



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 should also wear a face covering in shops and 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 e 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
Para mais informação, por favor vá a www.gov.uk