

# PLAN DE PRUEBAS EN ARIZONA COVID-19 Y EXÁMENES DE ANTICUERPOS

Presentado para usted  
en asociación con



## Maneras de mantener su vida social durante EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL

El coronavirus nos tiene a todos haciendo lo que sea necesario para mantener a todos sanos. Una gran parte de este esfuerzo es el distanciamiento social, lo que significa evitar los grupos grandes y los ambientes públicos. Aquí hay algunas ideas de cómo hacer más espacio—de forma saludable.

### EN VEZ DE...

Comer en tu  
restaurante favorito

Viajar para ver  
a los amigos

Visitar a los ancianos  
y enfermos

Ir al gimnasio

### HAZ ESTO...

Prepara tu plato  
favorito en familia

Haz un video chat  
con un café

Escríbe una nota a  
mano o llámalos

Sale a caminar correr,  
o montar bicicleta



## ESTAMOS TODOS JUNTOS EN ESTO.

Para más información, visite: [equalityhealth.com/covid19/](https://equalityhealth.com/covid19/)

[equalityhealthfoundation.org/testing](https://equalityhealthfoundation.org/testing)