|  |
| --- |
| **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) |