

March 13, 2020

Querida familia Aldea:

Como el impacto del COVID-19 (nuevo coronavirus) se está sintiendo en todo el país, queríamos tomar un momento para comunicarnos personalmente con usted. La salud y el bienestar de todos y cada uno de ustedes es de suma importancia para nosotros, especialmente durante este momento de estrés e incertidumbre. Estamos monitoreando la situación de cerca y trabajando con agencias estatales y locales para determinar el mejor curso de acción. Esta es una situación cambiante y le daremos noticias lo más rápido posible si algo cambia.

Le recomendamos que sea precavido pero que mantenga la calma y que revise la información a continuación mientras trabajamos juntos para mantener a todos nuestros miembros de la familia y la comunidad de Aldea seguros y saludables:

MANEJANDO LA ANSIEDAD DE COVID-19

- Para los niños: asegúreles que están bien y deje que les hablen sobre sus preocupaciones. Comparta sus propias habilidades para manejar su ansiedad y resolver crisis y limite su exposición a las noticias. Intenten crear rutinas diarias.
- Para los padres: evite la exposición excesiva a la cobertura de los medios y asegúrense de buscar información confiable. Conéctense a través de llamadas/mensajes de texto/internet y enfóquense en su salud mental. Agregue tiempo extra diario para el alivio del estrés y practique el autocuidado.
- Para cuarentena/aislamiento: manténgase en contacto con sus seres queridos a través de medios sociales, mensajes de texto y llamadas telefónicas. Manténgase ocupado con juegos, libros y películas. Concéntrese en nuevas técnicas de relajación y una rutina de autocuidado.

VISITAS DE CARA A CARA

- **En este momento, tenemos planeado que el personal de Aldea coordine directamente con sus clientes para proveer servicios remotamente o en la comunidad basados en lo funciona mejor para los clientes. Planearemos tomar esta estrategia para las próximas dos semanas y provisionalmente resumir el trabajo de la clínica el 30 de marzo. Nuestras oficinas estarán cerradas al público hasta este momento, o hasta que le demos información actualizada.**

SESIONES POR TELÉFONO Y VIDEO

- Aunque el personal de Aldea ofrecerá visitas cara a cara, también podemos ofrecer la opción de sesiones telefónicas y de video si es necesario. Trabaje con su trabajador o terapeuta de Aldea con anticipación para hablar sobre las logísticas como probar las capacidades de video, crear un espacio privado en el hogar para que los clientes hablen con su trabajador o terapeuta de Aldea, etc.

SINTOMAS

Los siguientes síntomas podrán aparecer 2-14 días después de ser expuestos al virus.

- Fiebre
- Toz
- Falta de aire

Los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) recomiendan que llame a su médico si:

- Desarrolla síntomas y si ha estado en contacto con una persona con COVID-19 o si ha viajado recientemente de un área con contagio del COVID-19.

SEÑALES DE ENFERMEDAD

- **Clientes:** los clientes que tienen síntomas de resfriado, gripe o virus COVID-19 deben consultar con su proveedor médico para obtener dirección. Para reducir el riesgo para los demás, solicitamos que los clientes no ingresen a la clínica de Aldea hasta que estén libres de síntomas. Nos complace brindarle servicio por teléfono o videollamada hasta que esté bien.
- **Familias de recursos:** Recomendamos a todas las familias de recursos que trabajen de inmediato con su trabajador de Aldea para informar cualquier enfermedad o signos de Coronavirus durante este tiempo. Trabajaremos rápidamente con usted y le brindaremos el apoyo que necesita para abordar la situación caso por caso.
- Si tiene síntomas de enfermedad, **llame a su médico antes** de buscar tratamiento médico en una clínica u hospital.

MÁS INFORMACIÓN

Hemos adjuntado un documento que incluye información sobre como hablar con sus hijos y familia sobre la situación en una manera segura y sensible (en inglés y español). Adicionalmente, recomendamos visitar la página del CDC para aprender más sobre el coronavirus: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>.

Mientras trabajamos juntos para reducir la transmisión del virus en la comunidad, continuaremos a tomar precauciones y mantendremos a todos informados para proteger a nuestro personal, clientes, familias de recursos, familias, y niños bajo nuestro cuidado. De nuevo, le aconsejamos que se mantenga educado mientras maneja la ansiedad alrededor de estos tiempos de incertidumbre, tengan precaución y una perspectiva positiva – ¡esto pasara!

Si tiene preguntas, por favor contáctenos por correo electrónico a info@aldeainc.org o contacte a su trabajador de Aldea o terapeuta.

Atentamente,

Kerry Ahearn, LCSW
Directora Ejecutiva