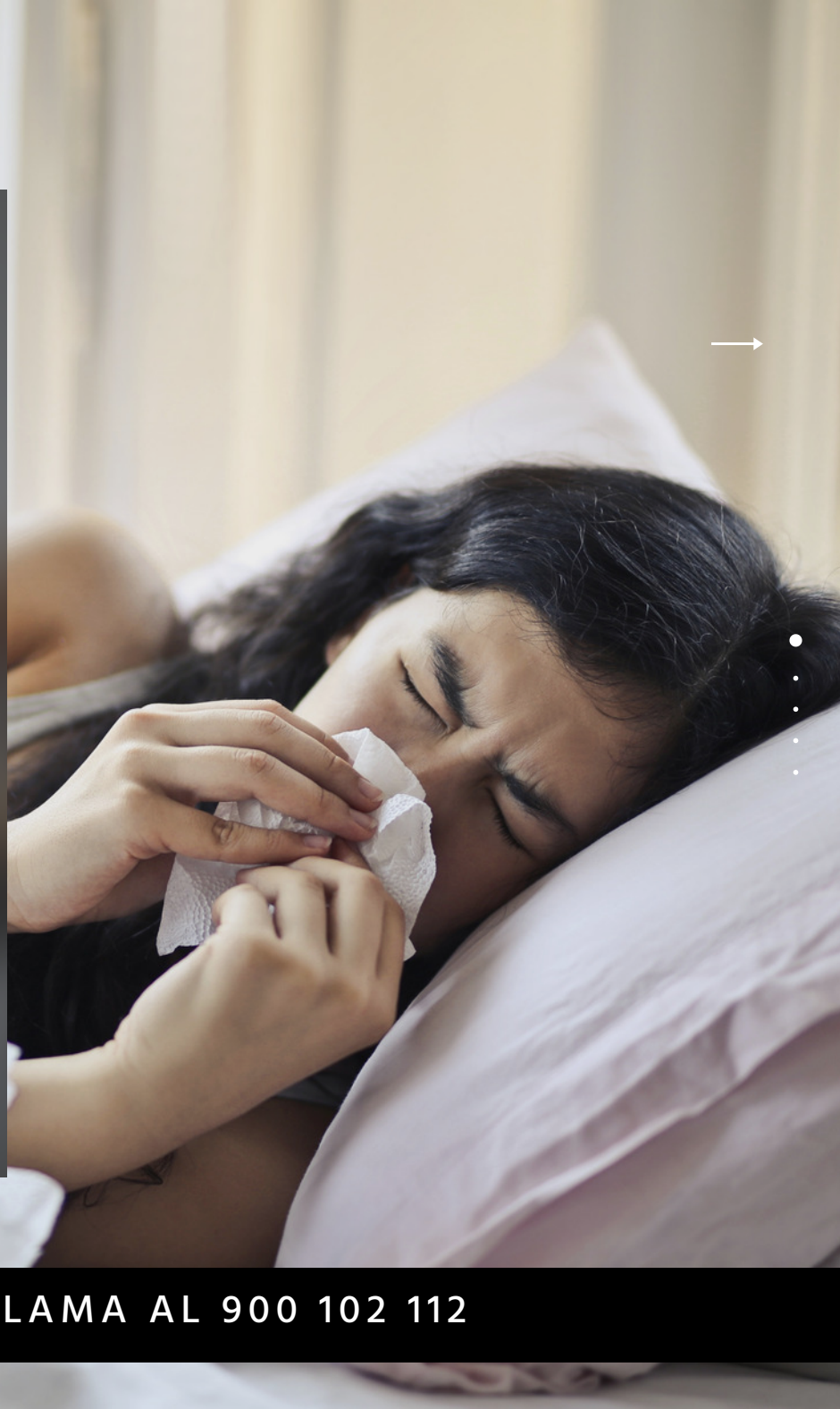
LIMPIA Y DESINFECTA LAS SUPERFICIES

La lejía doméstica es muy efectiva para la desinfección de superficies donde pueda haber virus.

Utiliza una solución 1:50 para limpiar superficies que se tocan con frecuencia: mesas y sillas, escritorios, mesitas de noche, muebles del dormitorio, mesas de trabajo, interruptores, pomos de las puertas, superficies del baño, inodoro, grifos, etc.

Si tienes síntomas:

- Permanece en tu domicilio y contacta por teléfono con tu centro de salud habitual, 918 47 63 88 (Soto), donde te darán las indicaciones necesarias.
- Evita el contacto con otras personas, en la medida de lo posible, dentro de tu domicilio y extrema las medidas de prevención e higiene (lavado de manos, desinfectar superficies, etc) .



