

# CORONAVÍRUS

#fiqueemcasa



**SEJA RÁPIDO! PROCURE A UNIDADE DE SAÚDE MAIS PRÓXIMA LOGO QUE SENTIR OS PRIMEIROS SINTOMAS.**

## SINTOMAS

Febre | Tosse | Calafrios | Dor de garganta | Dor de cabeça | Coriza ou nariz entupido  
| Perda de olfato | Perda de paladar | Diarreia |

## PREVENÇÃO

### Outros cuidados:

- Use a máscara de forma adequada, cobrindo o nariz e a boca
- Sempre que possível, fique em casa
- Higienize frequentemente superfícies e objetos
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos e toalhas
- Ao tossir ou espirrar, cubra o nariz e a boca com a parte de dentro do braço ou use lenços descartáveis
- Evite cumprimentos, como abraços, beijos e apertos de mãos
- Mantenha uma distância mínima de 1,5 metro das pessoas
- Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados
- Se precisar retirar a máscara para comer ou beber algo, não faça perto de outras pessoas, mantenha o distanciamento



Lave sempre as mãos ou use álcool em gel



### Em caso de isolamento na própria residência:

- Quem for diagnosticado com coronavírus e estiver se recuperando em casa deve utilizar máscara continuamente, cobrindo a boca e o nariz, a fim de proteger outros moradores da residência
- O isolamento recomendado é de 10 dias no mínimo
- Lavar bem as mãos com água e sabão, e limpar vaso, pia e demais superfícies com álcool 70% ou água sanitária



### Atenção!

Saia apenas para o essencial. Permaneça em casa sempre que possível.  
Fique em casa!



**e-saúdeSP**

Saiba mais. Baixe o app e-saúdeSP



CIDADE DE  
**SÃO PAULO**



# CIDADE SOLIDÁRIA

AÇÃO DE VOLUNTARIADO DE SÃO PAULO CONTRA O CORONAVÍRUS

Saiba mais em  
[spcidadesolidaria.org](http://spcidadesolidaria.org)



## VOCÊ CONHECE O PROGRAMA CIDADE SOLIDÁRIA?

É uma iniciativa da Prefeitura e de diversas Entidades da Sociedade Civil Organizada para ajudar as pessoas durante a manutenção da situação de emergência e do estado de calamidade pública decorrentes da pandemia do coronavírus.

#doe #colabore #participe

## Conheça os endereços e horários de funcionamento dos pontos de coleta:

### Centro

**Casa da Mulher Brasileira** - Rua Vieira Ravasco, 26 – Cambuci | Tel.: 3275-8000 | 24h  
**Casa Eliane de Grammont** - Rua Dr. Bacelar, 20 – Vila Clementino | Tels.: 5549-9339 / 0335 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CRM 25 de Março** - Rua Líbero Badaró, 137 – 4º andar – Centro | Tel.: 3106-1100 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CRAI - Centro de Referência e Atendimento para Imigrantes** - Rua Major Diogo, 834 – Bela Vista | Tel.: 2361-3780 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**Centro de Referência e Defesa da Diversidade Brunna Valin (CRD)** - Rua Major Sertório, 292/294 – República | Tels.: 3151-5786/5783 | De segunda a sexta-feira, das 11h às 18h  
**Ouvидoria de Direitos Humanos**  
Rua Dr. Falcão Filho, 69 – Centro | Tels.: 3104-0701/156 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h

### Zona Leste

**CCM Itaquera** - Rua Ibiajara, 495 – Itaquera | Tels.: 2073-5706 / 4863 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**Centro de Cidadania LGBTI Laura Vermont** - Av. Nordestina, 496 – São Miguel Paulista | Tel.: 2032-3737 | De segunda a sexta-feira, das 11h às 17h

### Zona Norte

**Casa Brasilândia** - Rua Sílvio Bueno Peruche, 538 – Jardim Ondina | Tels.: 3983-4294 / 9816 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**Centro de Cidadania LGBTI Luana Barbosa dos Reis** - Praça Centenário, 43 – Casa Verde | Tel.: 3951-1090 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CRPIR Norte 2 - Casa de Cultura Brasilândia** - Praça Benedita Cavalheiro, s/nº – Freguesia do Ó | Tel.: (11) 3922-7664 | De terça a sexta-feira, das 10h às 16h

### Zona Oeste

**Centro de Cidadania LGBTI Cláudia Wonder** - Av. Ricardo Medina Filho, 603 – Lapa | Tel.: 3832-7507 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h

### Zona Sul

**Galpão da Cruz Vermelha Brasileira (seg a sex)** - Av. Moreira Guimarães, 699, Indianópolis  
**CCM Parelheiros** - Rua Terezinha do Prado Oliveira, 119 – Parelheiros | Tels.: 5921-3935 / 3665 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CCM Perus** - Rua Joaquim Antônio Arruda, 74 – Perus | Tels.: 3917-7890 / 5955 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CCM Capela do Socorro** - Rua Professor Oscar Barreto Filho, 350 – Grajaú | Tel.: 5927-3102 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CCM Santo Amaro** - Praça Salim Farah Maluf, s/nº – Santo Amaro | Tel.: 5521-6626 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CRM Maria de Lourdes Rodrigues** - Rua Luiz Fonseca Galvão, 145 – Capão Redondo | Tel.: 5524-4782 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**Centro de Cidadania LGBTI Edson Neris** - Rua Conde de Itu, 673 – Santo Amaro | Tel.: 5523-0413 | De segunda a sexta-feira, das 10h às 16h  
**CRPIR Sul 1 - Casa de Cultura Campo Limpo Nathalia Rosemburg** - Rua Aroldo de Azevedo, 100 – Jardim Bom Refúgio | Tel.: 3742-6218 | De terça a sexta-feira, das 10h às 16h

Veja os endereços das entidades parceiras onde você também pode fazer sua doação em [spcidadesolidaria.org/entidades](http://spcidadesolidaria.org/entidades)

Além da doação de cestas de alimentos e kits de higiene e limpeza, você também pode colaborar doando dinheiro.

PMSP/SMDU - Cidade Solidária | CNPJ: 46.395.000/0001-39  
Banco do Brasil | Agência 1897-X | C/C 2020-6