

COVID-19 (CORONAVIRUS): PROTECT YOURSELF AND STOP THE SPREAD



WASH YOUR HANDS OFTEN FOR AT LEAST 20 SECONDS

Regularly and thoroughly wash your hands with soap and water. Use an alcohol-based hand rub if you can't wash.



KEEP YOUR DISTANCE

Stay at least 6 feet away from anyone you do not live with, especially if they are coughing or sneezing. Stay home if at all possible.



AVOID TOUCHING EYES, NOSE AND MOUTH

Your hands touch many surfaces and can pick up viruses. When dirty, hands can transfer viruses to your eyes, nose or mouth.



IF YOU FEEL SICK, STAY HOME AND AWAY FROM OTHER PEOPLE

Most people with COVID-19 have a fever and cough or shortness of breath. Call before you go to your doctor if you need medical care. In an emergency, call 911.



More information: www.GastonGov.com/coronavirus or call **(704) 862-5303** 8 a.m. – 5 p.m. Monday through Friday

COVID-19 (CORONAVIRUS): PROTEJASE Y PARE Y LA PROPAGACIÓN



**LÁVESE LAS MANOS
FRECUENTEMENTE POR LO
MENOS POR 20 SEGUNDOS**

Lávese las manos regularmente y cuidadosamente con agua y jabón. Use un gel antiséptico con alcohol si no se puede lavar las manos.



MANTENGA SU DISTANCIA

Mantenga por lo menos 6 pies de distancia con personas que no viven con usted especialmente si ellos están tosiendo o estornudando. Permanezca en casa lo mas posible.



**EVITE TOCAR SUS OJOS,
NARIZ Y BOCA**

Sus manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Cuando están sucias las manos pueden transferir virus a sus ojos, nariz y boca.



**SI SE SIENTE ENFERMO, QUÉDESE EN
CASA Y LEJOS DE OTRAS PERSONAS.**

La mayoría de las personas con COVID-19 tienen fiebre, tos, o dificultad al respirar. Llame antes de ir al doctor si necesita cuidado medico. En caso de una emergencia llame al 911.



Mas información: www.GastonGov.com/coronavirus o
Llame (704) 862-5303 8 a.m. – 5 p.m. Lunes a Viernes