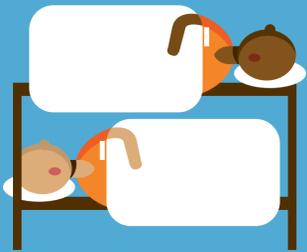


# COVID-19 PREPARAÇÃO E RESPOSTA EM LOCAIS DE DETENÇÃO

## NOTA INFORMATIVA PARA DETIDOS 2



### MANTENHA A DISTÂNCIA

Se houver vários detidos na sua cela/dormitório, crie a maior distância possível e durma alternando a sua posição enquanto dorme (cabeça para os pés do detido ao seu lado).



### ATENÇÃO

Não cubra as janelas e a porta da sua cela, e promova a circulação do ar para ventilação.

### PREVINA

Lave as mãos, corpo, panos e roupa de cama regularmente com sabão e água.



### CUIDE-SE

Limpe o seu dormitório/cela mais frequentemente.



### EVITE

Evite partilhar garrafas de água, utensílios, pratos e copos.



### LIMPE

Se o seu dormitório/cela ficar sem materiais de limpeza, peça mais material ao pessoal do estabelecimento prisional.



### AJUDE

Se se sentir doente, ou vir outro detido com sintomas, mantenha a distância e avise um membro do pessoal do estabelecimento prisional imediatamente. Se tiver alguma dúvida, pergunte ao pessoal do estabelecimento prisional!