

# PROTOCOLOS DE ENTRADA EM CASA

## AÇÕES CONTRA COVID-19

**1** Ao voltar para casa, não toque em nada antes de higienizar as mãos.



**2** Tire os sapatos e deixe na entrada de casa.



**3** Desinfete as patas do seu pet após passear com ele.



**4** Voltando de bancos, farmácias e supermercado é indicado que ao chegar em casa troque de roupa e tome banho. Lave bem as roupas que usou para sair.



**5** Deixe bolsa, carteira, chaves, etc, em uma caixa na entrada



**6** Limpe seu celular e óculos com sabão e água ou álcool.



**7** Limpe as embalagens que trouxe de fora antes de guardar.



**8** Lembre-se que não é possível fazer uma desinfecção total, o objetivo é reduzir o risco.



# PROTOSCOLOS PARA SAIR DE CASA

## AÇÕES CONTRA COVID-19

**1** Ao sair, coloque uma jaqueta de manga longa.



**2** Prenda o cabelo e evite usar brincos, anéis e correntinhas.



**3** Se estiver com gripe ou tosse, coloque uma máscara pouco antes de sair.



**4** Evite utilizar o transporte público.



**5** Se sair com o seu pet, tente evitar que ele se esfregue contra superfícies externas.



**6** Leve lençinhos ou luvas descartáveis e use-as para tocar as superfícies.



**7** Lenços e luvas descartáveis devem ser jogados em um saco fechado dentro da lata de lixo.



**8** Cubra o nariz e a boca com um lenço descartável ao tossir ou espirrar e depois jogue-o fora.



**9** Evite usar dinheiro. Se necessário, higienize suas mãos logo em seguida.



**10** Lave ou higienize suas mãos após tocar em qualquer objeto ou superfície.



**11** Não toque no seu rosto antes de higienizar as mãos.



**12** Mantenha distância das pessoas.



# PROCOLOS DE CONVIVÊNCIA COM PESSOAS NOS GRUPOS DE RISCO

## AÇÕES CONTRA COVID-19

- 1** Separar um banheiro da casa para aqueles que são de grupo de risco. Se não for possível, desinfete-o com uma solução de água sanitária após usar.



Para cada 1 litro de água, 20ml de água sanitária.

- 2** Não compartilhar toalhas, talheres, copos.



- 3** Limpe e desinfete diariamente superfícies de alto contato.



Interruptores, mesas, encostos de cadeira, puxadores, etc.

- 4** Lave roupas, lençóis e toalhas com mais frequência.



- 5** Manter distância, dormir em quartos separados.



- 6** Manter os quartos ventilados. Mantenha as janelas da casa ou apartamento abertas durante o dia.



- 7** Ligue para 136 em caso de febre acima de 38 graus e dificuldade para respirar.



- 8** Não quebre a quarentena por 2 semanas. Toda saída de casa é uma reinicialização do contador.

