



## Mensaje de la Superintendente

Estimada Familia de Sequoia Union High School District:

Gracias por su continuo apoyo en la primera mitad del año escolar. Es nuestro deseo que cada uno de ustedes permanezca saludable y seguro durante lo que queda de la época festiva. Esperamos dar la bienvenida a nuestra comunidad de SUHSD la próxima semana. Junto con el Gobernador Newsom y la Oficina de Educación del Condado de San Mateo, Sequoia Union High School District está comprometido a continuar con la instrucción en persona.



A fin de mantener nuestra comunidad saludable, recomendamos con énfasis que todos nuestros estudiantes y personal se hagan una prueba de COVID-19 antes de regresar al campus el martes, 4 de enero 2022. Pruebas de COVID-19 estarán disponibles en escuelas seleccionadas.

Mientras seguimos las pautas del estado y del condado para que nuestra comunidad esté segura, le presentamos a continuación listas de recursos disponibles y medidas de prevención en efecto para nuestros alumnos y personal.

### OPCIONES DE PRUEBAS LOCALES

Pruebas de COVID-19 estarán disponibles en **Sequoia High School el Domingo, 2 de enero, de 9:30 a.m. - 12:30 p.m.** para todo el personal, estudiantes y familias de SUHSD. Adicionalmente, los horarios de pruebas de COVID-19 habituales retornan el **Lunes, 3 de enero, 2022, en Carlmont High School y Woodside High School. El horario para hacerse la prueba es de 9:30 a.m. - 5:30 p.m.** y está disponible para personal, estudiantes, y familias de todas las escuelas de SUHSD. Puede encontrar más información, registrarse y programar una prueba de COVID-19 en: [schools.worksitelabs.com/suhsd](https://schools.worksitelabs.com/suhsd).

Las personas también pueden hacerse la prueba a través de programas del condado o con sus seguros médicos. Sepa más sobre pruebas disponibles en el Condado de San Mateo en [www.smcgov.org/testing](https://www.smcgov.org/testing). Además puede tener acceso a la página de internet *California for All* en <https://covid19.ca.gov/>. Siga el enlace "Find Testing Near You", donde puede buscar lugares para hacerse la prueba según su dirección, ciudad, condado, o código postal.

## KITS PARA HACER LA PRUEBA A ESTUDIANTES EN CASA

Para apoyar aún más las oportunidades de hacerse la prueba, el Departamento de Salud Pública de California ha dado pruebas rápidas para que las usen los alumnos en las primeras semanas después de las vacaciones de invierno. A partir del martes, 4 de enero, 2022, las escuelas comenzarán a distribuir los kits de pruebas a los estudiantes.

## INFORMACIÓN SOBRE VACUNACIÓN

El CDC urge a cada persona elegible a que reciba la vacuna contra el COVID-19 y la vacuna de refuerzo.

Las opciones de vacunas están en una lista en la página de internet de Salud del Condado de San Mateo y ahora están disponibles para niños de 5-11 años de edad. Usted puede encontrar más información en <https://www.smchealth.org>.

El Departamento de Salud del Condado de San Mateo alienta a las familias a que vacuen a sus niños que sean elegibles y ha organizado numerosas clínicas de vacunación en escuelas en enero y febrero. Puede encontrar información en internet en [MyTurn](#) y [County Health websites](#).

Al finalizar las vacaciones de invierno, esperamos con entusiasmo dar la bienvenida a nuestra comunidad de Sequoia Union High School District de regreso en las escuelas. El aumento de casos de COVID-19 causado por la variante Omicron es un importante recordatorio de que necesitamos continuar trabajando juntos para hacer todo lo que podamos para mantener nuestras escuelas seguras. Precisamente, queremos asegurarle que estamos tomando cada posible precaución disponible para asegurar que nuestros estudiantes y personal estén seguros y bien informados.

## RECORDATORIOS DE SEGURIDAD

Recuerde, al seguir unos pocos procedimientos de seguridad básicos, las escuelas y familias pueden tener un retorno seguro a la escuela después de las vacaciones de invierno.

- **Quédese en casa si no se está sintiendo bien.** No regrese a la escuela, no asista a celebraciones, y no participe en actividades grupales si se está sintiendo enfermo o tiene síntomas. Mucha mucosidad en la nariz, dolor de cabeza y vómitos son síntomas de COVID-19. Quédese en casa si ha estado expuesto al COVID-19 y no está vacunado. Si ha estado en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 y no está todavía completamente vacunado, permanezca en casa.

- **Use una mascarilla.** Aún si está vacunado, puede contraer COVID-19 y llevar consigo el virus y transmitirlo sin mostrar síntomas. Las mascarillas son una forma efectiva de prevenir el contagio de COVID-19. A cada uno, al margen de si está vacunado, se le requiere todavía usar una mascarilla en lugares públicos puertas adentro. Las mascarillas son recomendadas en lugares privados donde algunas personas no están vacunadas o cuando los ambientes incluyen gente que es vulnerable en un sentido médico o cuyo sistema inmunológico está comprometido.

- **Mantenga las reuniones pequeñas.** Grandes reuniones, aún si son al aire libre, traen un riesgo de contagio de COVID-19. Hágase una prueba entre uno a tres días antes de reuniones festivas y antes de regresar a la escuela.

- **Reúnase al aire libre.** Las actividades puertas adentro donde se reúnen personas de diferentes hogares tienen un riesgo más alto de contagio de COVID-19 – especialmente para quienes no están aún vacunados. Tenga precaución cuando esté comiendo. Coma al aire libre, si es posible, mantenga distancia mientras come y bebe, y mantenga una buena higiene de las manos.

- **Siga esta guía después de un evento, reunión o viaje:** Hágase la prueba 1-3 días antes de viajar. Hágase la prueba al regresar del viaje. Hágase la prueba de nuevo de tres a cinco días más tarde. Para protegerse usted y a sus seres queridos, asegúrese de monitorear usted mismo sus síntomas por 14 días después de participar en celebraciones, actividades o viajes. Ponga especial atención desde el tercer día hasta el séptimo día después de las actividades, ya que este es el tiempo en que las personas tienen más tendencia a desarrollar síntomas. Si se entera que ha estado en contacto cercano con alguien que dió positivo a la prueba, hágase la prueba y, si no está totalmente vacunado, quédese en casa en cuarentena.

- **SUHSD continúa siguiendo las guías del Departamento de Salud Pública de California, Salud del Condado de San Mateo, y la Oficina de Educación del Condado de San Mateo.** Si bien el CDC recientemente actualizó las recomendaciones sobre aislamiento y cuarentena por COVID-19 para la población general, SUHSD mantendrá nuestros actuales protocolos y pautas de tiempo hasta tener novedades de parte de nuestros socios del Condado.

Mientras que seguimos aprendiendo sobre cómo manejar los temas relacionados al COVID-19, ha sido nuestra paciencia colectiva y flexibilidad lo que ha hecho posible enfocarnos en promover las oportunidades de aprendizaje para nuestros estudiantes.

De nuevo, gracias por su apoyo y recuerden, **si los estudiantes o personal no se están sintiendo bien, o saben que han estado expuestos recientemente al COVID-19 o dan positivo en una prueba, quédense en casa más allá de si están vacunados, y avisen a la Oficina de Salud de su escuela/Oficina del Distrito y [covidresponse@seq.org](mailto:covidresponse@seq.org).**

En Colaboración,

Dra. Darnise R. Williams  
Superintendente

**La excelencia es nuestra Base.  
Liderazgo, Servicio, Equidad**