

Estimado Residente de NYCHA:

En preparación para la temporada navideña y los meses de invierno durante el estado de emergencia COVID-19, NYCHA desea proporcionarle la guía más actual y relevante del Departamento de Salud e Higiene Mental de la Ciudad de Nueva York (DOHMH, por sus siglas en inglés) para ayudar a mantenerlo a usted y a su familia a salvo.

Recientemente se ha informado de que los casos de COVID-19 están una vez más en aumento, por lo que es más importante que nunca seguir estos pasos para prevenir la propagación del virus:

- **Use una máscara cuando esté en público.** Usted puede ser contagioso sin fiebre u otros síntomas. Usar una cubierta facial fuera de su casa previene la propagación del virus a su familia, amigos y vecinos.
- **Mantenga las manos limpias.** Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o use desinfectante para manos si no hay agua y jabón disponibles.
- **Mantenga la distancia física.** Manténgase al menos a 6 pies de distancia de otras personas.
- **Evite las grandes reuniones de personas en interiores.** Esta es otra forma en que el virus se propaga rápidamente, por lo que evitar espacios concurridos puede minimizar su exposición y reducir la propagación de COVID-19 en su comunidad.
- **Evite viajar si es posible.** Los neoyorquinos deben permanecer locales y conectarse con familiares y amigos de fuera de la ciudad a través de comunicaciones telefónicas y otras comunicaciones virtuales este año. Viajar lo pone a usted, a su familia y a su comunidad en riesgo. Si debe viajar, animamos a todos los residentes de NYCHA a hacerse la prueba y la cuarentena después del viaje. Consulte [New York State's travel quarantine requirements](#) para obtener más información.
- En los residenciales de NYCHA y otros edificios de apartamentos residenciales, no se reúna en las áreas del vestíbulo y mantenga el uso del ascensor a dos personas por viaje.
- **Quédese en casa si no se siente bien.** Si se enferma, quédese en casa cuando sea posible, o solo salga de casa para recibir atención médica y pruebas de salud esenciales.
- **Hágase la prueba.** Hay sitios de prueba de COVID-19 gratuitos en los cinco distritos. Para encontrar un sitio, visite [nyc.gov/covidtest](https://www1.nyc.gov/covidtest) o envíe el mensaje de texto "COVID test" al 855-48.
- **Si la prueba es positiva, por favor conteste su teléfono.** Un operador de la ciudad lo llamará para conectarlo con los recursos y ayudar a identificar a otras personas que pueden estar enfermas y no lo saben. Toda la información recopilada se mantendrá confidencial. La ciudad está aquí para ayudarle - usted no será penalizado de ninguna manera por dar positivo.

Le animamos a que consulte estos otros consejos de DOHMH para mantenerse saludable durante la temporada de vacaciones: <https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/covid/covid-19-safer-holidays.pdf>.

Finalmente, el sitio web de NYCHA tiene la información más reciente de nuestros socios de salud de la Ciudad, el Estado y el gobierno federal, incluyendo orientación para ventilar adecuadamente su apartamento, especialmente durante las cenas navideñas y cuando se hospeda a visitantes que no son miembros de su hogar. Para obtener más información sobre COVID-19, visite nyc.gov/nycha-covid-19-resources.

La salud y seguridad de los residentes de NYCHA es nuestra prioridad número uno. Trabajando juntos, podemos prevenir la propagación de COVID-19 en los residenciales de NYCHA y en toda la ciudad de Nueva York.

Gracias; ¡le deseamos a usted y a su familia una temporada navideña feliz, saludable y segura!