

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 destas 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.

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