

KEEP N.F.S.D. SAFE AND HEALTHY



WASH YOUR HANDS FREQUENTLY

Regularly and thoroughly clean your hands with an alcohol-based hand rub or wash them with soap and water.



MAINTAIN PHYSICAL DISTANCING

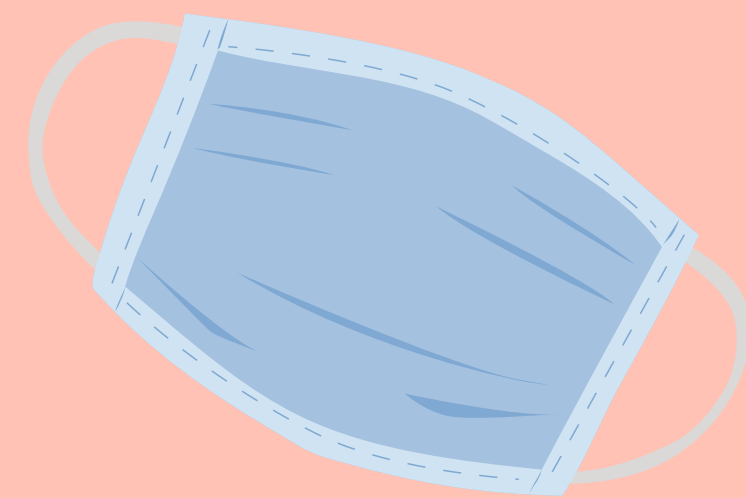
Maintain at least 2 meters (6 feet) distance between yourself and any other students or staff



IF YOU'RE SICK - STAY HOME!!!

If you have any of these symptoms:

- Fever (100.4 or higher) or chills
- Cough
- Shortness of breath or difficulty breathing
- Fatigue
- Muscle or body aches
- Headache
- New loss of taste or smell
- Sore throat
- Congestion or runny nose
- Nausea or vomiting
- Diarrhea



WEAR YOUR MASK

Cover your mouth and nose. Make sure there are no gaps between your face and the mask.

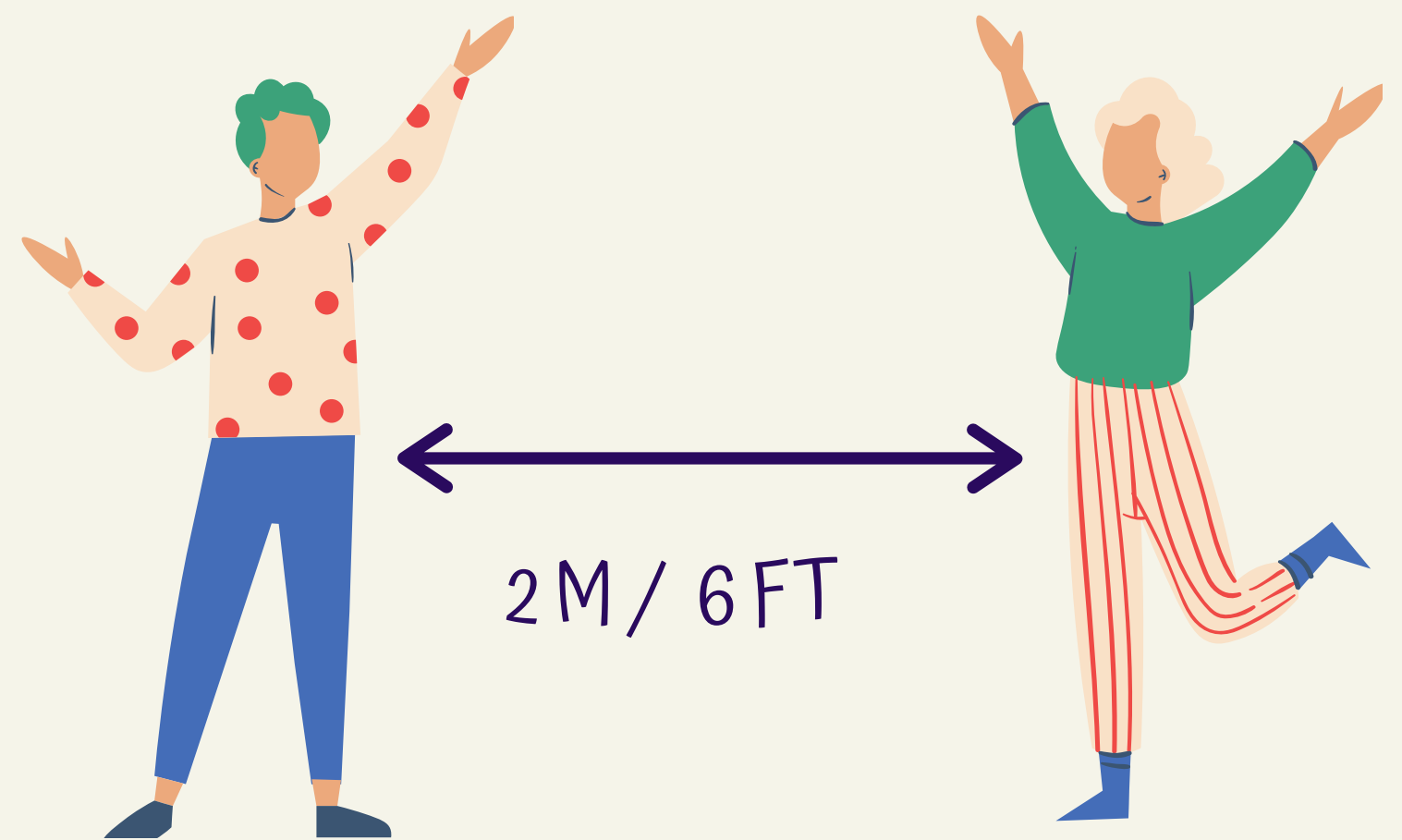
Avoid touching the mask. If you do, clean your hands with alcohol-based hand rub or soap and water.

