

Se ha declarado "terminada" la pandemia de COVID-19 en numerosas ocasiones. Pero seguimos enfermando. El capitalismo necesita personas creativas para "volver a la normalidad", pero la "normalidad" nos ha estado perjudicando a muchos de nosotros durante mucho tiempo. Desinvitamos audazmente de lo "normal", ¡juntxs e individualmente! **Escribimos pliendo a más artistas que opten por cuidar de sí mismos y de los demás.** Cuidarse es vital para que podamos seguir creado. No podemos mantener nuestras prácticas creativas separadas de la seguridad de los demás. Podemos construir y mantener nuestras comunidades seguras y bellas a través del arte y la acción.

Con este espíritu, compartimos parte de lo que hemos aprendido, incluyendo recursos y prácticas de seguridad. Utilízalos y compártelos libremente. Te queremos y te apreciamos mucho.

!Glosario!

Cuidado comunitario: una perspectiva de pensamiento que cree que todos estamos más sanos cuando el colectivo está sano. Puede ser útil cuando el autocuidado no es posible y debe utilizarse después del autocuidado.

COVID-19 (Coronavirus): enfermedad respiratoria contagiosa transmitida por vía respiratoria. Puede propagarse de forma asintomática, convertirse en COVID prolongado y provocar discapacidad de por vida.

Reducción de daños: conjunto de prácticas para prevenir y reducir los daños corporales y promover estilos de vida saludables y dignos.

Interseccionalidad: concepto acuñado por Kimberlé Crenshaw que considera como un conjunto de factores afectan a un individuo social de forma combinada, en lugar de considerar cada factor de forma aislada.

! El capitalismo ama el dinero, ¡no a ti!

Nuestro gobierno capitalista pone las ganancias por encima de las personas cuando se trata de COVID. En lugar de mantener a la gente segura y protegida, los funcionarios del gobierno declararon que la emergencia había terminado demasiado pronto porque era más barato. En lugar de financiar investigaciones y compartir información, dejamos de reportar cifras y lo pusieron todo en las personas, enviándonos de vuelta al trabajo con la idea de que las cosas habían vuelto a la "normalidad". Necesitan nuestro dinero y trabajo para existir, pero no les importa si existimos, sanxs y salvx.

A pesar de lo que te diga el capitalismo, el COVID sigue existiendo. Por suerte, hay personas y grupos que hacen un trabajo INCREDIBLE a nivel local y nacional para mantenerse a sí mismos y a los demás sanxs, informadx y sanxs. **!Tenemos el poder para ser mejores que el capitalismo!**

2. Cualquier persona puede quedar discapacitada de un momento a otro. Desde el principio, los medios de comunicación nos han dicho que "las personas discapacitadas son las que corren más riesgo" y que si no tienes una discapacidad, no debes preocuparte. Pero cualquiera puede quedar discapacitado en cualquier momento. La probabilidad de contraer COVID prolongado es de 1 entre 10. Y si el COVID prolongado suele conducir a la discapacidad, entonces TODXS estamos en riesgo. Todavía estamos aprendiendo sobre los efectos que COVID tendrá en nuestros cuerpos a largo plazo. Hasta ahora, hay suficientes datos para mostrarnos que sigue siendo importante ser cuidadxos y protegernos, especialmente usando mascarilla. Como creativos, necesitamos protegenos intencionadamente para poder seguir creando. **El Valle del Hudson puede ser un lugar seguro. ¡Cuidate y diseña o exige eventos COVID-seguros!**

3. Cuidado en tiempos de COVID = cuidar de las personas indígenas, negras, queer, discapacitadas, de clase trabajadora o de algún otro tipo de marginación. ¡Sorpresa! COVID tiene el impacto más dañino en aquellos que ya estaban más afectados por los sistemas dañinos. Si esto te resulta familiar, ¡es porque lo es! Historia clásica.

Por eso escuchamos las voces de lxs afectadxs. Esta gente sabe cómo navegar en tiempos difíciles y está cansada de no ser escuchada, ¡especialmente cuando estamos tratando de ayudar y mantenernos sanxs! Cuando la gente comparte con generosidad, debemos escuchar, adaptar, ajustar y actuar. Puede ser difícil, pero es vital vivir juntxs de forma intersectorial y ser un modelo de cuidado para todxs.

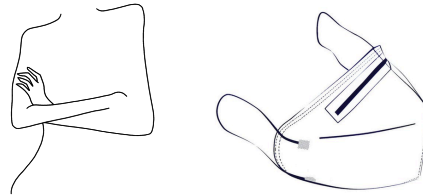
Recorre el camino. Demuestra que te preocupas por los demás, aquí y en todas partes.

¡Recursos!

- El CDC de la gente** www.peoplescdc.org
- El PPE de la gente** www.peoplesppe.org
- Guía de recursos y listas de control de accesibilidad y COVID-19** www.celebrate845.com/covid19

¡Prácticas recomendadas!

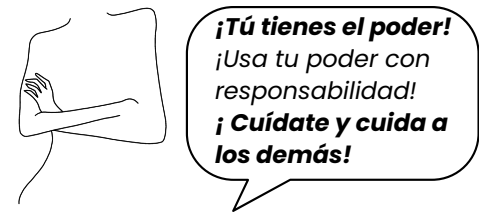
- Filtración del aire:** mantener el aire limpio y fluido.
- Mascarillas:** N95/KN95s o mejor. Las de tela y las quirúrgicas no sirven de mucho. Pregúntanos por mascarillas gratis.
- Enjuague bucal:** tipos con CPC (cloruro de cetilpiridinio) reducirá la carga viral.
- Spray nasal:** el uso de sprays de corticosteroides antes, durante y después de las actividades de riesgo ayuda.
- Comunicación:** Sé honestx sobre tus hábitos contigo mismx y con los demás. Toma decisiones seguras, hazte las pruebas adecuadamente y da prioridad a las personas con mayor riesgo.



¿Y si consideramos que nuestro papel como artistas está profundamente ligado a la salud de nuestros vecindarios? ¿Cómo puedes utilizar tu arte para mantener a la gente sana?

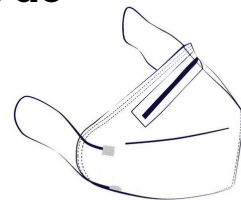
La misión de Celebrate845 es organizar, reconocer y celebrar a los creativos marginados y de clase trabajadora en todo el Valle del Hudson de Nueva York a través de ofertas emergentes y virtuales.

www.celebrate845.com/covid19
¡Pídenos mascarillas KN95 GRATIS!



¡Tú tienes el poder!
¡Usa tu poder con responsabilidad!
¡Cuidate y cuida a los demás!

Manual para artistas sobre cómo no ser cómplices de COVID-19 en el Valle del Hudson



Impresión: Celebrate845
 Primera edición: Agosto 2023