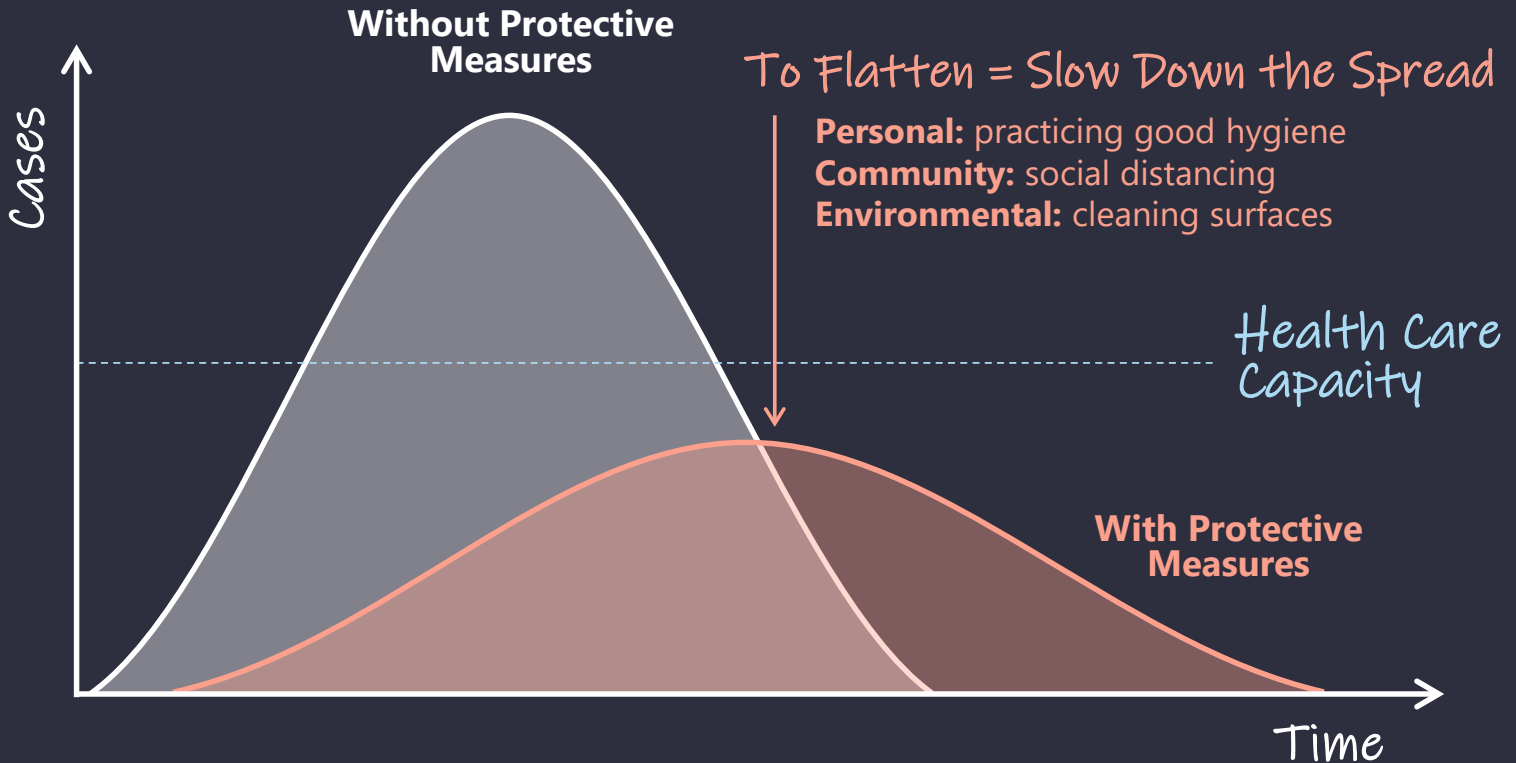


# Flatten the Curve

**Do your part in flattening the curve!**  
This refers to taking protective measures that keep the rate of coronavirus cases at a manageable level for medical providers.



## Reminders for when you are feeling ill...

### Stay Home

People who are mildly ill with COVID-19 are able to recover at home. Do not leave, except to get medical care.

### Go Virtual

Take advantage of telemedicine and virtual visits with your medical provider if possible.

### Call Ahead

Contact the doctor's office or emergency department before you visit. Do not make an unannounced visit.

