





Manténgase saludable

Manténgase activo y disfrute del aire libre - encuentre opciones en *NoCORecovers.com/plan*

Coma saludable

- Banco de comida del condado de Larimer: foodbanklarimer.org/resources
- Oficina de Extensión del condado de Larimer: larimer.gov/extension

Salud Mental

- Salud conductual del condado de Larimer larimer.gov/behavioralhealth/resources
- Socios de salud de SummitStone: summitstonehealth.org



Vacunese

Departamento de Salud y Medio Ambiente del condado de Larimer: *larimer.gov/health*



Hágase la prueba si tiene síntomas

Recursos en el condado de Larimer: larimer.gov/health



Aprenda dónde puede recibir tratamiento

Recursos en el condado de Larimer: larimer.gov/health



Crea un plan de aislamiento por si acaso

- Calculadora de orientación y aislamiento de los CDC: cdc.gov/coronavirus
- Licencia por enfermedad pagada según la Ley de Familias y Lugares de Trabajo Saludables de Colorado: cdle.colorado.gov/hfwa
- Asistencia para el cuidado de niños: ecclc.org
- Asistencia financiera: larimer.gov/humanservices/public-benefits



Los posibles síntomas de COVID-19 incluyen:



- Fiebre o escalofrío
- Tos
- Dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolor de cabeza
- Dolores musculares o corporales
- Pérdida del sentido del gusto o del olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

Si tiene síntomas de COVID-19, siga estos pasos:



Use una máscara tan pronto que sepa que estuvo expuesto a una persona con COVID positivo o cuando comiencen sus síntomas de COVID



2

Tome una prueba de COVID-19

- Tome una prueba en su casa o busque ubicaciones en larimer.gov/covid19 y (970) 498-5500
- Si su prueba de COVID es negativa, no necesita aislarse, pero continúe tomando precauciones usando una máscara durante 10 días





Si su prueba de COVID es positiva

- Use una máscara y aíslese de las personas que no están enfermas.
- Utilice la calculadora de aislamiento de los CDC para determinar la duración de su aislamiento www.cdc.gov/coronavirus o llame al (970) 498-5500



4

Hable con su proveedor de atención médica sobre el tratamiento de COVID

Visite *www.larimer.gov/covid19* o llame al **970-498-5500** para asistencia