SI NECESITAS MÁS INFORMACIÓN, LLAMA AL 900 102 112

Si eres POSITIVO en COVID:

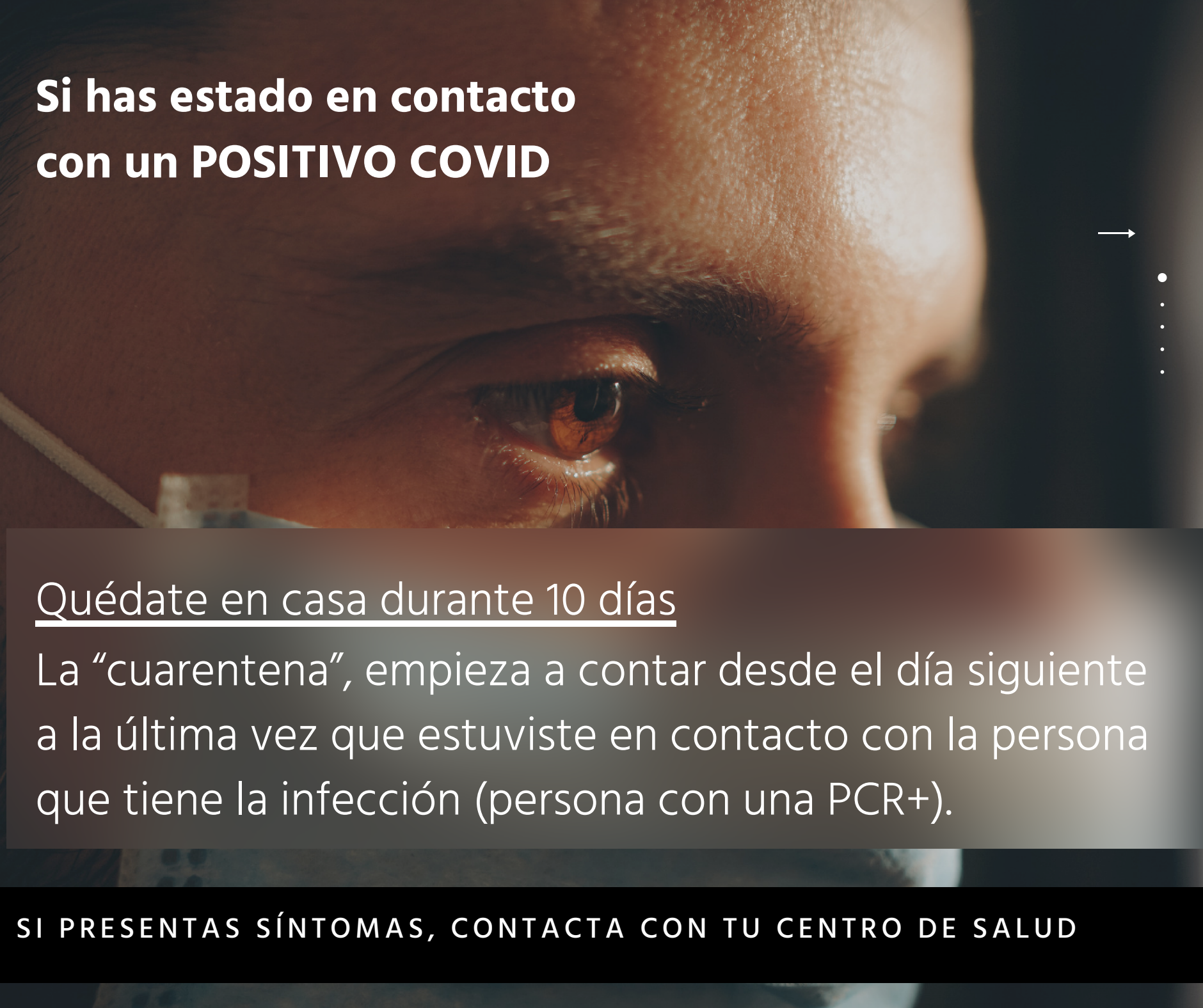
DEBES CUIDARTE Y CUIDAR QUE OTRAS PERSONAS NO SE INFECTEN



Es muy importante que informes a tus convivientes y personas con las que hayas mantenido un contacto estrecho que sospechas o has dado positivo en Covid-19, para que comiencen el aislamiento.

DEBES QUEDARTE EN CASA AL MENOS 10 DÍAS

Este tiempo de aislamiento empieza a contar desde el día en que comienzas a tener síntomas o en caso de ser asintomático, desde que te confirmaron la PCR positiva. El aislamiento debe prolongarse hasta que hayan pasado 3 días sin síntomas.

A close-up, high-contrast photograph of a person's face, focusing on the eye and forehead. A medical sensor or electrode is visible on the forehead. The lighting is warm and dramatic, highlighting the texture of the skin and the intensity of the gaze.

Si has estado en contacto con un **POSITIVO COVID**

Quédate en casa durante 10 días

La “cuarentena”, empieza a contar desde el día siguiente a la última vez que estuviste en contacto con la persona que tiene la infección (persona con una PCR+).

SI PRESENTAS SÍNTOMAS, CONTACTA CON TU CENTRO DE SALUD

CUÍDATE. CUÍDANOS.

ENERO - FEBRERO 2021



AYUNTAMIENTO DE SOTO DEL REAL