|  |
| --- |
| **Wearing a face covering** |
| **Usar uma cobertura facial** |
| * Anyone travelling by bus, train, ferry or plane in England should now wear a face covering to help reduce the risk of coronavirus transmission.
 |
| * Qualquer pessoa que viaja de autocarro, comboio, balsa ou avião na Inglaterra deve agora usar uma cobertura facial para ajudar a reduzir o risco de transmissão do coronavírus.
 |
| * You must also wear a face covering in shops and should do so in other enclosed spaces where it is not possible to stay two metres apart from other people.
 |
| * Deve também usar uma cobertura facial no interior de lojas, assim como em outros espaços onde não seja possível ficar a uma distância de dois metros das outras pessoas.
 |
| * Some passengers will be exempt from these rules including:
 |
| * Alguns passageiros estarão isentos deste regras, como por exemplo:
 |
| * Children under 11
 |
| * Crianças com menos de 11 anos de idade
 |
| * People with disabilities
 |
| * Pessoas com deficiências
 |
| * Those with breathing difficulties
 |
| * Pessoas com dificuldades respiratórias
 |
| * Anyone travelling with someone who relies on lip reading
 |
| * Pessoas viajando com alguém que faça leitura labial
 |
| * If it is "reasonably necessary" for you to eat or drink you can remove the face covering to do so.
 |
| * Se for "razoavelmente necessário" quando estiver a comer ou a beber, pode remover a cobertura facial para tal.
 |
| * People could be refused travel if they don't follow the rules. They could also be fined, but this will be the last resort.
 |
| * Poderá ser recusada a permanência de pessoas quando as mesmas não cumprirem com as regras. Estas poderão também ser multadas, pelo que este será o último recurso.
 |
|  |
| **How to put on a face covering** |
| **Como colocar uma cobertura facial** |
| * A cloth face covering should cover your mouth and nose while allowing you to breathe comfortably.
 |
| * Uma cobertura facial de pano deve ser capaz de cobrir toda a sua boca e nariz, devendo permitir-lhe respirar confortavelmente.
 |
| * It can be as simple as a scarf or bandana that ties behind the head.
 |
| * Pode ser tão simples quanto um cachecol ou lenço que ata atrás da cabeça.
 |
| * Wash your hands or use hand sanitiser before putting it on and after taking it off.
 |
| * Lave as suas mãos ou use um higienizador de mãos antes de colocar e depois de tirar uma cobertura facial.
 |
| * Avoid touching your eyes, nose, or mouth at all times.
 |
| * Evite tocar nos seus olhos, nariz ou boca a todo momento.
 |
| * Store used face coverings in a plastic bag until you have an opportunity to wash or dispose of them.
 |
| * Guarde as coberturas faciais num saco plástico até que tenha oportunidade de as lavar ou de as deitar fora.
 |
| * You should wash a face covering regularly.
 |
| * Deve lavar as coberturas faciais com regularidade.
 |
| * Do not touch the front of the face covering, or the part of the face covering that has been in contact with your mouth and nose.
 |
| * Nunca toque na parte da frente da cobertura facial ou na parte da cobertura facial que entrou em contacto com o seu nariz e boca.
 |
| * Once removed, make sure you clean any surfaces the face covering has touched.
 |
| * Assim que remover a cobertura facial, certifique-se de que limpa quaisquer superfícies em que a mesma tocou.
 |
| * For more information, please visit [www.gov.uk](http://www.gov.uk)
 |
| * Para mais informação, por favor vá a [www.gov.uk](http://www.gov.uk)
 |