

Covid-19: Medidas de Prevenção

REGRAS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL



Evitar apertos de mãos.



Lavar as mãos
com frequência.



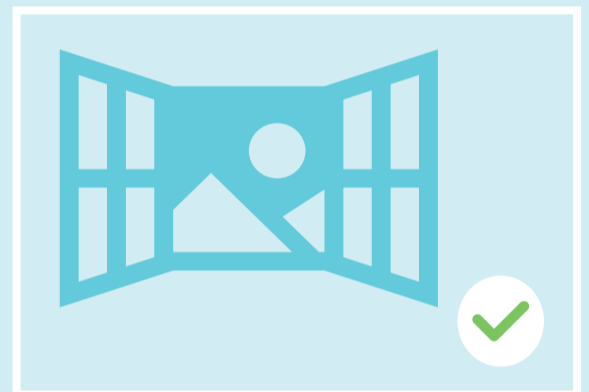
Manter as mãos afastadas
do rosto.



Tossir ou espirrar para o
cotovelo ou para um lenço.



Deitar fora os lenços
de papel imediatamente
após a sua utilização.

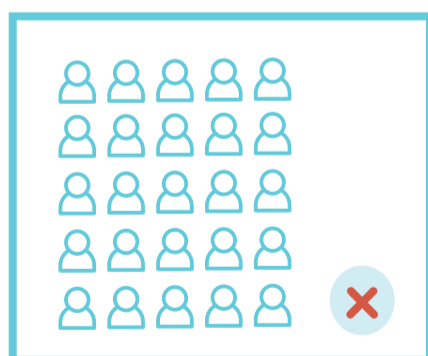


Ventilação regular
dos espaços.

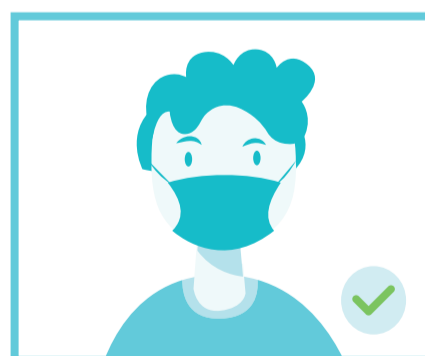
REGRAS DE PROTEÇÃO EM CASOS GRAVES (DIVERSOS CASOS DE DOENÇA NA SUA REGIÃO)



Não partilhar
objetos.



Manter a distância e
evitar multidões.



Utilizar máscaras
de proteção.



Prestar atenção aos
primeiros sintomas,
seja responsável.

O QUE FAZER?



Em caso de sintomas,
contacte a **Linha SNS 24: 808 24 24 24.**



workcare