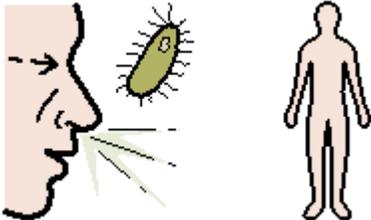
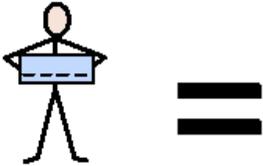
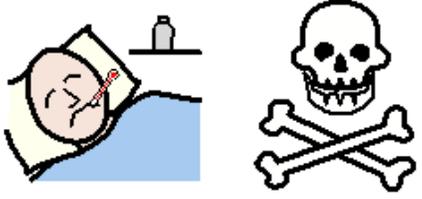
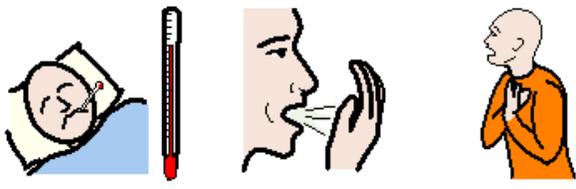
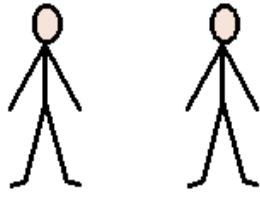
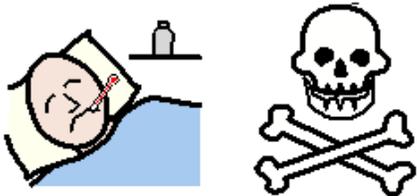
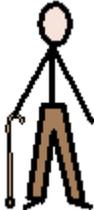
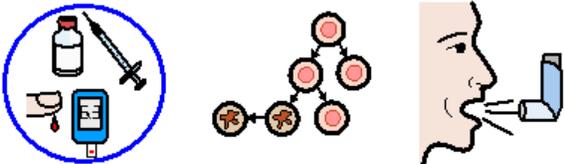
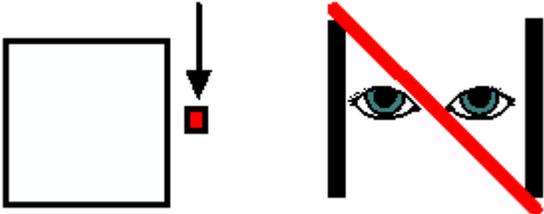
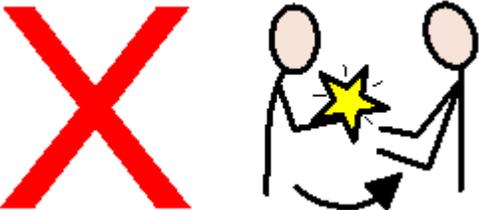


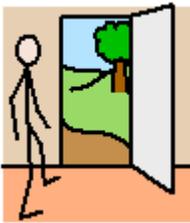
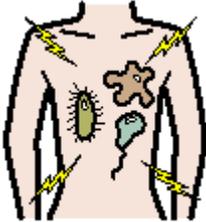
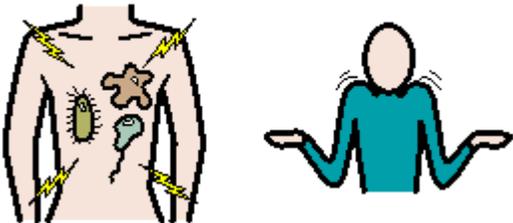
Coronavírus - documento em leitura fácil

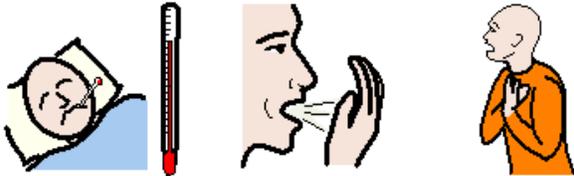
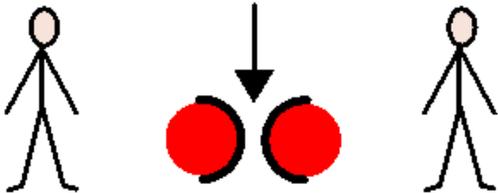
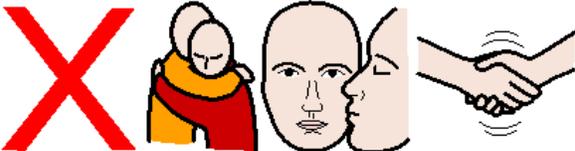
	<p>Um vírus é uma coisa muito pequena que pode entrar no corpo das pessoas.</p>
	<p>Quando uma pessoa tem um vírus no corpo, significa que está infetada por esse vírus.</p>
	<p>O coronavírus é um vírus que apareceu na China.</p>
	<p>O coronavírus também é conhecido por COVID-19.</p>
	<p>O coronavírus espalhou-se em muitos países do mundo e também chegou a Portugal.</p>

