



# XINCON

THE QUALITY OF YOUR LIFE, THE PEACE OF YOUR MIND.

## Debido al Brote COVID-19

### Xincon presenta Oficina Virtual

Debido al brote de COVID-19, Xincon abre nuestra oficina virtual para ayudar a nuestra comunidad y empleados a minimizar los viajes innecesarios. Nuestra oficina virtual podrá manejar todas las funciones, así como todas sus preguntas. Las siguientes funciones regulares de oficina se pueden encontrar en línea:

- Nuevo asistente de registro
- Enviar formulario físico y documentos
- Busque un Caso
- Asistente en Línea
- En línea In-Services



Si tiene alguna pregunta, escanee nuestro código QR o envíe un mensaje de texto 007 al 888111 para nuestro sitio web.

**\*\*\*Por favor traiga con usted su Xincon ID cuando vaya al trabajo. \*\*\***

Tenemos horarios de oficina limitados y personal limitado para este período de tiempo, consulte a continuación los detalles.

Manhattan	:	Viernes	10am a 2pm
Flushing	:	Viernes	9am a 2pm
Brooklyn	:	Viernes	10am a 3pm
Staten Island	:	Cerrado	
Long Island	:	Cerrado	

para la hoja de tiempo, envíe un fax al 1-212-560-9229, O escanear y enviar por correo electrónico a: [ts@xinconcare.com](mailto:ts@xinconcare.com)

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nosotros al 212-560-9218 en cualquier momento.

## CORONAVIRUS (COVID-19) CRIBADO Y RECORDATORIO

Si comienzas a experimentar:

- signos y síntomas que se asemejan a los de COVID-19, como fiebre (100.4 ° F / 38 ° C o más), tos, falta de aliento, dolor de garganta o
- queda expuesto a cualquier persona con la enfermedad
- una persona que está bajo investigación por COVID-19
- están enfermos con enfermedades respiratorias,

Luego, colóquese bajo cuarentena y notifique de inmediato a Xincon Home Health Care Services.

- Busque atención médica.
- Llame antes de ir al consultorio de un médico o a la sala de emergencias.
- Informe a su médico acerca de su viaje reciente y sus síntomas.
- Evite el contacto con otros.

**Si le diagnostican COVID-19, debe someterse a cuarentena obligatoria y seguir TODAS las instrucciones de su proveedor médico. DEBE notificar de inmediato a Xincon**

Los servicios de atención médica domiciliaria de Xincon de acuerdo con el Departamento de Salud del Estado de Nueva York (NYSDOH) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) requieren que si ha viajado hacia y desde cualquiera de los países restringidos \*\* en los últimos 14 días o es de un pueblo / ciudad local donde se está produciendo una propagación comunitaria de COVID-19, Xincon NO le permitirá reanudar el trabajo hasta al menos 14 días después de llegar a los EE. UU., o 14 días desde la última exposición a la virus. ***Tenga en cuenta que, si está enfermo, NO PUEDE volver a trabajar hasta que esté TOTALMENTE RECUPERADO***

A partir de hoy 16 de marzo de 2020, \*\* los países restringidos \*\* son (la lista está sujeta a cambios en cualquier momento):

- China
- Corrí
- Corea del Sur
- Europa (Área Schengen): Austria, Bélgica, República Checa, Dinamarca, Estonia, Finlandia, Francia, Alemania, Grecia, Hungría, Islandia, Italia, Letonia, Liechtenstein, Lituania, Luxemburgo, Malta, Países Bajos, Noruega, Polonia, Portugal, Eslovaquia, Eslovenia, España, Suecia, Suiza, Mónaco, San Marino, Ciudad del Vaticano
- Reino Unido e Irlanda: Inglaterra, Escocia, Gales, Irlanda del Norte, República de Irlanda

Xincon, requiere que te laves las manos durante al menos 20 segundos con agua y jabón

1. Inmediatamente después de ingresar a la casa de un cliente
2. Antes y después de cada procedimiento.
3. Después de quitarme los guantes
4. Cada vez que mis manos se ensucian visiblemente
5. Si creo que tengo las manos sucias
6. Antes de comer o preparar comidas
7. Después de ir al baño o al cliente

Si no hay agua y jabón disponibles, use al menos un desinfectante para manos a base de alcohol al 60% para limpiar sus manos, y luego lávese las manos con agua y jabón una vez que esté disponible.

8. Xincon también recomienda que lleves tu ropa de trabajo al trabajo y que te cambies a ella una vez que llegues allí, y que la lleves antes de irte a casa

### **CONSEJOS PARA MANTENERSE BIEN Y SALUDABLE**

#### **Mantener un sistema inmunitario fuerte mediante:**

Comer bien una dieta balanceada que consista en alimentos de estos cinco (5) grupos de alimentos diariamente:

- Vegetales
- frutas
- granos
- proteínas
- Lácteos

La mala nutrición aumenta el riesgo de enfermarse por infecciones y enfermedades crónicas.

Evite el estrés ya que debilita el sistema inmunitario.

Duerme lo suficiente

Hacer ejercicio regularmente

No fume

Si bebe alcohol, beba solo con moderación

Cocine bien sus carnes

Si no ha recibido la vacuna contra la gripe, es recomendable hacerlo ahora.

### **LAVARSE LAS MANOS CON FRECUENCIA**