

# Atenção, a cepa Omicron pode se propagar !

## Adote Medidas completas de controle de infecção!

Na província de Hyogo foi confirmada infecções da "cepa Omicron" uma infecção altamente contagiosa.

Estamos no período de influenza e do aumento de oportunidades para as pessoas se reunirem, pedimos que tomem o máximo de cuidado para evitar a propagação da infecção, usando máscaras, ventilação, etc..

### 1 Medidas básicas, completas para o controle da infecção

- Implemente na vida diária medidas básicas de controle de infecção, como usar máscara (incentivamos o uso de máscara que não seja detectado), lavar e desinfetar as mãos, evitar as 3 situações (local fechado, lotado e proximidade), manter distância entre as pessoas e ventilação.
- Ao sair, evite lugares e horários lotados, e aja com pequeno número de pessoas.
- Adote medidas minuciosas para que não haja infecção em casa, como lavar e desinfetar as mãos ao voltar para casa, e cuidados com a saúde familiar.
- Quando não se sentir bem, ligue rapidamente para uma instituição médica e consulte-se.
- Em caso de dúvidas de infecção, faça um teste PCR gratuito.

### 2 Evite atitudes de alto risco

- É uma época que surge mais oportunidades de reunião para jantares, como a festa de Ano Novo, retorno ao lar e reencontros.

Nas refeições não devem exceder quatro pessoas na mesma mesa, não devem permanecer mais de duas horas e devem usar máscara durante os diálogos.

- Evite frequentar bares, restaurantes e karaokês, que não adotam as medidas completas de controle de infecção.
- Em instalações com um grande número de visitantes, certifique-se de que sejam tomadas medidas de controle de infecções, tais como organizar a entrada, garantir que todos os visitantes usem máscaras e instalar equipamento de higienização das mãos.
- Se tiver sintomas como febre, evite voltar para casa, viajar ou participar de eventos.

### 3 Participação ativa na vacinação

- A terceira dose da vacinação será iniciada em sequência. Pedimos que todos participem ativamente da vacinação.
- Mesmo após a vacinação, continue a seguir as medidas básicas de controle de infecção como o uso de máscara, ventilação e desinfetar as mãos.