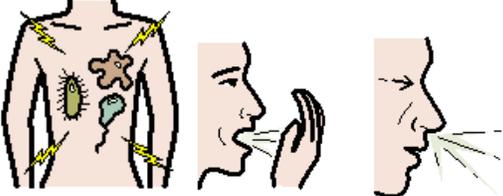
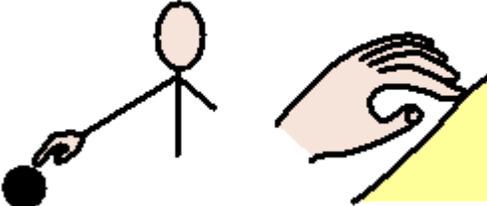
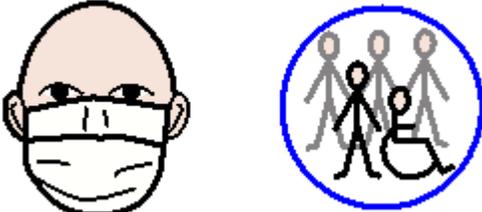
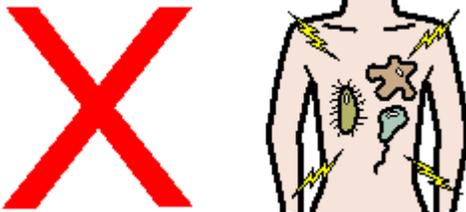
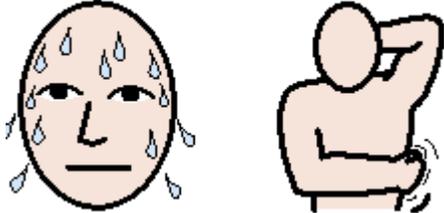
	<p>Ainda há muitas pessoas infetadas com o coronavírus em Portugal e já cá morreram mais de mil pessoas.</p>
	<p>Quando uma pessoa está infetada com o coronavírus, pode ter febre, tosse e dificuldade em respirar.</p>
	<p>Quando uma pessoa está infetada com o coronavírus, também pode ter dores de garganta, corrimento nasal, dores de cabeça, dores no corpo e pode sentir-se cansada.</p>
	<p>As pessoas apresentam sintomas diferentes quando estão infetadas com o coronavírus.</p>
	<p>As pessoas não sabem muito bem o que é que lhes pode acontecer se ficarem infetadas com o coronavírus, porque pode acontecer muita coisa.</p>

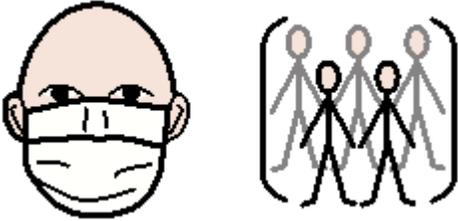
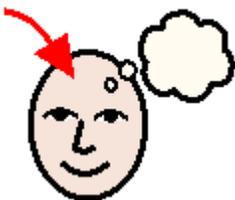
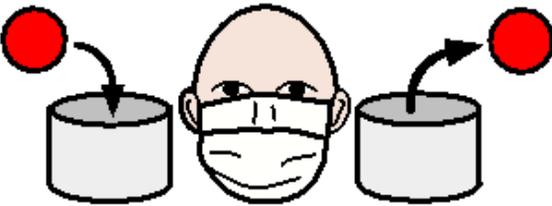
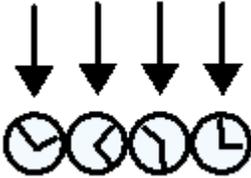
	<p>Algumas pessoas ficam muito doentes e podem morrer.</p>
	<p>Outras pessoas sentem-se só um pouco constipadas.</p>
	<p>As pessoas mais velhas costumam ter mais problemas quando estão infetadas com o coronavírus.</p>
	<p>As pessoas com doenças crónicas como a diabetes, o cancro e as doenças respiratórias também costumam ter mais problemas quando estão infetadas com o coronavírus.</p>
	<p>O coronavírus é muito pequeno e nós não o conseguimos ver.</p>

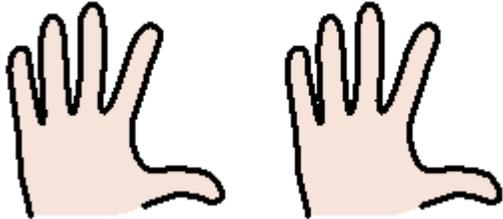
	<p>Por não conseguirmos ver o coronavírus, precisamos de ter muito cuidado para não nos infetarmos.</p>
	<p>Ainda não existe um remédio ou uma vacina para curar as pessoas que estão infetadas com o coronavírus.</p>
	<p>É por isso que as pessoas estão muito preocupadas por causa do coronavírus.</p>
	<p>É por isso que ficámos em casa muito tempo.</p>
	<p>Agora, ainda não existe uma cura para o coronavírus.</p>

