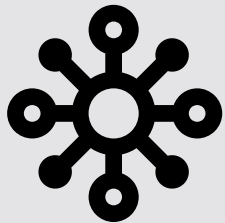


# COVID-19 PREVENTION

Help to prevent the spread of the  
coronavirus



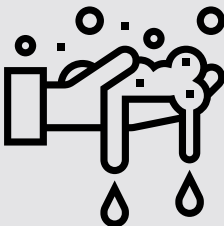
## 1 KNOW THE SYMPTOMS

COVID-19 patients have reported mild to severe respiratory illness. Symptoms can appear 2-14 days after exposure and can include fever, cough and shortness of breath.



## 2 STAY HOME IF YOU ARE EXPOSED OR SICK

Restrict activities outside your home if you are sick or have been exposed to someone who is sick. Stay in a specific room away from others, wear a facemask and avoid contact with pets or animals.



## 3 WASH YOUR HANDS

Clean your hands regularly with soap and water for at least 20 seconds especially if you have been in a public place or after blowing your nose, coughing, or sneezing.



## 4 COVER YOUR NOSE

Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze or use the inside of your elbow. Throw the tissue in the trash and immediately wash your hands.



## 5 AVOID TOUCHING EYES, NOSE AND MOUTH

Touching sensitive parts of your face increases the likelihood of being infected, especially if your hands are not clean. Try to avoid touching your face in any situation.

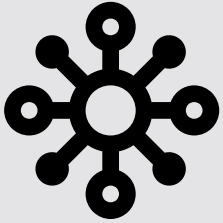


## 6 CLEAN FREQUENTLY

Clean and disinfect frequently used surfaces often including tables, doorknobs, light switches, keyboards and phones. Use disinfectants that are appropriate for the surfaces.

# PREVENCIÓN DEL COVID-19

Ayude a prevenir la propagación del coronavirus



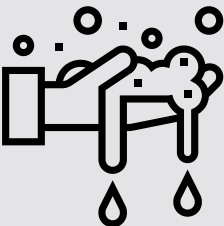
## 1 CONOZCA LOS SÍNTOMAS

Los pacientes afectados por el COVID-19 han reportado síntomas respiratorios de leves a graves. Los síntomas pueden aparecer entre 2 y 14 días después de la exposición y pueden incluir fiebre, tos y dificultad para respirar.



## 2 QUÉDESE EN CASA SI SE EXPONE O ESTÁ ENFERMO

Restrinja las actividades al aire libre si está enfermo o si ha estado expuesto a alguien que está enfermo. Permanezca en una habitación específica alejado de los demás, utilice una mascarilla y evite el contacto con las mascotas o los animales.



## 3 LÁVESE LAS MANOS

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos 20 segundos, especialmente si ha estado en un lugar público y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.



## 4 CÚBRASE LA NARIZ

Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo al toser y al estornudar, o utilice el interior del codo. Tire el pañuelo a la basura y lávese las manos inmediatamente.



## 5 EVITE TOCARSE LOS OJOS, LA NARIZ Y LA BOCA

Tocarse las partes sensibles de la cara aumenta la probabilidad de infectarse, especialmente si las manos no están limpias. Evite tocarse la cara en todo momento.

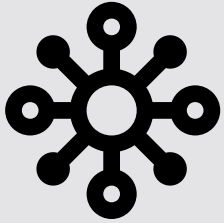


## 6 LIMPIE CON FRECUENCIA

Limpie y desinfecte las superficies que se usan con frecuencia, como las mesas, pomos o manijas de las puertas, interruptores de la luz, teclados y teléfonos. Utilice desinfectantes que sean adecuados para las superficies.

# COVID-19 PRÉVENTION

Aidez à prévenir la propagation  
du coronavirus



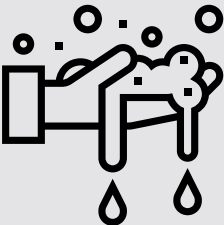
## 1 CONNAISSEZ LES SYMPTÔMES

Les patients atteints du COVID-19 déclarent avoir des symptômes de maladie respiratoire allant de bénins à graves. Ces symptômes peuvent apparaître entre 2 et 14 jours après l'exposition et inclure de la fièvre, de la toux et un essoufflement.



## 2 RESTEZ CHEZ VOUS SI VOUS ÊTES MALADE OU AVEZ ÉTÉ EXPOSÉ

Limitez les activités à l'extérieur de chez vous si vous êtes malade ou avez été exposé à une personne malade. Restez dans une pièce à l'écart des autres, portez un masque facial et évitez tout contact avec des animaux.



