

QUARANTINE ORDER

YOU ARE BEING ORDERED TO QUARANTINE DUE TO YOUR RECENT EXPOSURE TO A COVID-19 CASE. By staying on quarantine away from others, you can prevent COVID-19 from spreading.

You must quarantine UNLESS:

- You tested positive for COVID-19 in the past 3 months
- OR**
- You are fully-vaccinated and remain asymptomatic

You may leave quarantine **10 days** from your last exposure if you remain asymptomatic, but you must continue to check for symptoms for **14 days**.



- Do I have to stay home from work/school?**
Yes, you can develop and spread COVID-19 for 14 days after exposure, so you must stay quarantined for at least 10 days and check for symptoms for 4 more days.
- Should I get tested?**
You should get tested 3 to 5 days after exposure regardless of vaccination status. Unvaccinated individuals can have the option to end quarantine on day 8 if they test negative on day 6 or later.

SAFEST

14 day home quarantine

REQUIRED

7 day home quarantine with day 6 neg test
or 10 day home quarantine with no test

leave quarantine on day 11 but continue to check for symptoms

For more information, please call the Pasadena Public Health Department contact tracing line at 626-744-6144

1

Stay Home.

- Do not leave your home except to get medical care.
- Do not visit public areas.
- Do not attend gatherings.
- Avoid public transportation, ride-sharing, or taxis.



2

Separate from others at home.

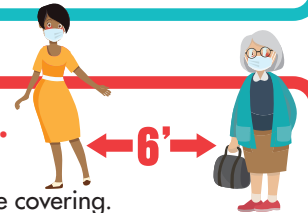
- Stay in a private room that is away from others.
- Avoid sharing personal items such as dishes or towels.
- Use a face covering in all indoor spaces.



3

Avoid close contact with others.

- Stay more than 6 feet from others.
- Wear a high-quality (2 or more layers) face covering.
- Do not travel or have social gatherings.



4

Practice good hygiene.

- Clean your hands often.
- Cover coughs and sneezes.
- Clean and disinfect commonly touched surfaces at home.



5

Take care of yourself.

- Follow advice from your doctor.
- If you start to experience trouble breathing, confusion, bluish lips/face, or chest pain/pressure, go to the nearest emergency room or call 911.



ORDEN DE CUARENTENA

SE LE ORDENA PONERSE EN CUARENTENA DEBIDO A SU RECIENTE EXPOSICIÓN A UN CASO DE COVID-19. Al permanecer en cuarentena lejos de otras personas, puede prevenir que el COVID-19 se propague.

Debe ponerse en cuarentena A MENOS QUE:

Haya dado positivo en la prueba de COVID-19 en los últimos 3 meses

esté completamente vacunado y permanezca asintomático.

Puede dejar la cuarentena 10 días después de su última exposición si permanece asintomático, pero debe continuar monitoreando por síntomas durante 14 días.

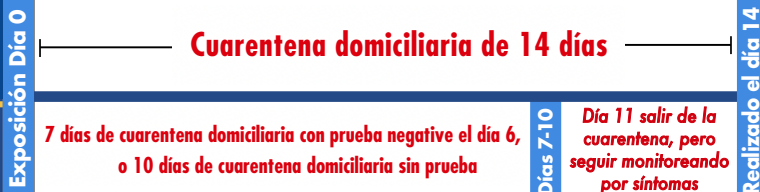


- **¿Tengo que quedarme en casa y no ir al trabajo o la escuela?** Sí, puede desarrollar y propagar COVID-19 durante 14 días después de la exposición, por lo que debe permanecer en cuarentena durante al menos 10 días y monitorear por síntomas durante 4 días más.
- **¿Debería hacerme la prueba?** Debe hacerse la prueba de 3 a 5 días después de la fecha de la exposición, independientemente de su estado de vacunación. Las personas no vacunadas pueden tener la opción de terminar la cuarentena el día 8 si dan negativo el día 6 o más tarde.

MÁS SEGURO

Cuarentena domiciliaria de 14 días

REQUERIDO



Para obtener más información, llame a la línea de rastreo de contactos del Departamento de Salud Pública de Pasadena al 626-744-6144

1

Quedarse en Casa.

- No salga de su casa excepto para recibir atención médica.
- No visite áreas públicas.
- No asista a reuniones.
- Evite usar el transporte público, los viajes compartidos o los taxis.



2

Separarse de los demás en casa.

- Quédese en una habitación privada que esté alejada de los demás.
- Evite compartir artículos personales como platos o toallas.
- Use una mascarilla facial en todos los espacios interiores.



3

Evite el contacto cercano con otras personas.

- Manténgase a más de 6 pies de los demás.
- Use una mascarilla de alta calidad (2 o más capas).
- No viaje ni realice reuniones sociales.



4

Practique una buena higiene.

- Lávese las manos con frecuencia.
- Cúbrase al toser y estornudar.
- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan comúnmente en el hogar.



5

Cúidese.

- Siga los consejos de su médico.
- Si comienza a experimentar dificultad para respirar, confusión, labios/cara azulados o dolor/presión en el pecho, vaya a la sala de emergencias más cercana o llame al 911.

