

Tenha como meta evitar completamente essas três situações.

~ Evite, até mesmo um dos três situações individualmente ~



Evitar contato pessoal próximo



Evitar ambiente com aglomeração



Evitar ambiente fechado

Ao encontrar-se com outro



- Mantenha **distância suficiente de outras pessoas!**
- Evite um **lugar e horário com maior aglomeração!**
- Dê preferência ao **encontro On-line e horário de trabalho escalonado!**
- **Evite contatos próximos nem aglomerações mesmo que esteja ao ar livre!**

Ao tomar as refeições



- **Faça isso com poucas pessoas em curto tempo, evitando a conversação em voz alta!**
- Use os restaurantes que **respeitam as diretrizes!**
(biombo acrílico, desinfecção, boa ventilação, etc.)
- Dê preferência ao **restaurante takeout e serviço de entrega!**



Pontos

Coloque a máscara quando for conversar

Se não estiver se sentindo bem, evite ir a escola ou ao trabalho.