## 3 LAVEZ-VOUS LES MAINS

Lavez-vous régulièrement les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes, en particulier après vous être rendu dans un lieu public ou après avoir toussé, éternué ou vous être mouché.



## 4 COUVREZ-VOUS LE NEZ

Couvrez votre bouche avec un mouchoir en papier ou votre coude lorsque vous tousssez ou éternuez. Jetez le mouchoir à la poubelle et lavez-vous immédiatement les mains.



## 5 ÉVITEZ DE VOUS TOUCHER LES YEUX, LE NEZ ET LA BOUCHE

Toucher les zones sensibles de votre visage augmente la probabilité de contracter le virus, en particulier lorsque vos mains n'ont pas été lavées. Évitez de vous toucher le visage en toute circonstance.

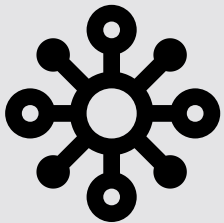


## 6 NETTOYEZ FRÉQUEMMENT

Nettoyez et désinfectez régulièrement les surfaces fréquemment utilisées, comme les tables, poignées de porte, interrupteurs, claviers et téléphones. Utilisez des désinfectants adaptés aux surfaces.

# PREVENZIONE DELLA COVID-19

Aiuta a prevenire la diffusione del coronavirus



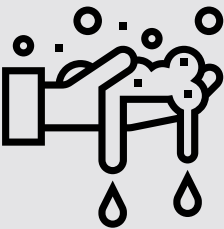
## 1 IMPARA A CONOSCERE I SINTOMI

I pazienti COVID-19 hanno indicato di avere difficoltà respiratorie da leggere a gravi. I sintomi possono comparire da 2 a 14 giorni dall'esposizione e possono comprendere febbre, tosse e fiato corto.



## 2 RESTA A CASA SE SEI ESPOSTO O MALATO

Limita le attività fuori casa se sei malato o sei stato esposto a qualcuno che è malato. Rimani in una camera specifica lontano dagli altri, porta una mascherina ed evita il contatto con animali di ogni tipo.



## 3 LAVATI LE MANI

Lavati regolarmente le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi, specialmente se sei stato in un luogo pubblico o dopo esserti soffiato il naso, aver tossito o starnutito.



## 4 COPRITI IL NASO

Copri il naso e la bocca con un fazzoletto monouso quando tossisci o starnutisci o usa l'incavo del gomito. Getta il fazzoletto monouso nell'immondizia e lavati immediatamente le mani.



## 5 EVITA DI TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA

Toccare parti sensibili del volto aumenta la probabilità di infettarsi, in particolare se non hai le mani pulite. Cerca di evitare di toccarti il viso in qualunque situazione.

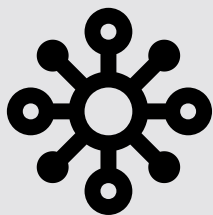


## 6 PULISCITI/LAVATI DI FREQUENTE

Pulisci e disinfetta le superfici che usi di frequente, compresi tavoli, maniglie delle porte, interruttori della luce, tastiere e telefoni. Usa disinfettanti adatti alle superfici.

# COVID-19: PRÄVENTIONS- MASSNAHMEN

So verhindern Sie die Verbreitung des Coronavirus



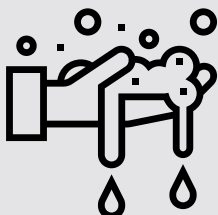
## 1 ÜBER DIE SYMPTOME BESCHIED WISSEN

COVID-19-Patienten klagen über eine leichte bis schwere Erkrankung der Atemwege. Symptome, u. a. Fieber, Husten und Atemnot, können 2 bis 14 Tage nach dem Kontakt mit dem Virus auftreten.



## 2 ZU HAUSE BLEIBEN, WENN SIE KONTAKT MIT DEM VIRUS HATTEN ODER KRANK SIND

Beschränken Sie Ihre Aktivitäten außerhalb von Haus oder Wohnung, wenn Sie selbst krank sind oder Kontakt mit einer kranken Person hatten. Bleiben Sie in einem bestimmten Zimmer und halten Sie sich von anderen Personen fern; tragen Sie eine Gesichtsmaske und meiden Sie jeden Kontakt mit Haus- und sonstigen Tieren.