MANTENGA N.F.S.D. SEGURO Y SALUDABLE



LÁVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA

Lávese las manos con regularidad y en profundidad con un desinfectante para manos a base de alcohol o láveselas con agua y jabón.



MANTENER DISTANCIAMIENTO FÍSICO

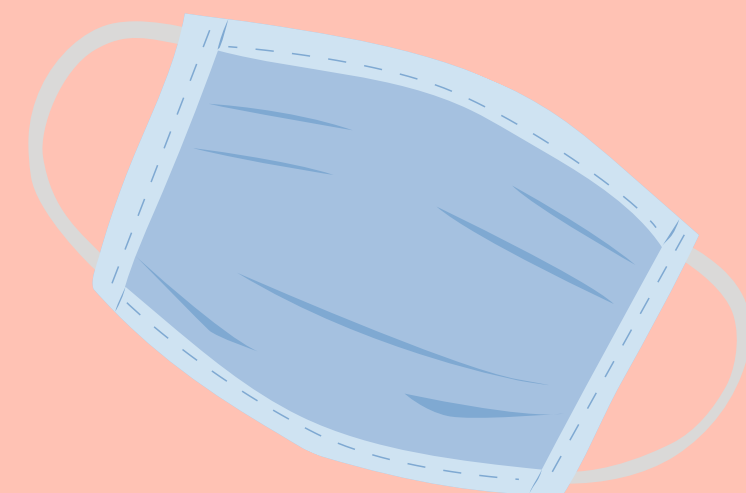
Mantenga una distancia de al menos 2 metros (6 pies) entre usted y cualquier otro estudiante o personal



SI ESTÁS ENFERMA - QUÉDATE EN CASA!

Si tiene alguno de estos síntomas:

- Fiebre (100,4 o más) o escalofríos
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar.
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida del gusto u olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal.
- Náuseas o vómitos
- Diarrea



USA TU MÁSCARA

Cúbrase la boca y la nariz. Asegúrese de que no haya espacios entre su cara y la mascarilla.

Evite tocar la mascarilla. Si lo hace, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol o con agua y jabón.