



Aves la COVID-19, les réfugiés, les demandeurs d'asile y les apatrides LGBTI peuvent être plus vulnérables et exposés à des risques sanitaires et sans mesures de protection suffisantes. Pour cela:

### Évitez de sortir, mais si nécessaire:



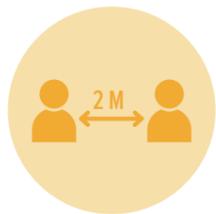
Portez des masques faciaux



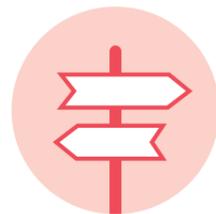
Lavez-vous les mains avec l'eau et du savon fréquemment



Évitez de toucher votre visage



Gardez la distance des autres



Respectez toujours les dispositions des autorités locales



**L'isolement au temps du COVID-19 est nécessaire, mais il apporte des défis.**

Si vos droits ont été violés et / ou menacés:

**DÉNONCEZ!**



Appelez le numéro **100**



Service gratuit en portugais, anglais et espagnol.

Si vous présentez des symptômes du COVID-19, restez chez vous.



Toux



Fièvre



Mal de gorge

Si vous êtes essoufflé, recherchez une attention médicale dans une unité de santé plus proche.



Essoufflement



**Vous avez droit aux services de santé publique en cas d'être infectés par coronavirus.**

Si vous recherchez des soins de santé spécifiques et si vous avez besoin de médicaments (y compris pour le traitement du VIH ou des infections sexuellement transmissibles), recherchez les services de santé publique plus proches.



Prenez soin de votre santé mentale 😊

Il est important de rester en contact avec votre famille et vos amis.



**Vous pouvez vous tourner vers «l'Aide d'urgence» du gouvernement**

Si vous vous retrouvez sans emploi ou en situation financière difficile pour faire face à l'impact économique de la pandémie.



Assurez-vous de vous inscrire par les voies officielles.



Toutes les formalités sont gratuites.



**Plateforme HELP**

[ajuda.acnur.org](https://ajuda.acnur.org)