## 3 HÄNDE WASCHEN

Waschen Sie sich die Hände regelmäßig mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife, insbesondere wenn Sie sich zuvor an einem öffentlichen Ort aufgehalten oder sich die Nase geputzt, gehustet oder geniest haben.



## 4 DIE NASE BEDECKEN

Bedecken Sie Nase und Mund beim Husten oder Niesen mit einem Wegwerftaschentuch oder husten bzw. niesen Sie in Ihre Armbeuge. Werfen Sie das Taschentuch weg und waschen Sie sich sofort die Hände.



## 5 BERÜHRUNGEN VON AUGEN, NASE UND MUND VERMEIDEN

Die Berührung empfindlicher Teile des Gesichts, insbesondere mit ungewaschenen Händen, erhöht die Infektionswahrscheinlichkeit. Vermeiden Sie daher jede Berührung Ihres Gesichts.



## 6 HÄUFIG REINIGEN

Reinigen und desinfizieren Sie regelmäßig häufig genutzte Oberflächen, u. a. Tischflächen, Türgriffe, Lichtschalter, Tastaturen und Telefone. Verwenden Sie für die jeweiligen Oberflächen geeignete Desinfektionsmittel.

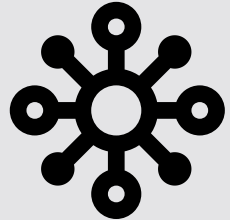
# الوقاية من

## فيروس كورونا (COVID-19)

ساعد في منع انتشار فيروس كورونا

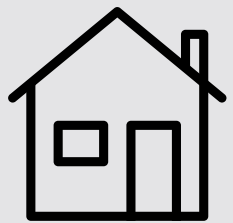
### 1 اعرف الأعراض

أبلغ المرضى المصابون بفيروس COVID-19 عن تعرضهم لمرض تنفسي خفيف إلى شديد. من الممكن أن تظهر الأعراض بعد يومين إلى 14 يومًا من التعرض للفيروس وقد تتضمن الحمى والسعال وضيق التنفس.



### 2 ابق بالمنزل إذا تعرضت للإصابة أو كنت مريضًا

حد من الأنشطة خارج منزلك إذا كنت مريضًا أو تعرضت إلى شخص مريض. ابق في غرفة محددة بعيدًا عن الآخرين وارقد قناع وجه وتجنب الاختلاط بالحيوانات الأليفة أو الحيوانات.



### 3 اغسل يديك

اغسل يديك بالماء والصابون بانتظام لمدة 20 ثانية على الأقل خاصة إذا كنت في مكان عام أو بعد تنظيف أنفك أو السعال أو العطس.



### 4 غط أنفك

غط أنفك وفمك بمنديل أو استخدم باطن مرفقك عند السعال أو العطس. ألق المنديل في القمامة واغسل يديك فورًا.



### 5 تجنب لمس العينين والأنف والفم

لمس أجزاء حساسة من وجهك يزيد من احتمالية الإصابة بالعدوى خاصة إذا كانت يداك غير نظيفة. حاول ألا تلمس وجهك في أي وقت.



### 6 قم بالتنظيف بصورة متكررة

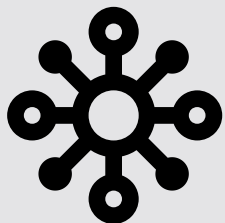
نظف وظهر الأسطح كثيرة الاستخدام بصورة متكررة، بما في ذلك الطاولة ومقابض الأبواب ومفاتيح الإضاءة ولوحات المفاتيح والهواتف. استخدم موادًا مطهرة تصلح للأسطح.



# COVID-19

## 预防

### 预防冠状病毒的传播



1

#### 了解症状

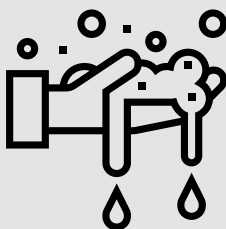
据报告，COVID-19患者有轻度至重度的呼吸系统疾病。感染后的2-14天会出现症状，包括发烧，包括发烧、咳嗽和呼吸急促。



2

#### 如果您感染了新冠病毒或生病了，那么请留在家中

如果您生病了或接触过患者，那么请勿在家外活动。留在远离他人的特定房间内，戴上口罩并避免与宠物或动物接触。



3

#### 洗手

定期用肥皂和水清洁双手至少20秒钟，尤其是在去过公共场所或在擤鼻涕、咳嗽或打喷嚏后。



4

#### 遮住鼻子

咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或肘部内侧遮住鼻子和嘴巴。将纸巾扔进垃圾桶，然后立即洗手。



