

29/05
LUTAR COM
SEGURANÇA

GUIA DE CUIDADO
NAS MANIFESTAÇÕES
em tempos de Pandemia



EM DEFESA DA
EDUCAÇÃO
E DA SAÚDE

LUTAR COM SEGURANÇA!

1

Não vá ao ato caso seja do grupo de risco, more com alguém nessa situação, esteja com sintomas ou esteja inseguro;



2

Mantenha distância das pessoas de pelo menos 1,5 m e lembre seus colegas disso;

Mantenha-se de **máscara** o tempo todo, de preferência a PFF2

3



Leve uma extra e troque caso ela esteja úmida ou apresente rasgos



Se puder, leve uma máscara (PFF-2) para doar a alguém;

Lembre-se de colocar e retirar a máscara corretamente;



4

Leve **álcool 70°** em gel e use sempre



Antes de beber ou comer alguma coisa;



Se precisar receber ou passar um cartaz/placa/faixa;



Seja solidário e despeje álcool nas mãos de quem precisar;

5

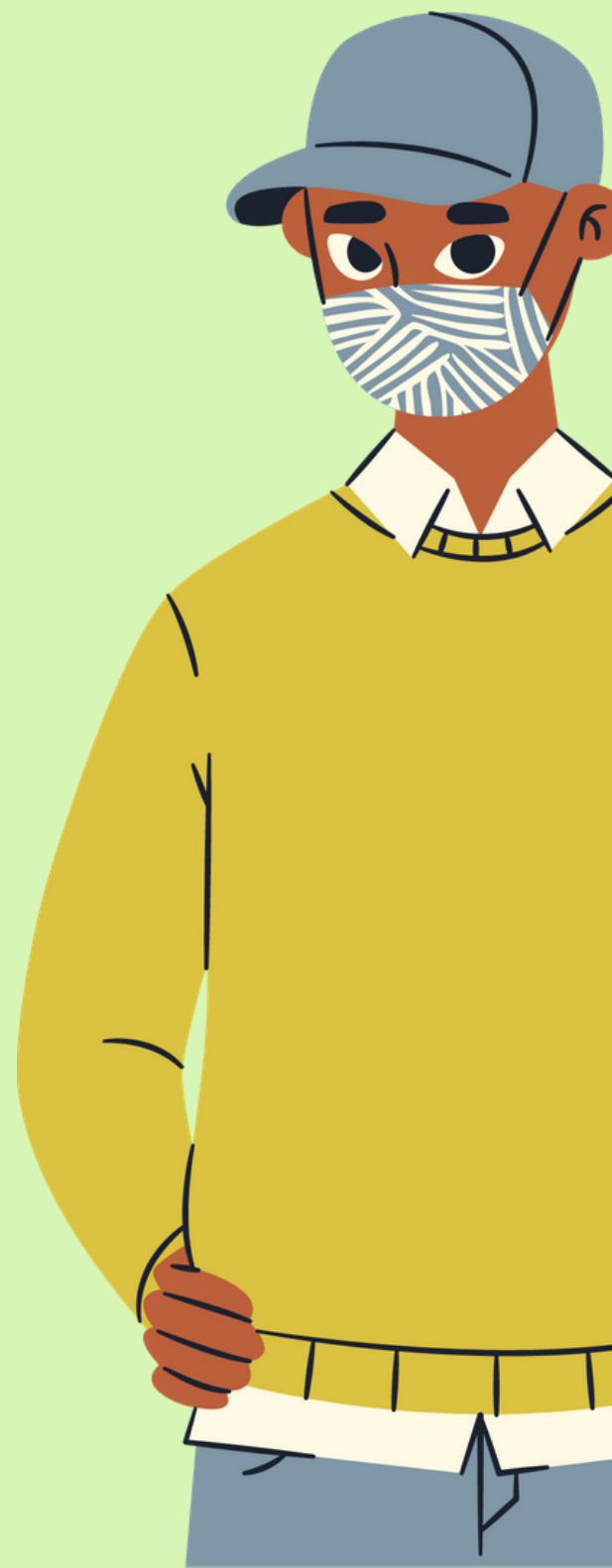
Vá de cabelo preso, com roupas que cubram o corpo todo e evite acessórios;

6

Leve suas próprias placas e cartazes;

7

Se você for levar magnésio ou qualquer outra coisa para diminuir a ardência do gás lacrimogênio, **não compartilhe frascos;**



O QUE PORTAR:

- ➔ Não vá com lentes de contato;
- ➔ Leve o documento de identidade;
- ➔ Cuidado com coisas que possam te incriminar;
- ➔ Fique atento aos seus pertences pessoais e leve o mínimo de coisas possíveis;
- ➔ Leve um garrafinha de água **individual.**

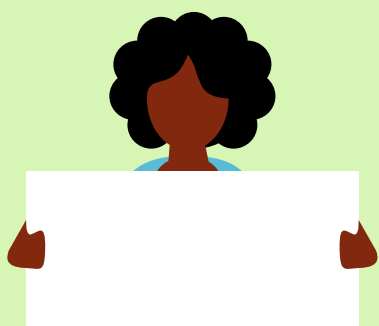
APÓS O ATO:

-  **Ao chegar em casa, tome banho imediatamente e lave os cabelos**
-  **Tome cuidado ao manusear as roupas que usou, quando for lavá-las.**
-  **Higienize os seus objetos (carteira, celular, garrafas) e lembre-se de lavar as mãos após higienizá-los.**
-  **Se monitore por 14 dias após o ato e mantenha-se isolado, se possível.**

LEMBRE-SE



**Caso não consiga estar presente,
você pode fortalecer o ato da sua
casa:**



**Faça plaquinhas com
palavras de apoio aos atos e
poste nas redes sociais;**



**Compartilhe e comente os
conteúdos sobre os atos;**

ESTE CONTEÚDO FOI
PRODUZIDO POR:

**Centro Acadêmico da Enfermagem
da Universidade Federal de São Carlos**

