



SINTO-ME BEM

Ainda não tive contacto com ninguém que tenha obtido dados positivos ao teste Covid-19



Respeito as precauções habituais emitidas

pelos pelo Ofício Federal da Saúde Pública (OFSP) em particular:

- lavo-me as mãos frequentemente,
- mantenho uma distância de 2 metros dos meus interlocutores,
- as reuniões de mais de 5 pessoas são proibidas.



Se eu sou **uma pessoa considerada vulnerável**, fico em casa o máximo possível e não entro em contacto com outras pessoas doentes.

Eu vivo com ou tenho intimidade com uma pessoa a qual obteve dados positivos ao Covid-19



Penho-me **em quarentena*** durante dez dias.



Se aparecerem sintomas desta doença: consulte o lado direito deste infógrafa «Tenho tosse e/ou febre».



Se nenhum destes sintomas aparece, retomo uma vida normal e respeitarei as precauções habituais emitidas pelo Ofício Federal da Saúde Pública (OFSP), sobretudo se sou uma pessoa considerada vulnerável.



PESSOAS VULNERÁVEIS

- Idade de 65 anos ou superior
 - Se sofro de:
 - pressão arterial elevada
 - diabetes
 - doenças cardiovasculares
 - doenças respiratórias crónicas
 - de deficiência imunológica devida a uma doença ou a uma terapia
 - de cancro

COVID-19: NÚMEROS A LEMBRAR

Linha direta de informação Neuchâtel:

032 889 11 00

Linha direta de informação Suíça:

058 463 00 00

Primeiros enfermeiros de seleção:

032 886 88 80

das 8h às 17h30 nos dias de semana, das 9h30 às 17h30 aos sábados e das 9h30 às 12h aos domingos.

Médicos de permanência:

0848 134 134

Linha direta pediátrica:

032 713 38 48

Emergências vitais:

144

Para avaliar o seu risco:

[coronacheck.ch](https://www.coronacheck.ch)

*Todos os detalhes sobre as medidas de isolamento, quarentena e muitas outras informações estão disponíveis no site do Ofício Federal da Saúde Pública (OFSP):

www.ofsp-coronavirus.ch
www.ne.ch/coronavirus

Este esquema e as informações que ele contém são válidos no cantão de Neuchâtel (Suíça).

Situação em 24 de Março de 2020.



TENHO TOSSE E/OU FEBRE

Não pertencço ao tipo das pessoas vulneráveis.



Por minha própria iniciativa, **isolo-me em casa*** pelo menos durante 10 dias. Depois, posso retomar uma vida normal 48 horas após a desapareição dos meus sintomas. Para avaliar o seu risco: **[coronacheck.ch](https://www.coronacheck.ch)**



Se os sinais da **doença piorarem**, eu contacto a linha de seleção de enfermagem No **032 886 88 80** (ver horário de abertura marcado na coluna do meio). Marcam-me uma consulta em um dos oito centros do cantão.

Sou uma das pessoas vulneráveis ou um membro do pessoal de enfermagem



Contacto o No **032 886 88 80** (ver as horas de abertura marcadas na coluna do meio). Marcam-me uma consulta em um dos oito centros do cantão.



Nesse centro, eles decidem se:

- tenho de ser **hospitalizado**,
- tenho de **ficar em casa** com cuidados médicos regulares,
- se a minha situação o exigir **um rastreio**.