

# STATE REPRESENTATIVE Minnie Gonzalez



Dear Neighbor,

As you may know, Coronavirus has reached Connecticut. It is spreading rapidly, and it is predicted that by March and April it will have arrived everywhere in the world.

Here are some ways to prevent the virus. These precautions are similar to those taken to prevent influenza. The main difference is that Coronavirus requires using disposable masks and gloves.

Estimado Amigo/a,

Como ya saben, el coronavirus ha llegado a Connecticut. Se está esparciendo poco a poco y se pronostica que para marzo y abril habrá llegado a todo el mundo.

Aquí le informo sobre maneras de como evitar ser contagiado/a. Las medidas de precaución son similares a las que se usan contra la gripe, solo que con coronavirus se requieren mascarillas y guantes desechables.

Sincerely,

A handwritten signature in cursive script that reads "Minnie Gonzalez".

Legislative Office Building, Room 4031  
Hartford, CT 06106-1591  
1-800-842-8267 | 860-240-8585  
Minnie.Gonzalez@cga.ct.gov

# Minnie Gonzalez

STATE REPRESENTATIVE

PROUDLY SERVING HARTFORD

PRSRT STD  
U.S. POSTAGE  
PAID  
HARTFORD, CT  
Permit No. 3937

SERVING OUR COMMUNITY

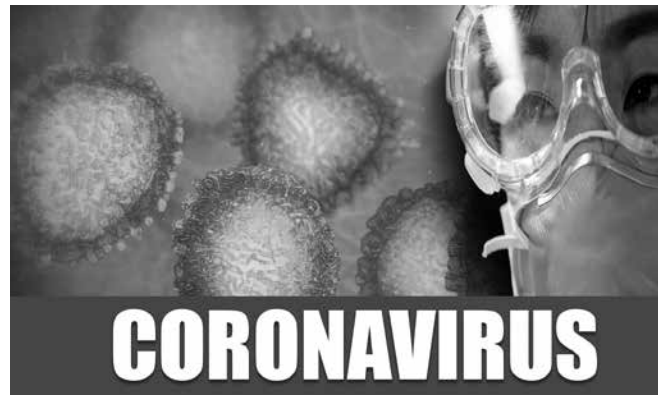


# Minnie Gonzalez

STATE REPRESENTATIVE - 3RD DISTRICT

# Minnie Gonzalez

STATE REPRESENTATIVE - 3RD DISTRICT  
PROUDLY SERVING HARTFORD



1. Do not greet people by shaking hands.
2. Use your knuckles to turn lights on or to touch the buttons in elevators.
3. Use the gas pump with a paper towel or disposable gloves.
4. Open doors with your fists or hips. Do not use the palm of your hand to grab door handles, especially in public restrooms, unless you do not have an alternative.
5. Use disinfecting wipes to clean your cart when shopping. Do not forget to wipe the child seat in the cart.
6. Wash your hands for at least 10 to 20 seconds. Use hand sanitizer containing 60% alcohol or more, especially after being in public places.
7. Keep hand sanitizer and disinfecting wipes at every entrance of your home and in your car. This way, you will remember to clean your hands more frequently after pumping gas or touching contaminated objects.
8. Cough or sneeze into a Kleenex or paper towel. If you do not have one near you, cough or sneeze into your upper sleeve, not your hands. Also remember that a virus can stay on your clothes for a week or more.

## ITEMS TO KEEP AT HOME OR IN YOUR CAR TO PREVENT CORONAVIRUS:

1. Gloves: if you have to pump gas, open doors or touch contaminated objects.
2. Masks: to stop yourself from touching your face. Remember that masks do not prevent infection - if someone around you coughs or sneezes, you can still become ill even when wearing a mask.
3. Buy dietary supplements containing zinc. These supplements reinforce your immune system and can help prevent different viruses such as coronavirus and influenza.

Coronavirus is a pathogen that affects the respiratory system, especially the lungs. It is transmitted through respiratory droplets produced when an infected person coughs or sneezes.

1. No salude con la mano.
2. Use los nudillos de los dedos para encender luces o tocar los botones de los ascensores.
3. Abra el tapón de la gasolina con un papel toalla o guantes desechables.
4. Abra las puertas con el puño o con la cadera. No se debe agarrar la cerradura con la mano, especialmente en los baños públicos, a menos de que no tenga otra alternativa.
5. Use toallitas desinfectantes para limpiar el carrito de la compra en el súper mercado. También limpie el asiento para niños incorporado en el carrito.
6. Lávese las manos por lo menos de 10 a 20 segundos. Use desinfectante de manos que contenga un mínimo de 60% de alcohol, sobretodo después de haber estado en lugares públicos.
7. Mantenga desinfectante de manos en todas las entradas de su casa y también en su carro. Así recordará usarlo después de poner gasolina o de haber tocado algún objeto posiblemente contaminado. También se puede lavar las manos tan pronto llegue a su casa.
8. Tosa o estornude en un pañuelo o toalla desechable. Si no tiene un pañuelo a mano, tosa en el interior del brazo cerca del codo. Recuerde que cualquier virus que vaya a la ropa se mantendrá impregnado durante una semana o más.

## ARTÍCULOS QUE DEBE TENER EN LA CASA O SU CARRO PARA PREVENIR EL CORONAVIRUS:

1. Guantes: por si pone gasolina, tiene que abrir puertas o tocar algún objeto que pueda estar contaminado.
2. Mascarillas: para evitar tocarse la cara. Recuerde que las mascarillas no previenen que se contagie ya que si alguien alrededor suyo tose o estornuda igualmente se puede contagiar.
3. Consiga suplementos dietéticos que contengan zinc. Estos suplementos refuerzan el sistema inmunológico y pueden ayudar a combatir virus como el coronavirus y la gripe.

El coronavirus es una virus que afecta el sistema respiratorio, sobre todo los pulmones. Es decir, se transmite cuando una persona contagiada tose o estornuda y otra persona respira las gotas de saliva que contiene el virus. Según los medios de comunicación aún no existe ningún medicamento o vacuna disponible para combatir este virus.

Legislative Office Building, Room 4031, Hartford, CT 06106-1591

1-800-842-8267 | 860-240-8585

Minnie.Gonzalez@cga.ct.gov