

LOS 10 IMPRESCINDIBLES PARA AYUDAR AL VECINDARIO



1 Recuerda salir de casa **sólo para lo imprescindible. A veces se puede ayudar desde tu propia casa.** Y si tienes que salir, piensa en tus vecinas y vecinos.



6 Lava bien tus manos antes y después de salir de su casa. Cúbrete al toser o estornudar **usando pañuelos desechables o la parte interna tu brazo.**



2 Ayuda a las **personas más vulnerables** de tu vecindario, pero no olvides extremar las medidas de higiene y seguridad para evitar ponerte y ponerles en riesgo.



7 Contribuye a evitar abusos, estafas y engaños a personas que **necesitan ayuda:** procura ayudar sólo a personas que te conozcan, no entres en domicilios ajenos, recomienda a quien necesite ayuda que no abra la puerta a desconocidos y no admitas recompensas de ningún tipo.



3 Si quieres ayudar a tus **vecinas y vecinos,** ponte en contacto con ellos para conocer su estado de salud y **saber qué necesitan.**



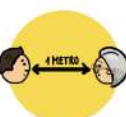
8 Y en todos estos casos, una **llamada telefónica siempre es de gran ayuda.**



4 Si vas a ayudar a una persona de tu vecindario haciéndole la compra o yendo a la farmacia, evita entrar en su domicilio y **deja los artículos en la puerta.**



9 Infórmate bien sobre el coronavirus, **no compartir fake news o bulos también es ayudar.** Infórmate siempre en fuentes oficiales.



5 Si para ayudar a tu vecina o vecino tienes que entrar en su domicilio, sólo en caso de absoluta necesidad, **no toques más que lo imprescindible y mantén la distancia de seguridad interpersonal.**



10 Si lo deseas, puedes hacer la píldora formativa en **www.cruzroja.es**