

COVID19 e o Isolamento Social

Continuamos cá para o ajudar, mas será mesmo necessário deslocar-se?

Por favor, considere:

Pode contactar-nos por Telefonar

A Junta de Freguesia estará sempre contactável através do 212341040 para qualquer esclarecimento ou informação;

Use o correio eletrónico

Através do endereço geral@freguesiadealcochete.pt podemos responder às suas questões;

Se não for urgente

Caso o assunto não seja assim tão urgente, adie a sua deslocação aos nossos serviços até que a situação atenuar

Se não poder adiar

Se o assunto não puder ser adiado, venha então ter connosco, mas lembre-se de assumir uma postura de responsabilidade individual e coletiva e tome as devidas precauções

Mantenha-se em segurança protegendo-se e protegendo os outros...

Lave com frequência as mãos com água e sabão ou com solução à base de álcool a 70%;
Deve lavá-las sempre que se assoar, espirrar, tossir ou após contacto direto com pessoas;

Se possui uma doença crónica ou é idoso, evite grandes aglomerações;

Use máscara quando se deslocar;

Tape o nariz e a boca quando espirrar ou tossir, com um lenço de papel ou com o antebraço, nunca com as mãos, e deitar sempre o lenço de papel no lixo;

Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória;

Evite tocar na cara com as mãos;

Evite partilhar objetos pessoais ou comida em que tenha tocado.

Para mais informações consulte a página da Direção-Geral da Saúde
<https://covid19.min-saude.pt/perguntas-frequentes>

