|  |
| --- |
| Regras de quarentena para as férias de Ano Novo |

|  |
| --- |
| ① **Antes da Viagem**  ○ ① Consulte o médico se tiver quaisquer **sintomas suspeitos de COVID-19 (febre, tosse, dor de garganta, dores musculares, etc.) e cancele ou adie a viagem, ou visite ② Vacine de acordo com a recomendação de vacinação ③ Minimize o uso** de instalações **públicas e situações 3C (espaço fechado, multidão e muita aproximação)**  ② **Durante a viagem**  ○ ① Usar **veículo pessoal**, se possível ② **Usar máscara quando usar o transporte público, evitar de consumir\*** ③ Minimizar os pontos de paragem ④ **Minimizar a utilização das instalações 3C**  \* Se for inevitável, coma e beba rapidamente e tente não falar enquanto come  ③ **Durante a visita**  ○ ① **Minimizar a estadia,** se possível **② Usar máscaras** quando visitar os mais velhos ③ Manter **o estado de quarentena pessoal** lavando as mãos e arejando o quarto\* ④ Minimizar o uso **de instalações públicas e situações 3C (espaço fechado, multidão e proximidades)**  **\*** Arejar mais de 3 vezes por dia (mais de 10 minutos por cada sessão). Arejar abrindo as portas e janelas ao mesmo tempo, se possível/ (arejamento mais frequente se houver mais pessoas, as janelas que são mais pequenas e menos ventosas)  ④ **No regresso**  ○ **Minimizar a utilização de instalações públicas e situações 3C (espaço fechado, multidão, aproximação estreita)** durante um determinado período de tempo  - Se tiver sintomas suspeitos de COVID-19 (febre, tosse, dor de garganta, dores musculares, etc.), consulte o médico\* e tome medicamentos de acordo com a prescrição médica, se estiver em alto risco  \* Pesquisar no Instituto Médico de Serviço Único de COVID-19 (ncov.kdca.go.kr), Serviço de Revisão e Avaliação de Seguros de Saúde (www.hira.or.kr), e motor de pesquisa (Naver, Kakao)  - Minimizar o contacto com outras pessoas e seguir minuciosamente as orientações pessoais de quarentena se apresentar sintomas, mesmo que o seu teste seja negativo para COVID-19 |