

**Saiba o que pode ou não pode fazer a partir de 15 de janeiro**

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>RECOLHIMENTO DOMICILIÁRIO</b></p>   | <p><b>TRABALHO</b></p>  | <p><b>CRECHES, ESCOLAS E UNIVERSIDADES</b></p>         |
| <p>Dever de permanecer em casa, salvo deslocações autorizadas.</p>  | <p>Teletrabalho obrigatório.</p>  | <p>Abertas, em regime presencial.</p>                  |
| <p><b>SERVIÇOS PÚBLICOS</b></p>   | <p><b>CONSULTÓRIOS, DENTISTAS E FARMÁCIAS</b></p>   | <p><b>CERIMÓNIAS RELIGIOSAS</b></p>                    |
| <p>Mediante marcação prévia.</p>  | <p>Abertos.</p>   | <p>Permitidas de acordo com as normas da DGS.</p>      |
| <p><b>COMÉRCIO</b></p>  | <p><b>MERCEARIAS E SUPERMERCADOS</b></p>  | <p><b>RESTAURANTES, BARES E CAFÉS</b></p>              |
| <p>Encerrado, salvo estabelecimentos autorizados.</p>   | <p>- Abertos;<br/>- Lotação limitada a 5 pessoas por 100m2.</p>   | <p>Só regime de take-away ou entrega ao domicílio.</p> |
| <p><b>ESTABELECIMENTOS CULTURAIS</b></p>  | <p><b>DESPORTO</b></p>  | <p><b>TRIBUNAIS</b></p>                                |
| <p>Encerrados.</p>  | <p>- Ginásios, pavilhões e outros recintos desportivos encerrados;<br/>- Exercício individual ao ar livre;<br/>- Seleções nacionais e 1ª divisão sénior sem público</p> | <p>Abertos.</p>  |
| <p><b>REGRAS GERAIS</b></p>   |   |  |
| <p>Ficar em casa; Limitar contactos ao agregado familiar; Reduzir as deslocações ao essencial; Usar máscara; Manter distanciamento; Lavar as mãos; Cumprir etiqueta respiratória.</p> |   |  |
| <p>SAIBA MAIS EM <a href="https://covid19estamoson.gov.pt">COVID19ESTAMOSON.GOV.PT</a></p>  |   |  |

Fonte do Artigo: <https://covid19estamoson.gov.pt/medidas-covid19-ambito-nacional-v2/>

(O Clube não tem qualquer interesse direto ou indireto nas marcas/ empresas/ entidades indicadas)