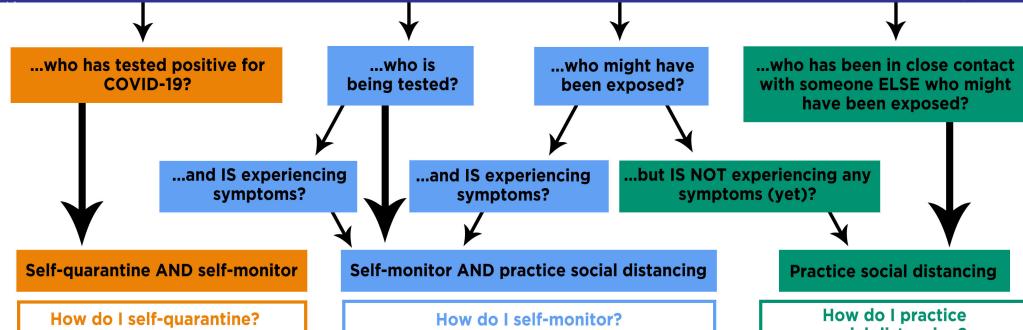
COVID-19

If you have been in close contact with someone who tested positive, is being tested, or might have been exposed, please inform your personal physician and direct supervisor.



What should I do if I've been in close contact with someone...



DON'T report to work. **SELF-REPORT** COVID-19 exposure. **NOTIFY** your direct supervisor. **STAY HOME** for 14 days. **AVOID CONTACT** with other people. **DON'T SHARE** household items.

GET TESTED if symptoms develop.

BE ALERT for symptoms of COVID-19, especially a dry cough or shortness of breath.

TAKE YOUR TEMPERATURE every morning and night, and write it down.

CALL your doctor if you have trouble breathing or a fever (temperature of 100.4°F or 38°C).

DON'T seek medical treatment without calling first. IF CLOSE CONTACT has tested positive, begin self-quarantine immediately.

social distancing?

STAY HOME as much as possible.

DON'T physically get close to people; try to stay at least 6 feet away.

DON'T hug or shake hands.

AVOID crowds of people and frequently touched surfaces.

WEAR a face covering while in public.

For more information, visit www.tchhsa.org or call 2-1-1.

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) considers an interaction as close contact when YOU:

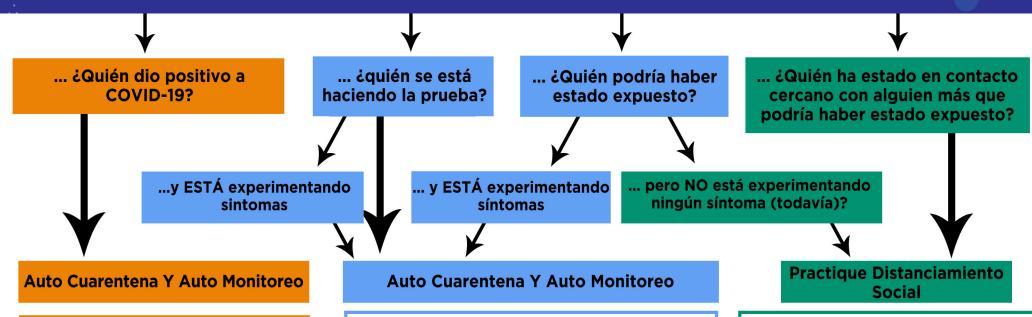
- Spend a PROLONGED (15 minutes or more) period of time within six feet of someone.
- Have DIRECT PHYSICAL CONTACT or SHARE eating or drinking utensils with them.
- Come into contact with their **RESPIRATORY SECRETIONS** such as airborne respiratory droplets from coughing, sneezing or talking.

COVID-19

Si ha estado en contacto cercano con alguien que dío positivo, está siendo examinado o podría haber estado expuesto, informe a su médico personal y supervisor directo.



¿Qué debo hacer si he estado en contacto cercano con alguien ...



¿Cómo me pongo en auto cuarentena?

NO se reporte al trabajo.

REPORTE su exposición a COVID-19.

NOTIFIQUE a su supervisor(a).

QUEDESE EN CASA por 14 días.

EVITE EL CONTACTO con otras

personas.

NO COMPARTA artículos para el hogar. HAGASE LA PRUEBA si desarrolla síntomas.

¿Cómo me auto monitoreo?

ESTÉ ALERTA para detectar síntomas de COVID-19, especialmente tos seca o falta de aliento

TOME SU TEMPERATURA todas las mañanas y noches, y anótela.

LLAME a su médico si tiene problemas para respirar o fiebre (temperatura de 100.4°F o 38°C).

NO busque tratamiento médico sin llamar primero.

SI EL CONTACTO del quien ha estado cerca ha resultado positivo, comience la cuarentena imediatamente.

¿Cómo practico el distanciamiento social?

QUEDESE EN CASA el tiempo possible.

NO se acerque físicamente a las personas; trate de mantenerse al menos a 6 pies de distancia.

NO abraze o salude de mano.

EVITE las multitudes de personas y las superficies frecuentemente tocadas.

USE un cubre boca mientras está en público.

Para mas informacion, visite la pagina tchhsa.org o marque 211

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) consideran una interaccióncomo contacto cercano cuando USTED:

- Pase un período de tiempo **PROLONGADO** (15 minutos o más) dentro de los seis pies de distancia de alguien.
- Tenga CONTACTO FISICO DIRECTO o COMPARTA utensilios para comer o beber con ellos.
- Entre en contacto con sus **SECRECIONES RESPIRATORIAS**, tales como gotas respiratorias en el aire por toser, estornudar o hablar.