

MESMO APÓS ESTAR VACINADO MANTENHA OS CUIDADOS

HIGIENE DAS MÃOS



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool.

ETIQUETA RESPIRATÓRIA



Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço, mesmo se tiver máscara.

USO DE MÁSCARA



Use a máscara:

- em espaços fechados
- em locais abertos quando não for possível manter a distância de segurança.

SE TIVER SINTOMAS



Não vá trabalhar.
Caso o seu filho tenha sintomas, não o leve à escola.
Evite sair à rua se estiver doente.

DISTANCIAMENTO FÍSICO



Mantenha a distância de 1,5 a 2 metros das outras pessoas.

REDUÇÃO DE CONTACTOS



Sempre que possível, limite o número de contactos físicos com outras pessoas.

VENTILAÇÃO DOS ESPAÇOS



Mantenha os espaços bem arejados.
Opte por ventilação natural.

LIMPEZA DAS SUPERFÍCIES



Limpe e desinfete as superfícies com frequência.

MANTENHA-SE PROTEGIDO