

**Recomendaciones
para una Navidad
segura por la
COVID-19**



Recomendaciones para una navidad segura por la COVID-19

Estas Navidades van a ser diferentes en todo el mundo. Va a ser necesario adaptarse y hacer las cosas de otra manera. Es época de mantener los valores que definen estas fiestas y que nos han permitido hacer frente como sociedad a los peores meses de la crisis: solidaridad, generosidad, apoyo y, sobre todo, **cuidarnos**.

Ten siempre presentes las 6 M:

- **M**ascarilla, también en reuniones familiares.
- **M**etros: mantener la distancia física interpersonal de al menos 1,5 m.
- **M**anos: lavado frecuente de manos, preferentemente con agua y jabón.
- **M**enos contactos y en una burbuja estable.
- **M**ás ventilación: actividades al aire libre y ventanas abiertas.
- **M**e quedo en casa si tengo síntomas o me han diagnosticado de COVID, si estoy esperando resultados o si he estado en contacto con un caso.



Además recuerda:

- Planificar las compras con antelación, y prioriza el comercio local.
- Respeta el número máximo de personas permitidas en reuniones (preferible 6, máximo 10).
- En las comidas, existe un mayor riesgo de contagio, por eso, extrema medidas, prioriza el aire libre y utiliza platos individuales, sin fuentes en el centro ni aperitivos para compartir.
- Toma medidas en los encuentros familiares y de amigos/as.
- Prioriza los encuentros al aire libre con personas no convivientes (pasear, ir al parque, etc).
- Y utiliza la APP Radar COVID.

Recomendaciones para una navidad segura por la COVID-19



Disfrutemos estas Navidades con responsabilidad, pensando más en la prevención, para así disfrutar de futuras Navidades y fiestas con nuestros seres más queridos.

¡Os deseamos Felices Fiestas! Equipo SEPRUS