**Portuguese translation**

|  |
| --- |
| **Example of a mass text message that can be sent (using MJog, accuRx, iPLATO or similar system) to your patients. If you choose to edit this text, please keep it shorter than 160 characters.**    O site [www.germdefence.org/](http://www.germdefence.org/) tem aconselhamento comprovado cientificamente para reduzir infeções por COVID19. Dura 10 minutos - experimenta! |

|  |
| --- |
| **Example of an e-mail that can be sent to your patients.**  Estamos a informá-lo sobre um sítio da Internet muito útil chamado **Germ Defence** , que foi criado por uma equipa de médicos e cientistas para lhe dar **conselhos que demonstraram reduzir a propagação de vírus em casa**. Pode ajudá-lo a planear como **se proteger e aos membros da sua família** contra a infeção COVID-19 e contra a gripe.  **É fácil de utilizar e tem uma duração de apenas 10 minutos - basta clicar neste link:** [**www.germdefence.org/**](http://www.germdefence.org/)  **Partilhe os detalhes do sítio da Internet Germ Defence com os seus amigos e familiares.**  Existe um link na parte inferior do sítio da Internet para partilhar através das redes sociais.  **Se quiser mais informações:**   * Mais de 20.000 pessoas participaram anteriormente na investigação sobre o Germ Defence * As pessoas que seguiram os conselhos dados no Germ Defence tiveram menos e doenças graves e o mesmo aconteceu às pessoas com quem viviam * Os resultados do estudo foram publicados na revista médica [The Lancet](http://bit.ly/lancetgermdefence) * O Germ Defence foi agora atualizado com conselhos sobre a COVID-19, na esperança de ajudar a evitar uma onda de COVID-19 e de gripe neste Outono/Inverno * Se quiser mais informações sobre como o sítio da Internet Germ Defence atualizado está a ser avaliado, clique [aqui](http://www.bristol.ac.uk/primaryhealthcare/). |