

SEMPLICI NORME ANTICOVID

Italiano

Alcune semplici raccomandazioni per contenere il contagio da Coronavirus:

1. Lavati spesso le mani con acqua e sapone o usa un gel a base alcolica
2. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
3. Evita luoghi affollati e usa la mascherina
4. Evita contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro
5. Copri bocca e naso con fazzoletti monouso quando starnutisci o tossisci. Altrimenti usa le piega del gomito
6. Evita le strette di mano e gli abbracci
7. Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
8. Se hai sintomi simili all'influenza resta a casa, non recarti al pronto soccorso o presso gli studi medici, ma contatta il medico di medicina generale, i pediatri di libera scelta, la guardia medica o il numero regionale gratuito – Lombardia: 800 894 545

Inglese - English

Some practical recommendations to limit Coronavirus infection:

1. Wash your hands frequently with soap and water or by using an alcohol-based gel
2. Don't touch your eyes, nose and mouth with your hands
3. Avoid crowded places and wear a medical mask
4. Avoid close contacts with people and keep at least one meter away from them
5. Cover your mouth and nose with disposable tissues when sneezing or coughing, alternatively use your elbow pit
6. Avoid handshakes and hugs
7. Clean surfaces with chlorine or alcohol-based disinfectants
8. If you have flu-like symptoms stay at home, don't go to the Accident and Emergency Department or to your local Surgery, but contact your General Practitioner, Paediatricians of your choice, the Doctor on call or call 800 894 545 (freephone number – Lombardia Region)

Francese – Français

Quelques simples recommandations pour contenir l'infection par le Coronavirus:

1. Lavez-vous souvent les mains avec de l'eau et du savon ou utilisez un gel à base d'alcool
2. Ne touchez pas vos yeux, votre nez et votre bouche avec vos mains
3. Évitez les endroits bondés. Utilisez un masque chirurgical
4. Évitez les contacts étroits tout en gardant la distance d'au moins un mètre
5. Couvrez-vous la bouche et le nez avec des mouchoirs jetables lorsque vous éternuez ou toussiez. Sinon, utilisez le pli du coude
6. Évitez les poignées de main et les câlins
7. Nettoyez les surfaces avec des désinfectants à base de chlore ou d'alcool
8. Si vous présentez des symptômes pseudo-grippaux à la maison, ne vous rendez pas aux urgences des hôpitaux ou aux cabinets médicaux, mais contactez le médecin généraliste, les pédiatres de votre choix, le service médical d'urgence ou le numéro 800 894 545 (numéro régional gratuit - Lombardia)

Español

Unas fáciles recomendaciones para contener el contagio de Coronavirus

1. Lávase a menudo las manos con agua y jabón o utilice un gel hidroalcohólico.
2. No se toque ojos, narices y boca con las manos
3. Evite lugares concurridos y utilize la mascarilla
4. Cúbrase boca y nariz con pañuelos desechables cuando estornude o tosa.
5. Evite contactos cercanos manteniendo por los menos una distancia de un metro
6. Limpie las superficies con desinfectantes de base de cloro o alcohólica
7. Si tiene síntomas parecidos a los del gripe, no vaya a urgencias o a consultas médicas, contacte el médico de medicina general, con los pediatras, con los médicos de guardia o con el número regional gratuito – Lombardía 800 894 545

Cinese - 中文

型冠状病毒

请遵守以下 7 条规则：

1. 勤洗手, 请使用洗手液, 或使用含酒精的凝胶洗手
2. 避免用手触摸眼、鼻、口
3. 避免人群拥挤的地段, 用口罩
4. 避免近距离接触, 请务必保持至少一米的距离
5. 咳嗽或打喷嚏时用一次性纸巾掩住口鼻, 如果没有纸巾请弯曲手肘进行遮挡。
6. 避免握手和拥抱, 在此疫情未结束之前。
7. 使用消毒剂清洁表面

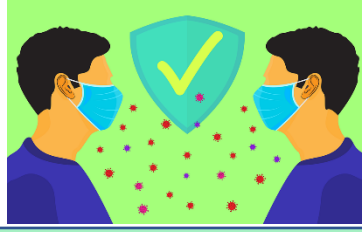
若您发热或咳嗽等类似病症, 请留在家中, 不要去急诊室或类似医疗诊所, 但可以电话联系: 800 894 545

Russo - русский

Несколько простых рекомендаций для защиты от новой коронавирусной инфекции:

1. Часто мойте руки с мылом и водой. Используйте дезинфицирующие гели на спиртовой основе.
2. Не прикасайтесь и не трогайте руками глаза, нос и рот.
3. Избегайте людных мест и используйте антивирусную маску
4. Избегайте тесных контактов с людьми, сохраняя расстояние не менее одного метра.
5. При чихании или кашле прикрывайте рот и нос одноразовыми салфетками или прикрывайте рот локтем.
6. Избегайте рукопожатий и не обнимайтесь, до тех пор пока данная чрезвычайная ситуация не закончится.
7. Чистите поверхности, используя дезинфекционные средства на спиртовой или хлорной основе.
8. Если у вас есть симптомы, напоминающие грипп, оставайтесь дома, не обращайтесь в отделение неотложной помощи или в медицинские кабинеты. Обратитесь по телефону к врачу-терапевту, домашнему доктору, детскому врачу или обратитесь в медицинскую службу по номеру: 800 894 545 (бесплатный региональный номер - Lombardia)

کورونا وائرس کے انفیکشن پر قابو پانے کے لیے چند آسان سفارشات



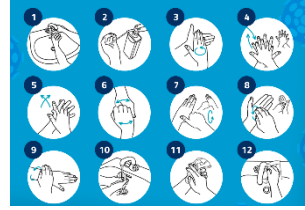
ہجوم والی جگہوں سے گریز کریں اور ماسک کا استعمال کریں



اپنی آنکھوں، ناک اور منہ کو اپنے ہاتھوں سے مت چھونا



اپنے ہاتھ اکثر صابن اور پانی سے دھوئیں یا الکحل پر مبنی جیل کا استعمال کریں



ہاتھ ملانے اور گلے ملنے سے گریز کریں



چھینک یا کھانستے وقت اپنے منہ اور ناک کو ڈسپوز ایبل ٹشو سے ڈھانپیں ورنہ کہنی کی کروٹ استعمال کریں



کم از کم ایک میٹر کا فاصلہ رکھ کر قریبی رابطے سے گریز کریں



اگر آپ کو فلو جیسی علامات ہیں تو گھر پر رہیں، ایمرجنسی روم یا ڈاکٹر کے دفتر میں نہ جائیں، بلکہ اپنے جنرل پریکٹیشنر، اپنی پسند کے ماہرین اطفال، ایمرجنسی میڈیکل سروس یا علاقائی ٹول فری نمبر سے رابطہ کریں

سطحوں کو کلورین یا الکحل پر مبنی جراثیم کش ادویات سے صاف کریں



LOMBARDIA: 800 894 545