

# HOW TO ENCOURAGE YOUR LOVED ONES TO ENGAGE IN SOCIAL DISTANCING

## To Combat COVID-19

### SHARE WHAT YOU'RE DOING

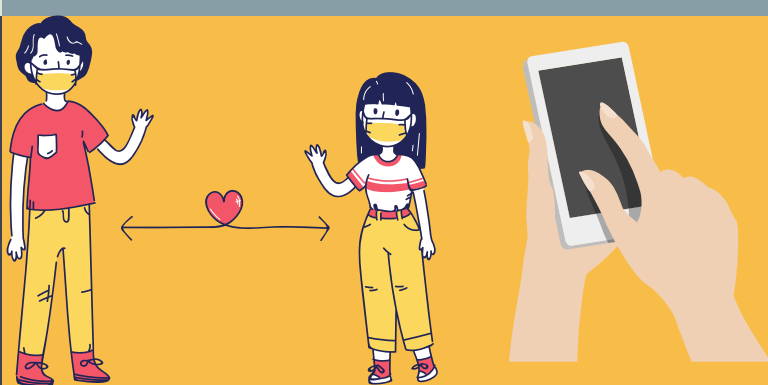
Let your friends and family know that you are social distancing. The first step is to communicate your desire to maintain physical distance during the pandemic.

### REMIND THEM WHY IT MATTERS

Remind them that social distancing can make a difference in minimizing the spread of COVID-19. Limiting physical contact can reduce the number of infections and protect individuals at higher risk.

### MAKE IT PERSONAL

Appeal to their desire to protect those they love. While some may not feel that they could be affected, try reminding them that there are people that they love who do face serious risk.



### APPEAL TO THEIR NEED TO BELONG

Your friends and family may be more likely to observe social distancing in their own lives if it feels like everyone they know is doing the same.

### BE SUPPORTIVE

Show your support to your loved ones during this time. Call, text, ask them how they're doing and if there is anything they need.



### KEY TAKEAWAYS

- **We all need to continue practicing social distancing in order to help in lowering our county's COVID-19 case rate.**
- **Despite the fact that social distancing is essential to stopping the spread of COVID-19, not everyone is following the social distancing orders put in place to keep them safe. Please help by motivating your friends and family to practice social distancing.**



COUNTY OF MONTEREY  
HEALTH DEPARTMENT

# CÓMO MOTIVAR A SUS SERES QUERIDOS A PARTICIPAR EN EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL

## Para Combatir el COVID-19

### COMPARTE LO QUE ESTÁS HACIENDO

Házle saber a sus amigos y familiares que usted está manteniendo la sana distancia. Es necesario comunicar su deseo de mantener la distancia física durante la pandemia.

### RECUÉRDELES LA IMPORTANCIA

Recuerdele a sus seres queridos que el distanciamiento social puede minimizar la propagación de COVID-19. Limitar el contacto físico puede reducir la cantidad de infecciones y proteger a las personas con mayor riesgo.

### HAGALO PERSONAL

Recurra a su deseo de proteger a sus seres queridos. Algunas personas no sienten que podrían verse afectadas, intente recordarles que hay seres queridos que sí enfrentan un riesgo grave.



### NECESIDAD DE PERTENECER

Es más probable que sus amigos y familiares practiquen el distanciamiento social en sus propias vidas si sienten que todos los que conocen están haciendo lo mismo.

### DEMUESTRE SU APOYO

Demuestre su apoyo a sus seres queridos durante este tiempo. Llámelos, envíeles un mensaje de texto, pregúnteles cómo les va y si hay algo que necesiten.



### CONCLUSIONES:

- Todos debemos seguir practicando el distanciamiento social para ayudar a reducir los casos de COVID-19 de nuestro condado.
- A pesar de que el distanciamiento social es esencial para detener la propagación del COVID-19, no todos están siguiendo las órdenes de distanciamiento social implementadas para mantenerlos a salvo. Por favor ayude motivando a sus amigos y familiares a practicar el distanciamiento social.



COUNTY OF MONTEREY  
HEALTH DEPARTMENT