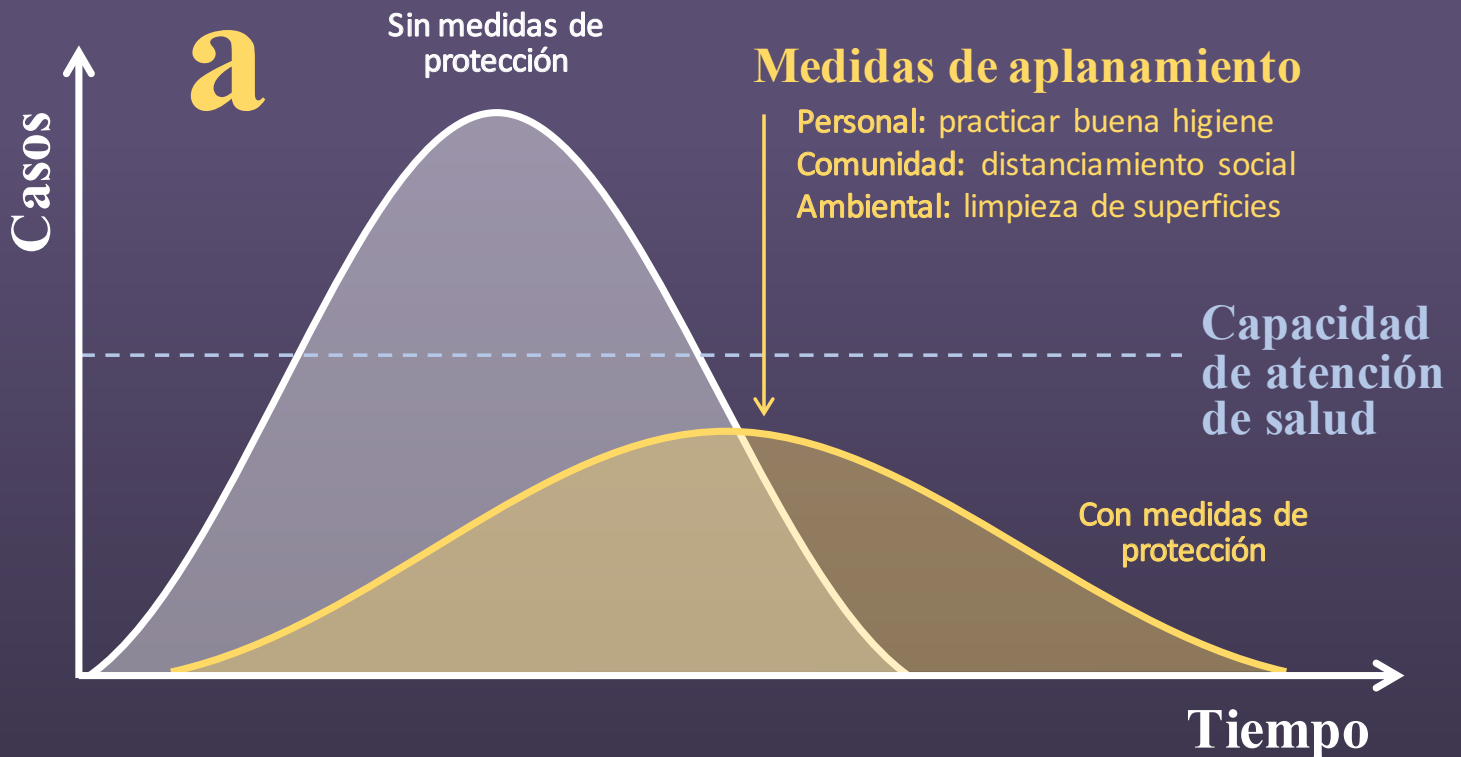
**Doing your part in flattening the curve will help limit surge and give hospitals time to prepare and manage during the coronavirus pandemic.**

**Be Well, Stay Informed, Stand Strong.**  
#COVID19AV

lancaster  ca  
*it's positively clear*

# Aplanar la Curva

¡Haz tu parte para aplanar la curva!  
Esto se refiere a tomar medidas de protección que mantengan la tasa de casos de coronavirus en un nivel manejable para los proveedores médicos.



## Recordatorios para cuando te sientes enferma/enfermo...

### Quedarse en casa

Las personas que están levemente enfermas con COVID-19 pueden recuperarse en casa. No se vaya, excepto para obtener atención médica.

### Vaya virtual

Aproveche la telemedicina y las visitas virtuales con su proveedor médico si es posible.

### Llamar con anticipación

Póngase en contacto con el consultorio del médico o el departamento de emergencias antes de su visita. No haga una visita sin previo aviso.

Hacer su parte para aplanar la curva ayudará a limitar el aumento de tensión y dará a los hospitales tiempo para prepararse y manejar durante la pandemia de coronavirus.

Cuidense, Mantenerse Informado, Mantenerse Fuerte.

#COVID19AV