



COVID-19 SAFETY FOR THE HOLIDAYS

Staying home is the best way to protect yourself and others from spreading the virus that causes COVID-19.

Low risk activities

- A small dinner with only people who live in your household
- Preparing family recipes for family and neighbors and delivering them in a way that doesn't involve contact with others
- Calling friends and family during dinner and sharing recipes through email or text
- Shopping online
- Watching sports events, parades, and movies from home with those who live in your home

Moderate risk activities

- Having a small outdoor dinner with family and friends who live in your community
 - **Outdoors is safer than indoors; gather in a garage with doors open or on a porch**
 - **Wear a face mask when around anyone who does not live in your home**
 - **Stay at least 2 arm lengths from others and wash hands often**
 - **Don't touch your face mask, eyes, nose, and mouth**
 - **Don't sing or shout, especially indoors. Keep music levels down so people don't have to shout to be heard**
 - **Have one person (wearing a mask) serve all food**

High risk activities

- Going shopping in crowded stores
- Going to crowded events, parades or concerts
- Using alcohol or drugs, which can make you less likely to follow good health guidelines
- Attending large indoor gatherings with people from outside of your household

If you may have COVID-19 or you may have been around someone with COVID-19, you should stay at home.

Learn more holiday tips at [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)



SEGURIDAD COVID-19 PARA LAS VACACIONES

La Navidad es una época en la que muchas familias viajan largas distancias para celebrar juntas. Viajar aumenta la posibilidad de contraer y propagar el virus que causa COVID-19. Quedarse en casa es la mejor manera de protegerse y proteger a los demás. Si debe viajar o tener a otras personas en su hogar, infórmese de los riesgos involucrados.

Actividades de menor riesgo

- Tener una cena pequeña solo con personas que viven en su hogar
- Preparar recetas familiares tradicionales para la familia y los vecinos, especialmente aquellos con mayor riesgo de enfermedad grave por COVID-19, y entregarlas de una manera que no implique el contacto con otras personas.
- Tener una cena virtual y compartir recetas con amigos y familiares.
- Compra en línea
- Ver eventos deportivos, desfiles y películas desde casa con quienes viven en su hogar

Actividades de riesgo moderado

- Tener una pequeña cena al aire libre con familiares y amigos que viven en su comunidad.
- Reduzca su riesgo siguiendo las recomendaciones de los CDC sobre la organización de reuniones:
 - El exterior es más seguro que el interior (o considere reunirse en un garaje con las puertas abiertas o en un porche)
 - Brinde a los invitados información sobre las pautas de COVID-19 que se implementarán en la reunión
 - Exija a los invitados que se cubran la cara cuando estén cerca de alguien que no viva en su hogar
 - Manténgase al menos a 6' de los demás y lávese las manos con frecuencia
 - Evite tocarse la mascarilla, los ojos, la nariz y la boca. - Evite cantar o gritar, especialmente en interiores. Mantenga los niveles de música bajos para que la gente no tenga que gritar para ser escuchada
 - Haga que una persona (con máscara) sirva toda la comida para que varias personas no manipulen los utensilios

Actividades de mayor riesgo

Evite estas actividades de mayor riesgo para ayudar a prevenir la propagación del virus que causa COVID-19:

- Ir de compras a tiendas abarrotadas
- Participar o ser espectador en una carrera concurrida
- Asistir a desfiles llenos de gente
- Consumir alcohol o drogas, que pueden nublar el juicio y aumentar los comportamientos de riesgo.
- Asistir a grandes reuniones interiores con personas de fuera de su hogar

Si puede tener COVID-19 o puede haber estado expuesto a alguien con COVID-19, no debe participar en festividades en persona. Cuando planea organizar una celebración navideña, debe evaluar los niveles actuales de COVID-19 en su comunidad para determinar si posponer, cancelar o reducir la cantidad de asistentes.

Obtenga más consejos sobre las fiestas en [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)