

Cinco consejos de seguridad para el regreso a clases

Una lista para ayudar a todos a mantenerse seguros mientras los niños regresan a clases y aprovechar al máximo la oportunidad de aprender en persona este año escolar.

1. **Haga un plan para vacunar a todos los miembros de su hogar que ya son elegibles.** La vacunación es la herramienta más eficaz que tenemos para mantenernos a salvo del COVID-19. La vacunación también ayudará a que nuestros niños sigan asistiendo a la escuela. Las personas vacunadas no necesitan ponerse en cuarentena a menos que presenten síntomas. Los miembros de su hogar que tienen 12 años o más pueden recibir una vacuna contra el COVID-19 gratuita y hay citas y clínicas disponibles sin cita todos los días en todo el estado. Proteja a sus hijos y sus compañeros, incluyendo a los demasiado pequeños para vacunarse, vacunando a todos los miembros elegibles de su hogar.
2. **Use cubrebocas en lugares públicos y cuándo viaje en un vehículo compartido.** Los cubrebocas son eficaces para prevenir la propagación de COVID-19 y pueden reducir la necesidad de ponerse en cuarentena y perder clases en persona. Oregon actualmente requiere que todas las personas de cinco años o más usen cubrebocas en todos los espacios públicos interiores y en espacios públicos al aire libre donde es difícil mantener seis pies de distancia física. Con la variante Delta circulando en nuestras comunidades, es recomendado también usar cubrebocas en lugares privados si está con personas de diferentes hogares. Si usted y su hijo comparten un vehículo con otras familias, todos deben usar cubrebocas y bajar las ventanas para tener una buena circulación del aire.
3. **Limite las reuniones con otros hogares— incluyendo eventos para niños, como fiestas de cumpleaños.** Si sus hijos tienen un cumpleaños a principios de otoño, celebre solo con su familia. Puede posponer las celebraciones más grandes hasta que la propagación de la variante Delta haya disminuido (¡haga una fiesta de mitad de cumpleaños!). Si realiza una reunión con personas de otros hogares, que sea al aire libre y con cubrebocas si es difícil mantener distancia de otros.
4. **Realice las actividades sociales al aire libre.** Para ayudar a minimizar la exposición de los niños al COVID-19, intente planear actividades al aire libre cuando sea posible — especialmente cuando estén con personas de otros hogares. Esto incluye citas para jugar al aire libre, reuniones sociales, caminatas en el parque y deportes. Recuerde usar cubrebocas cuando no pueda mantener distancia con personas que no viven con usted.
5. **Haga un plan en caso de que su hijo necesite faltar a la escuela.** Este otoño, regresaremos a la escuela de tiempo completo en persona. Para los estudiantes, las familias y el personal de la escuela, esto puede generar sentimientos de emoción, oportunidad, anticipación, incertidumbre y nerviosismo. Para mantener a todos lo más seguros posible durante todo el año, es posible que se requiera que algunos grupos de estudiantes falten a clase en persona si están expuestos a alguien con COVID-19. Comuníquese con su escuela para aprender más sobre sus planes cuando los estudiantes deban faltar a la escuela. El Departamento de Educación de Oregon también tiene recursos para que las familias hagan un plan de apoyo si su hijo necesita faltar a la escuela. Estar preparado puede facilitar este momento difícil y ayudar a su hijo a con transiciones.

No lo olvide — [hay recursos disponibles](#) para entender qué están haciendo las escuelas para proteger a los estudiantes y a sus hogares del COVID-19. Siéntase siempre libre de comunicarse directamente con el maestro de su hijo sobre sus necesidades.

Accesibilidad a los documentos: para las personas con discapacidades o las personas que hablan un idioma que no es inglés, el OHA puede proporcionar información en formatos alternativos, como traducciones, letra grande o braille. Comuníquese con el Centro de Información de Salud llamando al 1-971-673-2411, TTY: 711, o bien, envíe un correo electrónico a COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us.