



# Vaccine-se contra a gripe

**Gratuito** para pessoas com 65 anos ou mais que sejam elegíveis\* para serviços de saúde financiados pelo Governo.

**A vacina contra a gripe não protege você do Coronavírus (COVID-19).**

-  **1 Injeção gratuita contra a gripe** – vacine-se numa Unidade Básica de Saúde local (GP) ou nas farmácias credenciadas a partir de 18 Março de 2020.
-  **2 Tosse e espirros** – Cubra tosses e espirros com lenços descartáveis ou de pano e depois lave as mãos por 20 segundos ou use álcool gel.
-  **3 Lave as mãos regularmente** – Lave as mãos regularmente com água e sabão por 20 segundos ou use álcool gel.
-  **4 Não compartilhe utensílios de cozinha** – Colocar sua colher, garfo ou chopsticks numa travessa que esteja sendo compartilhada transmite doenças.
-  **5 Use lenços para cuspir** – Se você precisa cuspir, cuspa em um lenço, jogue o lenço no lixo e depois lave as mãos.
-  **6 Está indisposto** – Febre, calafrios, dores no corpo, nariz escorrendo e dor no estômago? Ligue para o Healthline 0800 611 116 ou ligue para o seu médico da família (GP). Interpretes estão disponíveis se necessário.

*\*Se você não tem direito a usar o serviço público de saúde, você pode tomar a vacina contra a gripe numa Unidade Básica de Saúde (GP) ou na farmácia local.*

*Para mais informações visite o site [www.healthpoint.co.nz](http://www.healthpoint.co.nz)*

A vacina contra a gripe é um medicamento que precisa de prescrição médica. Fale com o seu médico (GP), enfermeira ou farmacêutico local sobre os benefícios e possíveis riscos. Ou ligue para o Healthline **0800 611 116**.