

# Coronavirus (COVID-19): What you need to know

The following symptoms may appear 2–14 days after exposure:

- Cough
- Shortness of breath or difficulty breathing
- Fever
- Chills
- Repeated shaking with chills
- Muscle pain
- Headache
- Sore throat
- New loss of taste or smell

For a self-checklist, please visit <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>.

If you have any of these symptoms  
**CALL your medical doctor for a  
clinical assessment.**

If your symptoms are severe,  
**CALL your nearest emergency room.**

For updates related to COVID-19, visit  
**Chicago.gov** or call the  
**Chicago Dept. of Public Health at  
(312) 746-4835.**

# Chicago Resources



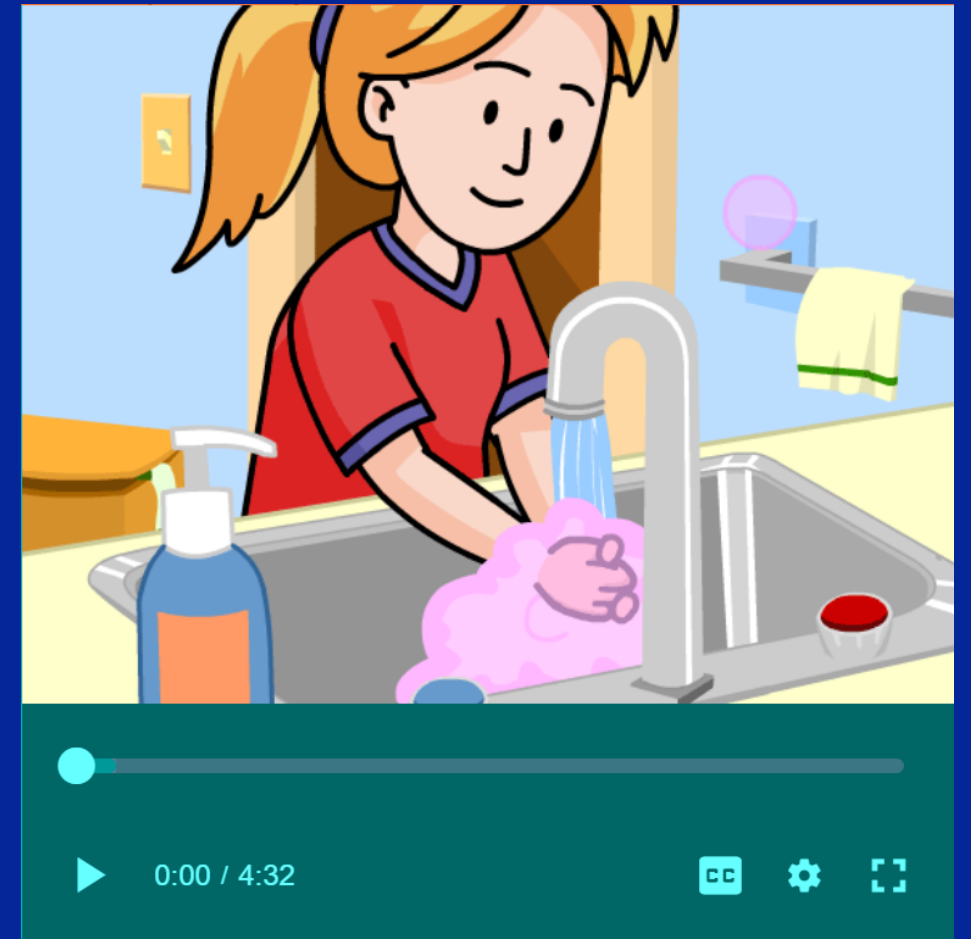
## For Parents

**\*\*All CPS schools will be closed for the remainder of the school year\*\***

- FREE food available for pick-up  
Monday through Friday from 9am to 1pm.
- For further assistance, contact CPS Command Center at:

**(773) 553-KIDS (5437) or email at [familyservices@cps.edu](mailto:familyservices@cps.edu)**

BrainPOP online video: How to talk to your kids about coronavirus (COVID-19)



## Emergency Resources



**(312) 746-4835**



**(773) 247-3663**

Food and pantry locations    Housing and rental assistance    Employment/financial support  
Medical insurance    Educational resources for parents

## Managing Anxiety & Stress

**NAMI Chicago  
Helpline  
(833) 626-4244**

AVAILABLE MONDAY THROUGH FRIDAY 9am to 8pm, SATURDAY/SUNDAY 9am to 5pm for brief support, therapy services, and referrals to community resources.

**IL Mental Health  
Helpline (Call4Calm)  
Text "Talk" to 55-2020  
For Spanish, text  
"Hablar"**

Text "food" or "shelter" for resources and additional supports.

