

COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo recém-descoberto coronavírus.

A maioria das pessoas terá uma reação de leve a moderada e irá recuperar sem precisar de tratamento. Os idosos e aqueles com problemas médicos subjacentes têm maior probabilidade de o vírus se desenvolver gravemente e possivelmente morrer.

COVID-19



Deve proteger-se a si e aos outros!

Mãos. Cara. Espaço.

- lave as mãos por pelo menos 20 segundos
- use uma máscara para o rosto
- fique a 2 metros de distância de outras pessoas



FIQUE EM CASA, SALVE VIDAS!

Não deve sair ou estar fora de casa, exceto para:

- fazer compras para garantir necessidades básicas,
- procurar assistência médica
- ir para o trabalho, no caso de não poder trabalhar em casa
- praticar exercício físico, uma vez por dia, na sua área local



Se sentir algum destes sintomas:

- temperatura alta
- nova tosse contínua
- perda ou alteração do olfato ou paladar

Faça um teste e permaneça em casa!!



Ficar seguro em casa:

- lave regularmente as mãos, por pelo menos 20 segundos
- limpe as superfícies tocadas com frequência
- deixe bastante ar fresco entrar em casa



Faça download da app.

A app da NHS já está disponível para iOS e Android.

A app pode ser usada para:

- rastrear o contato com casos,
- obter informações sobre restrições
- fazer check-in nos locais que visita.

A app não partilha as suas informações com a NHS ou com o governo, portanto, a sua privacidade é protegida.



Se quebrar as regras:

- Pode receber uma Notificação de Multa Fixa de £ 200 na primeira infração, dobrando para outras infrações até um máximo de £ 6.400.
- Se estiver envolvido na realização de um ajuntamento de pessoas ilegal, a polícia pode emitir multas de £ 10.000.



Aja como se tivesse COVID-19 e ajude a proteger a sua comunidade!

Mais informação em <https://www.gov.uk/coronavirus>