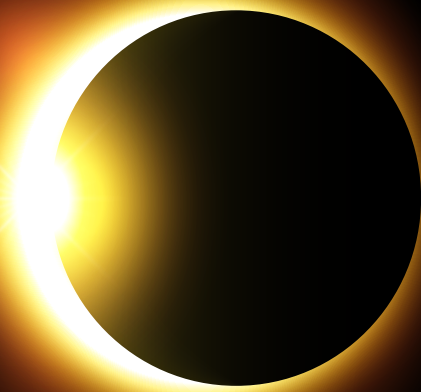


A ver o eclipse?



Use óculos para eclipse

Verifique se:

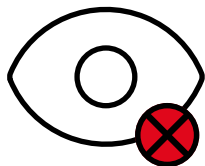
- são certificados (deve estar escrito CE e ISO 12312-2);
- não têm furos, riscos ou outros danos.



Não use alternativas

- Óculos de sol não protegem.
- Ver por telescópio aumenta o risco.

NÃO OLHE A “OLHO NU”



- Coloque os óculos para o eclipse antes de olhar.
- Mantenha-os em todas as fases (mesmo na fase total).
- Retire os óculos para o eclipse só depois de desviar o olhar.
- Para fotografar ou gravar mantenha os óculos para eclipse.

PROTEJA AS CRIANÇAS



- Crianças pequenas** não devem olhar nunca diretamente para o Sol, mesmo usando óculos para eclipse.
- Use **métodos indiretos** (p.e. projetar numa folha ou ver transmissão televisiva).
- Às **crianças maiores** explique como usar os óculos para eclipse e vigie a sua utilização.

DEPOIS DE VER O ECLIPSE FIQUE ATENTO A **SINTOMAS:**



Visão turva ou desfocada



Mancha ou ponto cego no centro da visão



Alteração na perceção das cores



Sensibilidade anormal à luz



Se durante ou após o eclipse solar manifestar um destes sintomas ligue **SNS 24 (808 24 24 24)**. Em caso de emergência ligue 112.