

What You Need to Know About the Coronavirus

Symptoms

Reported illnesses have ranged from mild symptoms to severe illness and death for confirmed coronavirus disease 2019 (COVID-19) cases.

Symptoms may appear 2-14 days after exposure and include:

- Fever
- Cough
- Shortness of breath

Staying Healthy

- Everyone should wear masks when in the supermarket or any other public place to protect more vulnerable individuals.
- The use of a mask, however, does not eliminate the 6 feet social distancing guidelines.

What to Do If You Are Sick With Coronavirus

- Call ahead before visiting your doctor. If you have a medical appointment, call the healthcare provider and tell them that you have or may have COVID-19. This will help the healthcare provider's office take steps to keep other people from getting infected or exposed. Stay home except to get medical care.
- People who are mildly ill with COVID-19 are able to isolate at home during their illness. You should restrict activities outside your home, except for getting medical care. Do not go to work, school, or public areas. Avoid using public transportation, ride-sharing, or taxis.

Dear Friends,

We are all in situations that we never dreamed we could be in. Our worries run the gamut from staying healthy to our ability to make ends meet. I have been working closely with the governor and with my colleagues to provide as much stability and security as possible. Here are some actions that have been taken by the state and federal government that you should know about.

- **The governor has extended the state tax filing deadline to July 15.**
- **The 7 day waiting period for unemployment insurance is waived. Even if you file late, your benefits begin the day you lost your job.**
- **As a result of the federal stimulus package (CARES), self-employed people and single contractors are now eligible for unemployment insurance if they had to close down their business during this period. They should apply to the state DOL at <https://labor.ny.gov/unemploymentassistance.shtm> or (888) 209-8124. *Because of the large call volume, please be patient when calling.***
- **Emergency paid sick leave will be given to any employee who is in quarantine due to exposure to the coronavirus. The law also guarantees job security in these cases.**
- **Mortgage payments and fees for overdrafts, ATMs and credit cards have been waived for 90 days based on financial hardships. To apply, see your lending institution.**
- **NYS schools remain closed through April 29. June Regents exams are cancelled.**
- **Westchester County continues to receive supplies of N95 masks, surgical masks, surgical gloves and gowns and face shields as needed from the State.**
- **Those facing financial hardship can delay their life insurance payments for 90 days and their property and casualty insurance for 60 days. Individuals should go to their carriers to apply.**
- **The presidential primary and other special elections will now be held on June 23rd. Any school board and village elections are postponed until at least June 1st.**
- **All evictions are delayed for 90 days.**
- **Car inspections and emissions testing that were supposed to be done after March 31 are delayed indefinitely.**

Todo lo que Necesita Saber Acerca del Coronavirus

Síntomas

La enfermedad causada por el coronavirus (COVID-19) puede variar en severidad. Los casos confirmados de coronavirus del 2019 han sufrido desde síntomas leves hasta enfermedad severa e incluso la muerte.

Los síntomas pueden manifestarse entre los 2 a 14 días tras la exposición al virus e incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

Manténgase Saludable

- Todas las personas deben utilizar una mascarilla cuando vayan al supermercado y otros lugares públicos para proteger a los más vulnerables.
- El uso de mascarilla no elimina la necesidad de continuar respetando las directrices de mantener una distancia social de 6 pies.

¿Qué debe hacer si está enfermo con el coronavirus?

- Llame con anticipación a su doctor. Si tiene una cita médica programada, llame al proveedor de servicios de salud y hágale saber que ha contraído o que puede haber contraído el COVID-19. Esto ayudará al proveedor de servicios de salud a tomar los pasos necesarios para evitar que otras personas se expongan o se contagien. Quédese en su casa, excepto para obtener cuidado médico.
- Las personas que tengan síntomas leves de COVID-19 pueden aislarse en su casa por la duración de la enfermedad. Usted debe limitar sus actividades fuera de la casa, excepto en caso de necesitar cuidado médico. No vaya al trabajo, la escuela o áreas públicas. Evite utilizar transporte público, transporte vehicular compartido o taxis.

Queridos amigos:

Todos nos encontramos en situaciones que ni en sueños imaginamos. Nuestras preocupaciones van desde mantenernos saludables hasta nuestra capacidad para llegar al fin de mes y proveer para nuestras familias. He estado trabajando arduamente junto al gobernador y mis colegas para proveer la mayor estabilidad y seguridad posibles. A continuación, le presento algunas de las acciones que han sido tomadas por el gobierno estatal y federal:

- **El gobernador ha extendido la fecha límite para someter las declaraciones estatales de impuestos sobre ingresos hasta el 15 de julio del 2020.**
- **El periodo de espera de 7 días para recibir beneficios de desempleo ha sido exonerado. Aunque someta su solicitud tarde, sus beneficios comenzarán el día que perdió su empleo.**
- **Como resultado del Paquete de Estímulo Federal (Ley CARES), los trabajadores por cuenta propia y contratistas son elegibles a recibir beneficios de desempleo si han tenido que cesar operaciones durante este periodo. Estas personas deben radicar su solicitud con el Departamento Estatal del Trabajo (DOL, por sus siglas en inglés) en <https://labor.ny.gov/unemploymentassistance.shtm> o llame al (888) 209-8124. Debido al alto volumen de llamadas, por favor, tenga paciencia cuando llame.**
- **Se le concederá licencia remunerada por enfermedad a todo empleado que esté en cuarentena tras haber sido expuesto al coronavirus. Adicionalmente, esta ley garantiza seguridad laboral para las personas en este tipo de situación.**
- **Se ha exonerado por 90 días el pago de hipotecas, cuotas por sobregiro, cuotas de servicio de ATM y tarjetas de crédito en caso de dificultad económica. Para solicitar, contacte a su proveedor de servicios financieros.**
- **Las escuelas permanecerán cerradas hasta al menos el 29 de abril del 2020. Los exámenes estatales NYS Regents a llevarse a cabo en junio han sido cancelados.**
- **El Condado de Westchester continuará recibiendo de parte del Estado suministros médicos como mascarillas N95, mascarillas quirúrgicas, protectores faciales, batas y guantes quirúrgicos.**
- **Las personas experimentando dificultades económicas pueden retrasar los pagos de su prima de seguro de vida por 90 días y los de su seguro de propiedad y seguro contra accidentes por 60 días. Las personas deben acudir a su compañía aseguradora para solicitar esta prórroga.**
- **La primaria presidencial y otras elecciones especiales serán llevadas a cabo el 23 de junio. Cualquier elección de juntas escolares o elecciones locales quedan pospuestas hasta al menos el 1 de junio.**
- **Todas las órdenes de desalojo han sido pospuestas por 90 días.**
- **Las inspecciones de vehículos de motor y pruebas de emisiones con fecha límite del 31 de marzo han sido pospuestas de forma indefinida.**



Obtenga la Ayuda que Necesita en este Tiempo

—Información Importante de parte de la Senadora Andrea Stewart-Cousins—

NYS Senator Andrea Stewart-Cousins Presidenta Pro Tempore y Líder Mayoritaria

Aunque nuestra Oficina de Distrito está cerrada, mi equipo de trabajo está disponible para contestar sus llamadas telefónicas, sus correos electrónicos y pueden programar reuniones virtuales.

**Distrito
Senatorial 35**

**Correo electrónico: scousins@nysenate.gov
Página web: stewartcousins.nysenate.gov**

Oficina de Distrito:
28 Wells Ave., Bldg. #3, 5th Fl.
Yonkers, NY 10701
Teléfono: (914) 423-4031

Oficina en Albany:
907 Legislative Office Bldg.
Albany, NY 12247
Teléfono: (518) 455-2585

 [andrea.stewartcousins](https://www.facebook.com/andrea.stewartcousins)

 [@AndreaSCousins](https://twitter.com/AndreaSCousins)



Recursos:

Para más información acerca de éstas y otras acciones relacionadas al coronavirus, por favor, visite la página web del Departamento de Salud de NY en <https://coronavirus.health.ny.gov/home> o llame al **1-888-364-3065**

El gobierno del Condado de Westchester tiene una página web en el portal cibernético del Departamento de Salud del Condado. Para más información, visite <https://coronavirus.health.ny.gov/home> o llame al **211**.

Departamento de Programas y Servicios para Adultos Mayores del Condado de Westchester:

(914) 813-6300 | Página web: <http://www.westchestergov.com/seniors>

Visite la página web del CDC en www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html

Recursos en español

cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/2019-ncov-factsheet-sp.pdf

cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/sick-with-2019-nCoV-fact-sheet-sp.pdf



NYS Senator Andrea Stewart-Cousins
 907 Legislative Office Bldg.
 Albany, NY 12247

PRSR-STD
 U.S. POSTAGE
PAID
 NEW YORK SENATE



Getting Help During This Time

—Important Information From Senator Andrea Stewart-Cousins—

NYS Senator Andrea Stewart-Cousins Temporary President and Majority Leader

Although the District Office is closed, my staff is available to take your phone calls and emails, will respond and can also arrange virtual meetings.

35th District E-Mail: scousins@nysenate.gov
 Website: stewartcousins.nysenate.gov

District Office:
 28 Wells Ave., Bldg. #3, 5th Fl.
 Yonkers, NY 10701
 Phone: (914) 423-4031

Albany Office:
 907 Legislative Office Bldg.
 Albany, NY 12247
 Phone: (518) 455-2585

[andrea.stewartcousins](https://www.facebook.com/andrea.stewartcousins)

[@AndreaSCousins](https://twitter.com/AndreaSCousins)

Resources:

For more information on these and other Coronavirus related actions, please go to the NYS Department of Health website:
<https://coronavirus.health.ny.gov/home> or call: 1-888-364-3065

Westchester County government has a dedicated webpage on the County's Department of Health site:
<https://health.westchestergov.com/component/content/category/155-news>.
 Residents can call 211 for information.

Westchester County Department of Senior Programs and Services:
 (914) 813-6300 | Website: <http://www.westchestergov.com/seniors>

Visit www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html for more information

Español

cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/2019-ncov-factsheet-sp.pdf
cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/sick-with-2019-nCoV-fact-sheet-sp.pdf