

INFORMATIVO

RED Comunitaria a Distancia

Nº7 — 25 de junio de 2020

La importancia de resguardarse del COVID19

El Coronavirus mantiene alerta al mundo entero desde hace ya varios meses. Autoridades globales y locales han aplicado diversas medidas y restricciones para reducir el número de contagios, cuyo reforzamiento hoy en día cobra mayor relevancia considerando los contagios, no solo en el país, sino que también en la región y la provincia.

1. **Ditanciamiento físico:** se debe mantener al menos un metro de distancia con otras personas.
2. **Lavado frecuente de manos:** se recomienda hacerlo al menos 20 segundos con agua y jabón, o utilizando alcohol gel.
3. **Al toser o estornudar cúbrete con el antebrazo o con un pañuelo:** luego lava bien tus manos y desecha el papel.
4. **Evita tocar tus ojos, nariz y boca:** ya que de esta forma se transmite el virus.
5. **No compartas bombillas, cubiertos ni vasos.**
6. **Respetá la cuarentena en caso de presentar síntomas o de haber obtenido Covid-19 positivo.**

#QUÉDATEENCASA

INFORMACIÓN ÚTIL PARA LA EMERGENCIA SANITARIA

AGENDA DE CONTACTOS:

- ❖ Salud Responde: 600 360 7777
 - ❖ Fono Mayor: 800 4000 35
 - ❖ Fono Infancia: 800 200 188
 - ❖ Fono Drogas y Alcohol: 1412
 - ❖ Apoyo para niños, niñas y adolescentes: 1515
 - ❖ Fono orientación y ayuda para víctimas de violencia intrafamiliar: 1455
-

DOCUMENTOS ÚTILES:

- ❖ Bienestar emocional
https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/2020.04.12_GUIA-PRACTICA-CUARENTENA-EN-TIEMPOS-DE-COVID19_final.pdf
- ❖ Residencias sanitarias
https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/2020.04.16-coronavirus_flujo-residencia-sanitaria.pdf
- ❖ Cultura en casa
<https://www.gob.cl/coronavirus/culturaencasa/>
- ❖ Programa Contigo Mujer
https://minmujeryeg.gob.cl/?page_id=40227
- ❖ Vida saludable en casa
<http://eligevivirsano.gob.cl/vida-saludable-en-casa-poblacion-general/>

¡Toma nota!



PRODEMU lanza fondo de emergencia para apoyar a mujeres

En el marco del Covid-19, Fundación PRODEMU lanza el fondo de emergencia “Seguimos de pie” que busca apoyar a quienes hayan perdido el empleo y estén buscando formas de generar ingresos a través de emprendimientos informales que les permitan generar recursos durante la pandemia.

El plazo de postulación es hasta el 2 de julio de 2020.

Más información [AQUÍ](#)

Se lanza la plataforma Saludablemente para el autocuidado en tiempo de cuarentena

Cuidar nuestro estado de ánimo en la cuarentena es clave para enfrentar esta pandemia. Conoce el programa Saludablemente del Gobierno, el cual entrega herramientas, orientación y apoyo psicológico a todos quienes lo necesitan.

Más información [AQUÍ](#)

La comunidad se moviliza



Promovemos la comunidad visibilizando iniciativas ciudadanas y emprendimientos locales.

UN MOMENTO DE RELAJO

Profesora de masoterapia ofrece masajes varios (descontracturante, reductivos, cervicales, craneales, desbloqueo de nervio ciático)

Ubicación: Topacio 1199, villa El Ensueño

Contacto: Alice Díaz, +569 81539921

KACILE , EMPRENDIMIENTO EN CUERO DE PESCADO

Aros, llaveros, colgantes, billeteras, correas, carteras, prendedores de pelo

Contacto: Karen Cisterna Legua, +56957841265 o al correo leguakaren@gmail.com

Facebook: Karen cisterna Legua/ Kacile Artesanía en cuero de pescado | Instagram: Karen Tatania Cisterna Legua

¡Mándanos tus datos!

Pasó esta semana



Gobernador de Choapa anuncia residencia sanitaria en Los Vilos para atender pacientes con Covid-19

<https://www.davidnoticias.cl/gobernador-de-choapa-anuncia-residencia-sanitaria-en-los-vilos-para-atender-pacientes-con-covid-19/>

Extienden plazo de postulación a “Choapa, Apoyo Emergencia” en Los Vilos hasta mañana

<https://losviloschile.cl/somoslosvilos/extienden-plazo-de-postulacion-a-choapa-apoyo-emergencia-en-los-vilos/>

Se prorroga mandato de las directivas de organizaciones sociales

<https://radiolosvilos.cl/?p=8663>

Hospital de Los Vilos habilita domo sanitario para sala de espera de urgencias no respiratorias

<http://xn--elvileo-9za.cl/2020/06/25/hospital-de-los-vilos-habilita-domo-sanitario-de-emergencia-instalado-por-ejercito/>



¿Quieres aportar a tu comunidad?

**Escríbenos al
+569 61682495**

Síguenos:

