

# Informe a los **PADRES**

## Mejora el clima, mejoran los hábitos

**E**l clima se vuelve más cálido y esto nos permite realizar más actividades al aire libre. Si bien estar al aire libre es menos riesgoso que estar puertas adentro, aún seguimos luchando contra la propagación del COVID-19. Estas estrategias ayudarán a los niños y a las familias a crear hábitos saludables antes de ir a plazas y parques locales, o de participar en eventos deportivos durante la primavera.

### Actividades al aire libre

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE. UU. indican que las actividades al aire libre son menos riesgosas que las actividades puertas adentro, donde hay menos ventilación y menos espacio. Sin embargo, en todas las actividades al aire libre se recomienda mantener una distancia de al menos 6 pies, usar una mascarilla y limitar el tiempo que interactuamos con otras personas.
- A qué lugares ir:** A medida que el clima se vuelve más agradable, es probable que ir a un parque, a una playa o a un centro recreativo al aire libre sea la opción preferida por todos para realizar actividades. Para ayudar a prevenir la propagación de gérmenes y limitar el hacinamiento, le recomendamos que visite lugares que estén cerca de su hogar, y asegúrese de consultar las políticas específicas del sitio antes de ir.

### Consejos para ir a un parque infantil

- Puede ser difícil garantizar la seguridad en los parques infantiles de comunidades donde existe un riesgo elevado de propagación del COVID-19, debido a la aglomeración y a la dificultad para mantener las superficies limpias y desinfectadas. Si elige visitar un parque infantil, le recomendamos enfáticamente mantener una distancia de al menos 6 pies y lavarse las manos antes y después de la visita.

### Consejos para hacer deportes

- Si su hijo decide practicar un deporte al aire libre, hable con el entrenador y hágale saber que usted respeta todas las medidas para ayudar a disminuir la propagación del COVID-19. Pídale al



entrenador que limite la proximidad física entre los jugadores en las áreas de práctica y en las líneas laterales, y asegúrese de incluir mascarillas adicionales en el bolso deportivo de su hijo en caso de que la mascarilla se moje, se ensucie o su hijo sude mucho.

### Consejos para el lavado de manos

- Se recomienda enfáticamente lavarse las manos cuando se juega al aire libre, y es especialmente importante a medida que continuamos luchando contra la propagación del COVID-19. Fomente el lavado de manos después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Asegúrese de que su hijo use agua y jabón, y se lave las manos durante al menos 20 segundos.

### Paquetes de bienvenida de Lysol

- Los hábitos saludables que se enseñan en la escuela ayudan a reforzar lo que los niños aprenden en casa. Aliente a la escuela de su hijo para que use los Paquetes de bienvenida de Lysol. Estos paquetes incluyen divertidos materiales educativos, carteles, calcomanías y mucho más para apoyar a las escuelas que implementan la educación presencial. Los Paquetes de bienvenida están disponibles para su descarga e impresión en **Lysol.com/HERE**.