

---

Bem vindo à *newsletter* Gripenet nº 1 de 2015/16

---

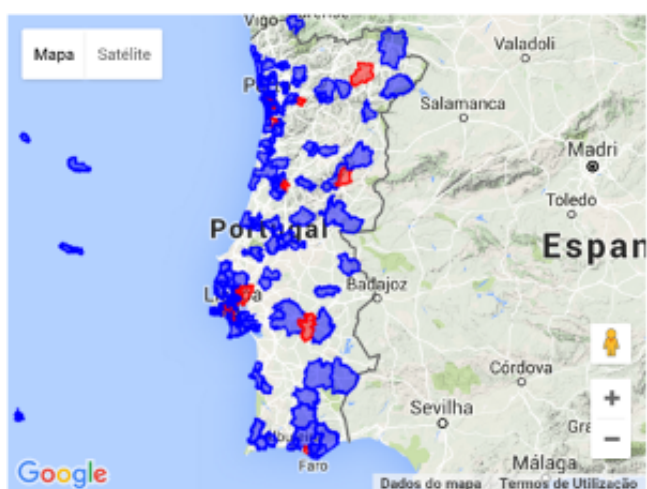
Caro(a) participante,

**Aceda [aqui](#) à sua Área pessoal do Gripenet e responda ao questionário semanal de sintomas.**

É importante reportar não só quando tem sintomas mas também na ausência de sintomas: nesse caso basta que na página "Os meus resultados" assinale o(s) participante(s), seleccione "**Declarar sem sintomas**", e gravar.

Obrigado pela sua participação no Gripenet, da qual depende o sucesso deste projecto de Ciência Cidadã!

• Mapa de sintomas gripais:



Distribuição actual dos casos com sintomas gripais reportados na última semana pelos participantes do Gripenet. Nas localidades a **azul** nenhum participante reportou sintomas de gripe, e a **vermelho** pelo menos um participante reportou sintomas gripais.

---

• Últimas notícias:

[Boletim de vigilância da Gripe](#)

[Utilidade dos sistemas de vigilância participativa](#)

[Campanha "NESTE INVERNO PROTEJA-SE!"](#)

["A Gripe é ainda hoje uma doença muitas vezes desvalorizada pela população em geral"](#)

[O número que o liga à Saúde: 808 24 24 24](#)

---

Votos de uma óptima entrada em 2016, sem gripe!

A Equipa Gripenet, Dezembro 2015

---

Caso tenha alguma dúvida ou sugestão, consulte ["Como participar passo-a-passo"](#) ou contacte-nos em [info@gripenet.pt](mailto:info@gripenet.pt).