



## Medidas necessárias com crianças em casa:

### Não se recomenda que frequentem:

- Parques de bolas
- Cinemas
- Restaurantes
- Espaços recreativos
- Parques, especialmente os balouços e escorregas porque são focos de infecção
- Casas de amigos
- E evitar o contato com população de risco:
  - Maiores de 65 anos
  - Pessoas com patologias crônicas e/ou pluripatologia (hipertensão, diabetes mellitus, insuficiência renal, doenças cardiovasculares, cancro, DPOC)
  - Pessoas com imunossupressão congénita ou adquirida (também induzida por medicação)

### E se necessitam sair:

- Podem passear em espaços abertos
- Devem evitar socializar-se com outras pessoas
- Devem manter mínimo um metro de distância entre uma pessoa e a outra
- Devem lavar as mãos corretamente

Usem o sentido comum, se fecharam as escolas, não se devem realizar reuniões alternativas.

Adoptemos as medidas com calma e respeito pelo bem de todas/os.