

Únase a nosotros para mantener saludables a los vecinos

Estimadas familias de Mountain View, Los Altos y Los Altos Hills,

Las autoridades locales han compartido con nosotros sus inquietudes y observaciones de que grupos de niños y adolescentes están fuera de casa y parecen ignorar los protocolos de distanciamiento social. Como los superintendentes encargados de la educación y el bienestar de los niños locales, y como sus vecinos, queremos proporcionar una orientación clara y específica relacionada con el [directiva sobre distanciamiento social y vivienda](#) en su lugar en lugar de nuestra comunidad. A medida que COVID-19 continúa extendiéndose a un ritmo alarmante en todo el estado y la nación, es absolutamente **esencial** que todos hacemos nuestra parte para proteger a nuestras comunidades y cuidarnos mutuamente al cumplir con estas directivas.

Eche un vistazo a estas útiles preguntas frecuentes del Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara para comprender cómo seguir las directivas.

[Preguntas frecuentes en inglés](#)

[Preguntas frecuentes en español](#)

[Preguntas frecuentes en chino](#)

Aquí hay algunos consejos simples:

- Siga estrictamente las directivas y la orientación de Salud Pública y deje en claro a su familia que espera que hagan lo mismo.
- Practique una higiene excelente y preste mucha atención a su salud.
- Continúe comprando solo cantidades normales de suministros esenciales, alimentos y medicamentos. Las tiendas de abarrotes, farmacias y otros servicios esenciales permanecerán abiertos.

Sabemos que muchas de nuestras familias pueden tener preguntas sobre estas regulaciones y cómo seguirlas con los niños y adultos jóvenes en el hogar. Si bien los niños pueden no ser tan susceptibles a enfermedades graves por el nuevo coronavirus, aún pueden enfermarse y transmitir enfermedades a los más vulnerables. Asegúrese de que sus hijos estén practicando un estricto distanciamiento social y una excelente higiene.

Aquí hay algunos consejos que los expertos en salud están transmitiendo a aquellos de nosotros con niños o adolescentes en casa:

Hacer:

1. Permita que los niños y adolescentes salgan todos los días en un entorno donde puedan mantener un distanciamiento social adecuado de seis pies de los demás. Esto podría incluir jugar en el patio trasero, o caminar, correr o caminar.
2. Anime a sus hijos a mantener un contacto regular por teléfono o video chat con amigos y familiares. Dale tiempo para socializar.
3. Encuentre el tiempo para jugar, leer libros y discutir lo que hacen sus hijos cada día, incluido el aprendizaje a distancia.

4. Tómese el tiempo para escucharse y compartir sus sentimientos. Los adultos que equilibran el trabajo y el cuidado infantil durante todo el día, sin duda, están estresados, al igual que los niños.

No haga:

1. No organice grupos de juego o fechas de juego para niños pequeños o reuniones para adolescentes en su hogar o en los hogares de otros.
2. No permita que sus hijos y adolescentes se reúnan en un parque u otras áreas del vecindario, a menos que usted u otro adulto puedan supervisar y garantizar la regla de separación de seis pies.
3. No permita que sus hijos y adolescentes pasen el rato en las escuelas. Nuestros conserjes han estado trabajando muy duro para mantener nuestras escuelas desinfectadas y seguras, y con las escuelas cerradas, no hay razón para que alguien esté en el campus en este momento.
4. No permita que sus hijos salgan de la casa o del patio trasero si presentan signos de enfermedad, especialmente fiebre, tos o secreción nasal.
5. No participe en ningún viaje no esencial, incluso dentro de California o el Área de la Bahía. Esto es particularmente importante a medida que se acercan las vacaciones de primavera. Tenga en cuenta que la mayoría de las aerolíneas, hoteles y otros negocios relacionados con el turismo están ofreciendo reembolsos y créditos.

Depende de todos nosotros, cada miembro de nuestra comunidad, proteger la salud pública. Tenemos la capacidad, al trabajar juntos, para mitigar esta devastadora crisis de salud.

Sinceramente,

Jeffrey Baier, Superintendente, Distrito Escolar de Los Altos

Nellie Meyer, Superintendente, Mountain View-Los Altos Union High School District

Ayindé Rudolph, Superintendente, Distrito Escolar Whisman de Mountain View