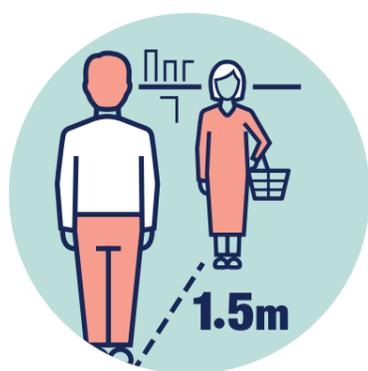


Mantendo todos em segurança: Distanciamento físico

ajuda a impedir a propagação da COVID-19 entre as pessoas.



Fique a 1,5 metros ou a 2 passos largos longe de outra pessoa.



Siga as regras em NSW para reuniões (privadas ou de negócios).



Limite visitas à família ou amigos. Em vez disso, converse com eles por telefone ou online.



Exercícios ao ar livre tudo bem, mas fique a 1,5 metros longe dos outros.



Não aperte as mãos, abrace ou beije outras pessoas.



Faça o teste se você tiver quaisquer sintomas. Isole-se até você receber o resultado do seu teste.

Permaneça em Segurança



Lave suas mãos com sabonete por, pelo menos, 20 segundos ou use um higienizador para as mãos.



Tussa ou espirre na parte interna do cotovelo ou de um lenço de papel. Jogue o lenço de papel fora imediatamente.

Sintomas da COVID-19



Febre



Tosse



Dor de garganta



Falta de ar

Para mais informações

Ligue para o *National Coronavirus Health Information Line*
(Número Nacional de Informações de Saúde do Coronavírus): 1800 020 080.

Para um intérprete ao telefone grátis, ligue para 131 450 e diga a língua que necessita.
Peça ao/à intérprete para transferir você para o *Coronavirus Health Information Line*.