

# VACINA DOS AFETOS

Vaccine-se e traga um amigo



**SABE COMO PODE AUMENTAR A EFICÁCIA DA VACINA?**



## LIGUE PARA OS SEUS AMIGOS E FAMÍLIA

Quantas vezes quiser. Não se esqueça de lhes dizer o quanto gosta deles.



## AJUDE OS MAIS FRÁGEIS

As crianças e os idosos precisam de mais apoio nas tarefas do dia-a-dia. Ajude nas compras e outras tarefas domésticas.



## DÊ CARINHO ÀS PESSOAS QUE MAIS GOSTA

Recomendado fazer muitas vezes ao dia.



## PARTILHE COM QUEM MAIS PRECISA

Há pessoas que perderam o emprego ou a casa e precisam do seu apoio. Ajude-os com o que puder.



## PEÇA AJUDA SE ESTÁ A SER VÍTIMA DE VIOLÊNCIA

Conte às pessoas em quem confia para o poderem ajudar. Fale com o seu Médico e/ou Enfermeiro de Família.

Pode ainda contactar a Comissão Para A Cidadania E Igualdade De Género:  
Telefone: 800202148 /SMS para 3060 /E-mail: [violencia.covid@cig.gov.pt](mailto:violencia.covid@cig.gov.pt)



### Excipientes da vacina:

- ✓ 20% Afeto
- ✓ 30% Compreensão
- ✓ 25% Partilha
- ✓ 25% Carinho

### Efeitos adversos:

**Muito frequentes:** Todas as pessoas vacinadas experienciaram uma sensação de felicidade. 80 em cada 100 pessoas deixaram de se sentir sozinhas. 70 em cada 100 pessoas sabem agora que têm alguém com quem contar.

Esta vacina permite criar imunidade de grupo contra a violência