La Promesa AZ Saludable es un movimiento organizado por Wellness AtoZ por tu salud, la iniciativa de bienestar comunitario de la Fundación de la Cámara de Comercio de Phoenix (Greater Phoenix Chamber Foundation). La Promesa AZ Saludable (Healthy AZ Pledge) alienta a la comunidad a seguir las medidas de seguridad locales, estatales y federales diseñadas para reducir y detener la propagación de COVID-19, y restaurar la salud y la vitalidad de los miembros de nuestra comunidad y nuestra economía.

## ¿Quiere acceso a herramientas digitales?
## ¡Haga el compromiso a la Promesa AZ Saludable hoy!

Wellness AtoZ los invita a unirse en ayudarnos a hacer que Arizona sea un lugar saludable para vivir y trabajar, mientras también apoyemos negocios quienes se han comprometido a lo mismo a través de hacer la Promesa de un AZ Saludable.

### Promesa de Miembros de la Comunidad

Yo me comprometo a:

- ☐ Practicar una buena higiene de manos a través de lavarme las manos apropiadamente con jabón y agua por 20 segundos.
- ☐ Evitar tocarme los ojos, la nariz, y la boca al igual a otras áreas comunes sin lavarme las manos primeramente.
- ☐ Quedarme en casa si estoy enfermo, excepto para recibir atención médica. Me reportaré con mi supervisor si he sido expuesto a alguien con COVID-19, experimento síntomas, o he salido positivo del COVID-19.
- ☐ Mantener la distancia social a través de evitar el contacto cercano con las personas quienes están fuera de mi casa, a través de mantener un distanciamiento de a lo menos 6 pies.
- ☐ Evitar reunirnos en grupos grandes de 10 personas o más.
- ☐ Usar mascarilla facial que me cubre la boca y nariz cuando este con personas que viven fuera de mi casa.
- ☐ Cubrir mi toz y estornudo apropiadamente a través de estornudar en mi codo, y disponer de cualquier pañuelo de papel que use para cubrir mi estornudo o toz.
- ☐ Desinfectar superficies y objetos que son tocados frecuentemente.

**Haga la promesa en www.WellnessAtoZ.org/promesa.**

Wellness AtoZ | Greater Phoenix Chamber Foundation

Wellness AtoZ por tu salud es un programa de la Fundación de la Cámara de Phoenix.
Contáctenos al (602) 495-2198 | info@wellnessatoz.org | WellnessAtoZ.org