



Cidadãos de Komatsu

Continuem agindo com cuidado!

Cuidado com a propagação do coronavírus

Para evitar a propagação do coronavírus (COVID-19), pedimos que sigam as regras do “novo estilo de vida” tanto quanto possível.

Evite os três vilões do COVID-19

Aglomeração

Local fechado

Contato próximo

1. Ações individuais de prevenção: use máscaras, higienize suas mãos, areje bem os cômodos etc.

Siga os cuidados básicos para a prevenção de doenças contagiosas.



Lave bem as mãos, inclusive entre os dedos

Use máscaras sempre que sair de casa

Deixe o ar circular periodicamente

2. Evite reuniões ou refeições com um grande número de pessoas ou por um longo período de tempo

Tem aumentado o número de contágios ocorridos durante reuniões e refeições em conjunto. Tome muito cuidado, especialmente ao encontrar-se com amigos e conhecidos, pois é quando baixamos nossa guarda.

Pedimos que os comerciantes sigam as regras e diretrizes estabelecidas pelos órgãos responsáveis.



Selo de participação do “Plano Lotação pela Metade”



Mantenha uma distância segura

3. Ações em família: cuidado com o aumento de casos em ambiente familiar

Nosso lar é onde nos sentimos mais seguros, mas não podemos nos esquecer de que o vírus pode estar em qualquer lugar. Caso sinta algum dos sintomas ou qualquer preocupação, não hesite em contatar seu médico ou centros de consulta e apoio.



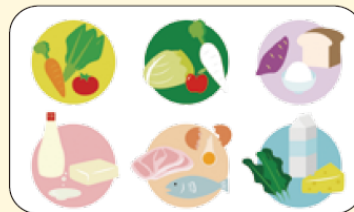
Divida os alimentos em porções individuais



Não compartilhe toalhas ou roupas

4. Aumente sua imunidade: faça refeições balanceadas, pratique exercícios leves regularmente etc.

Em especial crianças pequenas, idosos e pessoas com doenças crônicas, que precisam de atenção redobrada. Se possível, lembre as pessoas ao redor de se cuidarem também!



Seja saudável fazendo refeições balanceadas e exercícios



Mantenha discrição e privacidade acerca dos casos de contaminação.

Contato: Setor de Prevenção ao Coronavírus de Komatsu ☎0761-24-8150