

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...

Haz esto...

Comer en tu restaurante favorito

Prepara tu plato favorito en familia



Pasa el queso, por favor!

Viajar para ver a los amigos

Haz un video chat con un café



Hola!

Visitar a los ancianos y enfermos

Escríbe una nota a mano o llámalos



Esto le alegrará el día!

Ir al gimnasio

Sale a caminar, correr, o montar bicicleta



Qué divertido!

Estamos todos juntos en esto.

Ve recursos útiles en cómo obtener cuidados desde la casa a [AtriumHealth.org/Coronavirus](https://www.AtriumHealth.org/Coronavirus)



Atrium Health