



# Informações sobre o coronavírus

No's devemos continuar a fazer de tudo para parar o coronavirus e proteger a nossa comunidade e o NHS.

## Para proteger the e aos outros por favor;



Manter social distancia ,estar distante minimo de 1 metro das outras pessoas e nao estar com outros familiares out relativos constantemente



Sempre usar a mascara em espacos fechados,incluindo shops e supermercados ,bancos e transpostes publicos



Lavar as maos regurlarmente com desinfetante pelo menos 20 segundos

E se tiver alguns dos sintomas do coronavirus,deve se manter afastado sem contacto com outros/as se esteve em contacto com alguem que teve os sintomas do coronavirus,e nao deixar a casa pelo menos 10 dias.

## Lembrar os principais sintomas sao;



Febre alta



Continuado tossir



Perda de cheiro



Perda de paladar

Marcar teste via online [www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test](http://www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test) ou telefonar para o 119.

Se o teste for positivo do coronavirus debes te manter afastado em casa pelo menos 10 dias e as pessoas com quem vives devem pelo menos estar 14 dias.

Mantemo -los informados com as novas informacoes em [www.feland.gov.uk/coronavirus](http://www.feland.gov.uk/coronavirus)