

# Cubreboqa + consejos de higiene

San Francisco



Aviso: Las cubrebocas de tela protegen contra el covid-19 pero NO contra el humo del fuego

## Usando su cubreboca



- **Cúbrase** la nariz, la boca y la barbilla
- **Use** su cubreboca cuando esté cerca de otras personas
- **Use** su cubreboca cuando esté en un autobús, el metro, o en una tienda
- **No toque** la cubreboca o su cara antes de lavarse las manos

## Lavando su cubreboca

Lave su cubreboca con agua caliente y jabón al final de cada uso

- **Seque al aire** su cubreboca después de lavarlo
- Lave su cubreboca **al menos una vez al día**
- Dónde lavarse: pase a la próxima página para ver las estaciones de lavado de manos. También puede lavar su cubreboca donde lava su ropa o obtiene agua para cocinar



## Mantenerse saludable

- **Lávese las manos con frecuencia** durante 20 segundos a la vez, especialmente después de ir al baño y antes de comer
- Pase a la próxima página para ver una lista de lugares donde lavarse las manos --
- **Use desinfectante para manos** si no puede lavarse las manos
  - **Manténgase a 6 pies de distancia** de otras personas siempre que sea posible
  - **No se toque la cara** a menos que se haya lavado / desinfectado las manos primero



## Si está enfermo/a

- **Los principales síntomas del coronavirus** son tos seca y dificultad de respiro. Fiebre, dolor de cabeza, escalofríos, dolor de garganta, dolor muscular y pérdida del gusto u olfato también son síntomas
- **Si se siente enfermo**, llame al SF Community Clinic Consortium: **(415) 355-2222**
- **Si tiene problemas respirando**, llame al **911**

FUENTES DE INFORMACIÓN: CDC, WHO, NYT, CIUDAD DE BERKELEY

CREADO POR MASKS2ALL

VISITE [MASKS2ALL.ORG](https://masks2all.org) PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

## Tenderloin

101 Hyde St. – P	Eddy St. & Larkin St. – P	Taylor St. & O'Farrell St. – P
133 Golden Gate Ave. & Jones St. – P	Grove St. & Larkin St. (JCDecaux) – P	Turk St. & Jones St. – H
180 Jones St. – P	Hallidie Plaza (JCDecaux) Mid Market – P	UN Plaza (JCDecaux) Mid Market – P
388 Ellis St. – P	Larkin St. & McCallister St. – P	UN Plaza: Leavenworth St. & McAllister St. – H
Ellis St. and Taylor St. – H	Leavenworth St. & Turk St. – P	Willow St. & Larkin St. – P
Eddy St. and Jones St. – P	Myrtle St.&Larkin St. (JCDecaux) Lower Polk – P	Willow St. & Polk St. – H

## SOMA

5th and Bryant – P	148 6th St. – P	Victoria Manalo Draves Park (Rec Park) – P
527 5th St. – H	Mission Street & 7th Street – P	
6th and Jessie Streets – P	Mission St. & 9th St. – P	

## Mission

211 13th St. – H	24th St. & Mission St. – P – 9am-8pm	Folsom St. & 23rd St. – H
344 14th St. – P	1550 Bryant St. – H	Harrison St. & 26th St. – P
15th St. & Julian Ave. – H	1645 Bryant St. – P	Mission St. & 18th St. – P – M-F 12:30pm-7:30pm
1661 15th St. – P	1850 Brystan St. – P	220 San Bruno – P
16th St. & Mission St. (JCDecaux) – P – 9am-8pm	Cesar Chavez & Potrero Ave. – P	SFGH Building 25 – P
16th St. & Capp St. – P – M-F 11am-6pm	Florida St. & 17th St. – H	SFGH Building 80/90 – P
23rd St. & Treat Ave. – P	Florida St. & Divsion St. – P	

## Bayview Hunter's Point

1529 Armstrong Ave. between Keith and Jennings – H	2111 Jennings St. – P	1100 Thomas Ave. – P
245 Bayshore Blvd. – P	Mendell Plaza Bayview – P	Thomas Ave. & Hawes St. – H
Carroll Ave. & Ingalls St. – H	200 Napoleon St. – P	
1900 Evans Ave. – P	Selby St. & McKinnon Ave. – P	

## Other (neighborhood in parentheses)

3565 16th St. & Market St. – H ( <b>Castro</b> )	Market St. and Steuart St. – H ( <b>FiDi</b> )	48th Ave. & Fulton St. – P ( <b>Outer Richmond</b> )
2300 Market St. – P ( <b>Castro</b> )	Great Highway near Beach Chalet – P – Mon-Fri 11am-6pm ( <b>Golden Gate Park</b> )	Geary Boulevard & 18th Ave. – P ( <b>Outer Richmond</b> )
Market St. & Castro St. – P ( <b>Castro</b> )	Stanyan St. & Waller St. (JCDecaux) Haight Ashbury – P ( <b>Golden Gate Park</b> )	Barneveld Ave. & Loomis St. – H (Produce Market)
Market St. & Church St. (JCDecaux) – P – 9am-8pm ( <b>Castro</b> )	Ashbury St. & Haight St. – H ( <b>Haight Ashbury</b> )	456 Winston Dr. & Buckingham Way – P ( <b>Stonestown</b> )
Jackson St. and Powell St. – H ( <b>Chinatown</b> )	Haight & Buena Vista Ave. West – P – Mon-Fri 12pm-7pm ( <b>Haight Ashbury</b> )	Judah St. & La Playa St. (Rec Park) Outer Sunset – P ( <b>Sunset/Parkside</b> )
Selby St. & Evans Ave. – H ( <b>Central Waterfront</b> )	Washington Square at Union St. (JCDecaux) – P – 9am-8pm ( <b>North Beach</b> )	Larch St. – P ( <b>Western Addition</b> )
Embarcadero Plaza (JCDecaux) – P ( <b>FiDi</b> )	24th Ave. & Balboa St. – P ( <b>Outer Richmond</b> )	Willow St. – P ( <b>Western Addition</b> )

Todas las estaciones están abiertas las 24 horas, los 7 días de la semana a menos que se indique lo contrario

**P= paradas en boxes** ((incluye inodoros, lavabos, eliminación de agujas y estaciones para desechos de perros)

**H= estaciones de lavado de manos**