

Caguas te quiere

saludable



25-29 de mayo de 2020 | Boletín Informativo | Edición 9
Municipio Autónomo de Caguas



Lista de cotejo para reapertura de negocios

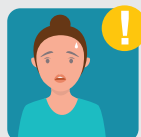
Ante la reapertura paulatina de la actividad económica, incluimos algunos puntos importantes que debes evaluar de tu negocio:

- ¿Revisaste las ayudas que provee el gobierno federal?
- ¿Solicitaste el PPP de SBA?
- Haz un análisis de tu flujo de caja
- Identifica diversas fuentes de apoyo
- ¿Analizaste la viabilidad de tu modelo de negocio a corto, mediano y largo plazo en tiempos de COVID 19?
- Capacítate, existen un sinnúmero de talleres en línea para aprender y reflexionar cómo puedes transformar tu negocio.
- ¿Revisaste los programas de apoyo del Municipio de Caguas?
- ¿Revisaste las distintas formas de acceso a capital?
- Participa de los talleres de capacitación virtual de PromoCaguas
- Explora cómo digitalizar tu negocio
- Sigue a PromoCaguas en Facebook y You Tube

Encuentra más información, guías procesales, lo que debe incluir el Plan de Control de Exposición al COVID-19 y otros documentos importantes en www.caguas.gov.pr/coronavirus



Si te perdiste algún tema de la serie de webinars Pulso Empresarial, puedes encontrarlos en el enlace: shorturl.at/lwHKO Además, suscríbete para que no te pierdas ninguno de nuestros webinars, FB Live u otro material de interés para el sector comercial de Caguas



Manejo del estrés en el distanciamiento

Cada persona reacciona de manera diferente ante situaciones estresantes como el COVID-19. Podrías sentirte ansioso, enojado, triste o abrumado. Encuentra formas de reducir el estrés que te ayuden a ti y a tus seres queridos.

- Infórmate sobre los signos comunes del estrés.
- Busca tiempo para relajarte y hacer actividades que disfrutes.
- Habla con familiares y amigos por teléfono, mensajes de texto o correo electrónico.
- Si tú o un ser querido se sienten abrumados, obtén apoyo a través de SANOS, llamando al 787-745-0340, extensiones. 227 y 271, o la Línea PAS al 1-800-981-0023.

Fuente: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/managing-stress-anxiety-sp.html>

PROYECTO APOYO POSITIVO



Residente de Caguas, si tienes la condición del **COVID-19** queremos brindarte nuestro apoyo a través de los siguientes servicios:

- Manejo de Casos
- Servicios psicológicos
- Nutrición
- Entrega de suministros para que no salgas de tu hogar
- Referidos a Telemedicina, Pruebas COVID-19 para otros miembros de la familia
- Educación en salud con la colaboración con la Corporación SANOS
- Referidos a Consejería Pastoral

Requisitos

- Ser ciudadano(a) de Caguas
- Tener evidencia de diagnóstico clínico de COVID-19

Para más información del proyecto “**Apoyo Positivo Criollo**” puedes llamar al **787-704-2020**, de lunes a sábado, en horario de 8:00 a.m. a 4:00 p.m. o escribir a: apoyopositivocaguas@caguas.gov.pr. Estamos contigo.

** Ayudas de acuerdo a elegibilidad y disponibilidad.

ENTRETENIMIENTO VIRTUAL

VERANO STELA IM
TALLERES DIVERTIDOS

GIMNASIO MENTAL
REFUERZOS DE MATERIAS

CINE-FORO
DOCUMENTAL CHASING CORALS

OBSERVA
DISFRUTA Y APRENDE
EXHIBICIÓN PERMANENTE

Para participar de los talleres deberá completar registro previo al taller. Para más información y completar registro en talleres accede a:
www.c3tec.org/entrenamientovirtual
Calle Gautier Benítez #59 Caguas, Puerto Rico
T: 787.653.6391 | info@c3tec.org

c3tec
CENTRO CRIOLLO DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL CARIBE

Orientación e información oficial sobre el manejo del coronavirus en Caguas:

- caguas.gov.pr/coronavirus
- Municipio Autónomo de Caguas Corporación SANOS



#QuédateEnCasa