

<b>Wearing a face covering</b>
<b>Usar uma cobertura facial</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anyone travelling by bus, train, ferry or plane in England should now wear a face covering to help reduce the risk of coronavirus transmission.</li> <li>• 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.</li> <li>• 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.</li> <li>• 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.</li> <li>• Some passengers will be exempt from these rules including:</li> <li>• Alguns passageiros estarão isentos destas regras, como por exemplo:</li> <li>• Children under 11</li> <li>• Crianças com menos de 11 anos de idade</li> <li>• People with disabilities</li> <li>• Pessoas com deficiências</li> <li>• Those with breathing difficulties</li> <li>• Pessoas com dificuldades respiratórias</li> <li>• Anyone travelling with someone who relies on lip reading</li> <li>• Pessoas viajando com alguém que faça leitura labial</li> <li>• If it is "reasonably necessary" for you to eat or drink you can remove the face covering to do so.</li> <li>• Se for "razoavelmente necessário" quando estiver a comer ou a beber, pode remover a cobertura facial para tal.</li> <li>• People could be refused travel if they don't follow the rules. They could also be fined, but this will be the last resort.</li> <li>• 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.</li> </ul>
<b>How to put on a face covering</b>
<b>Como colocar uma cobertura facial</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A cloth face covering should cover your mouth and nose while allowing you to breathe comfortably.</li> <li>• Uma cobertura facial de pano deve ser capaz de cobrir toda a sua boca e nariz, devendo permitir-lhe respirar confortavelmente.</li> <li>• It can be as simple as a scarf or bandana that ties behind the head.</li> <li>• Pode ser tão simples quanto um cachecol ou lenço que ata atrás da cabeça.</li> <li>• Wash your hands or use hand sanitiser before putting it on and after taking it off.</li> <li>• Lave as suas mãos ou use um higienizador de mãos antes de colocar e depois de tirar uma cobertura facial.</li> <li>• Avoid touching your eyes, nose, or mouth at all times.</li> <li>• Evite tocar nos seus olhos, nariz ou boca a todo momento.</li> <li>• Store used face coverings in a plastic bag until you have an opportunity to wash or dispose of them.</li> <li>• Guarde as coberturas faciais num saco plástico até que tenha oportunidade de as lavar ou de as deitar fora.</li> <li>• You should wash a face covering regularly.</li> <li>• Deve lavar as coberturas faciais com regularidade.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• 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.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 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.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Once removed, make sure you clean any surfaces the face covering has touched.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Assim que remover a cobertura facial, certifique-se de que limpa quaisquer superfícies em que a mesma tocou.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• For more information, please visit <a href="http://www.gov.uk">www.gov.uk</a></li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Para mais informação, por favor vá a <a href="http://www.gov.uk">www.gov.uk</a></li></ul>