

# CORONAVÍRUS COVID - 19

O que você  
precisa  
saber e fazer.

## O que você pode fazer enquanto está em casa:

- Ajudar com as tarefas domésticas de acordo com a idade;
- Uma rodada de jogos e brincadeiras;
- Participar das conversas em família;
- Estudar as últimas lições passadas na escola;
- Ler;
- Separar brinquedos e roupas que não são mais usadas para doação;
- Cozinhar receitas divertidas acompanhado dos pais.



## O que você deve evitar:

- Não chamar para a sua casa e nem visitar seus amigos;
- Não sair para parquinho, playground ou para qualquer atividade externa;
- Manter distância dos idosos que estiverem em casa.

## Quais os sintomas?

Os sintomas mais comuns são:



**Febre**



**Tosse**



**Dificuldade  
para respirar**

Nas crianças, a doença pode não ter nenhum sintoma e mesmo assim passar para outras pessoas.

## Você sabe a forma certa de lavar as mãos?



Molhe as mãos.



Esfregue as costas das mãos  
e entre os dedos.



Lave bem os punhos.



Coloque sabão.



Esfregue debaixo das unhas.



Enxágue com água corrente para  
tirar o sabão, vírus e bactérias da pele.



Esfregue bem as duas mãos.



Não esqueça de lavar os polegares.

**Pra terminar:**

Feche a torneira com um papel ou toalha.  
Seque bem as mãos com um papel empurrando  
a água pra ponta dos dedos e jogue o papel no lixo.

SAIBA COMO PROTEGER VOCÊ  
E SUA FAMÍLIA. ACESSE:

[saude.gov.br/coronavirus](http://saude.gov.br/coronavirus)

DISQUE  
SAÚDE  
**136**

PREFEITURA DE  
**GASPAR**



SUS+

MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

PÁTRIA AMADA  
**BRASIL**  
GOVERNO FEDERAL