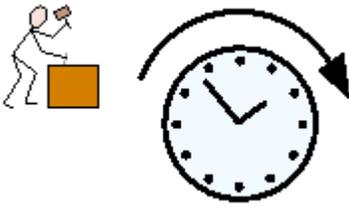
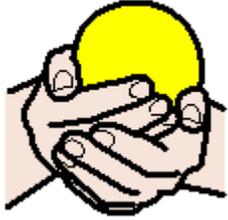
	<p>Agora, já podemos sair um pouco de casa, mas temos que ter muito cuidado porque ainda podemos ser infetados com o coronavírus.</p>
	<p>Agora, os hospitais estão mais preparados para receber as pessoas infetadas, mas o coronavírus continua a ser um vírus perigoso.</p>
	<p>Podemos ficar infetados com o coronavírus, se estivermos perto de uma pessoa que já esteja infetada.</p>
	<p>Estar perto de uma pessoa infetada significa que estamos a menos de dois metros dessa pessoa.</p>
	<p>Há pessoas que estão infetadas com o coronavírus e não sabem, porque podem não ter sintomas.</p>

	<p>Os principais sintomas, como já vimos, são a febre, a tosse e a dificuldade em respirar.</p>
	<p>O coronavírus pode-se transmitir quando as pessoas estão perto umas das outras.</p>
	<p>Para não sermos infetados, temos que nos manter um pouco afastados uns dos outros.</p>
	<p>Não podemos abraçar-nos nem dar beijos ou apertos de mão.</p>
	<p>Mas podemos conversar uns com os outros e divertirmo-nos na mesma.</p>
	<p>O coronavírus espalha-se através da tosse e dos espirros.</p>

	<p>Uma pessoa infetada com o coronavírus pode tossir ou espirrar para cima de nós e nós podemos ficar infetados.</p>
	<p>Também podemos ficar infetados com o coronavírus se tocarmos em objetos ou em sítios contaminados com o coronavírus.</p>
	<p>Por causa deste risco de sermos infetados com o coronavírus, devemos usar máscaras no CAO e nos espaços da comunidade.</p>
	<p>As máscaras servem para evitar que as pessoas fiquem infetadas com o coronavírus.</p>
	<p>Às vezes, usar máscara pode ser desconfortável, por causa do calor ou da comichão.</p>

	<p>Mesmo assim, devemos usar uma máscara quando estamos com outras pessoas.</p>
	<p>Há situações em que também devemos usar uma viseira.</p>
	<p>Temos que aprender a usar bem a máscara.</p>
	<p>Temos que ter cuidado quando pomos e quando tiramos a máscara.</p>
	<p>Não podemos estar sempre a mexer na máscara.</p>
	<p>Não podemos usar sempre a mesma máscara, sem a lavar ou sem a trocar.</p>

	<p>Também devemos aprender a lavar muito bem as mãos, com água e sabão.</p>
	<p>As nossas mãos tocam em muitas coisas e, por isso, temos que as manter sempre limpas, para não ficarmos infetados com o coronavírus.</p>
	<p>Quando não temos água e sabão, podemos usar gel desinfetante, para mantermos as mãos limpas.</p>
	<p>Temos que ter hábitos novos e prepararmo-nos da melhor maneira.</p>
	<p>Ainda ninguém sabe quando é que vai haver uma cura para o coronavírus.</p>

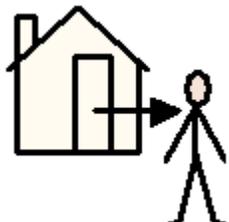
	<p>Pode demorar ainda algum tempo, mas esse dia vai chegar.</p>
	<p>Até lá, temos que ter muito cuidado e protegemo-nos a nós próprios e às pessoas à nossa volta.</p>
	<p>Por causa do coronavírus, foram feitas algumas alterações ao funcionamento do CAO.</p>
	<p>Não podemos estar todos juntos e próximos como dantes.</p>
	<p>Os grupos nas salas são mais pequenos e nem todos vão fazer as mesmas coisas ao mesmo tempo.</p>



Vamos comer a horas diferentes.



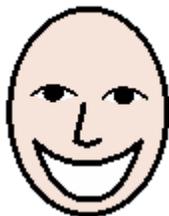
Vamos ser menos a andar nas carrinhas.



Vamos fazer mais atividades na rua.



Há cuidados que todos devemos ter para que a nossa vida no CAO e fora do CAO corra bem.



Podemos contar contigo?