# Coronavirus (COVID-19): lo que necesita saber

Los siguientes síntomas pueden aparecer 2-14 días después de la exposición:

- Tos
- Dificultad para respirar (sentir que le falta el aire)
- Fiebre
- Escalofríos
- Temblores y escalofríos que no ceden
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Pérdida reciente del olfato o el gusto

Para obtener una lista de auto comprobación, visite <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>.

Si tiene alguno de estos síntomas.  
**LLAME a su médico para una  
evaluación clínica.**

Si sus síntomas son severos,  
**LLAMA a la sala de emergencia  
más cercana.**

Para actualizaciones relacionadas con COVID-19,  
visite [Chicago.gov](https://chicago.gov) o llame al  
**Depto. de Salud Pública de Chicago al  
(312) 746-4835.**

# Recursos en Chicago



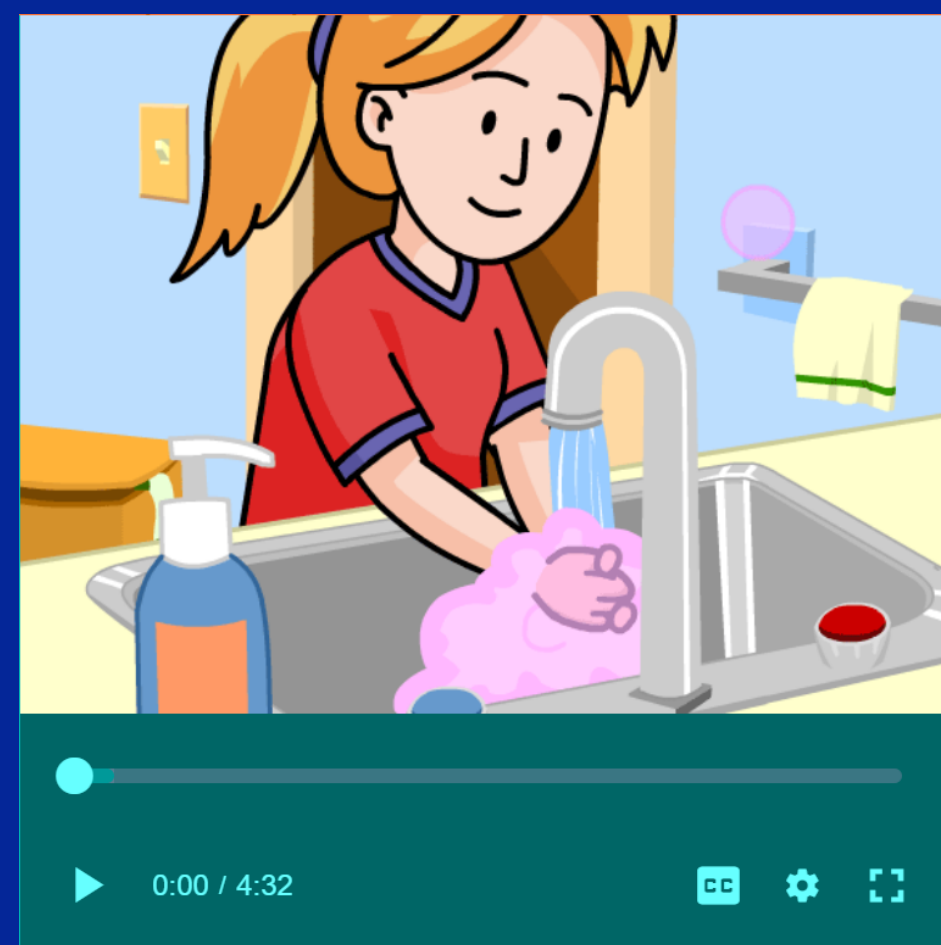
## Para los padres

**\*\* Todas las escuelas de CPS permanecerán cerradas por el resto del año escolar \*\***

- Comida GRATUITA disponible para recoger  
De lunes a viernes de 9 a.m. a 1 p.m.
- Para obtener más ayuda, comuníquese con el Centro de comando de CPS al:

**(773) 553-KIDS (5437)**  
**familyservices@cps.edu**

Vídeo en línea de BrainPOP: Cómo hablar con sus hijos sobre el coronavirus (COVID-19)



## Recursos de emergencia



**(312) 746-4835**



**(773) 247-3663**

Comida    Asistencia de vivienda    Empleo / apoyo financiero  
Seguro médico    Recursos educativos para padres

## Manejo de la ansiedad y el estrés

**NAMI Chicago**  
**Línea de ayuda**  
**(833) 626-4244**

DISPONIBLE DE LUNES A VIERNES De 9 a.m. a 8 p.m., SÁBADO / DOMINGO de 9 a.m. a 5 p.m.  
para recibir apoyo breve, servicios de terapia y referencias a recursos de la comunidad.

Línea de ayuda  
de salud mental de  
Illinois (Call4Calm)  
**Envíe "Hablar" a**  
**55-2020**

Envíe "comida" o "refugio" para recursos y apoyos adicionales.