5

#### 避免触摸眼睛、鼻子和嘴巴

触摸脸部敏感部位会增加被感染的可能性，尤其是当您的手不干净时。在任何情况下都尽量避免触摸您的脸。



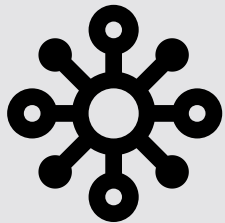
6

#### 经常清洁

对经常使用的表面（通常包括桌子、门把手、电灯开关、键盘和电话）进行清洁和消毒。使用对表面而言合适的消毒剂。

# 코로나바이러스 스감염증-19

## 코로나바이러스 확산을 막아주세요



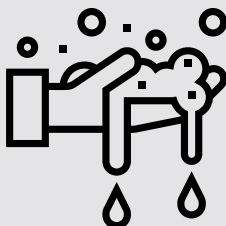
### 1 증상 이해하기

코로나바이러스 감염증-19 환자는 경증에서 중증까지 이르는 호흡기 질환을 보고했습니다. 바이러스 노출 후 증상은 2-14일간 나타나며 발열, 기침, 호흡곤란을 동반합니다.



### 2 바이러스에 노출되거나 증상이 있으면 외출 삼가기

증상을 느끼거나 감염자와 접촉하였다면 외출을 자제하고 집에 머무르세요. 다른 사람들과 적정 거리를 유지하고 마스크를 착용합니다. 반려동물이나 기타 동물과 접촉을 피합니다.



### 3 손 씻기

정기적으로 비누와 물을 사용해 20초 이상 손 씻기를 실천하세요. 특히 공공장소에 다녀왔거나 코를 풀고, 기침, 재채기가 나온 후에는 손을 꼭 씻습니다.



### 4 코 가리기

기침이나 재채기를 할 때 휴지로 코와 입을 가리거나 팔꿈치 안쪽을 활용합니다. 사용한 휴지는 쓰레기통에 버리고 바로 손을 씻으세요.



### 5 눈, 코, 입을 만지지 않기

얼굴의 취약한 부위를 만지는 것은 감염의 가능성을 높입니다. 손을 청결하지 않을 때는 각별히 주의하세요. 어떤 상황에서도 얼굴을 만지지 마십시오.



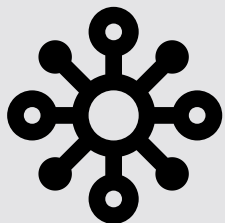
### 6 자주 청소하기

책상, 손잡이, 전등 스위치, 키보드와 휴대폰처럼 자주 사용되는 표면을 닦고 소독합니다. 표면에 적합한 살균 소독제를 사용하세요.

# COVID-19

## ZAPOBIEGANIE

Pomoc w zapobieganiu rozprzestrzeniania się koronawirusa



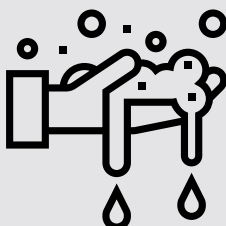
### 1 POZNAJ OBJAWY

U pacjentów ze stwierdzoną chorobą COVID-19 wystąpiły łagodne i ciężkie choroby układu oddechowego. Objawy mogą pojawić się w ciągu 2-14 dni po kontakcie z osobą zarażoną i mogą objawiać się gorączką, kaszlem i dusznością.



### 2 ZOSTAŃ W DOMU, W RAZIE KONTAKTU Z OSOBĄ CHORĄ LUB CHOROBY

Należy ograniczyć aktywność poza domem, dotyczy to szczególnie osób chorych lub tych, które miały kontakt z osobami chorymi. Należy przebywać w jednym pomieszczeniu z dala od innych, nosić maskę i unikać kontaktu ze zwierzętami domowymi lub innymi.



### 3 MYJ RĘCE

Trzeba pamiętać o regularnym myciu rąk wodą z mydłem przez co najmniej 20 sekund, zwłaszcza gdy przebywało się w miejscu publicznym lub po wydmuchaniu nosa, kaszlnięciu lub kichnięciu.



### 4 ZAKRYWAJ NOS

Kaszłąc lub kichając należy zakryć nos i usta chusteczką lub użyć wewnętrznej strony łokcia. Należy wrzucić chusteczkę do kosza i od razu umyć ręce.



### 5 UNIKAĆ DOTYKANIA OCZU, NOSA I UST

Dotykanie wrażliwych części twarzy zwiększa prawdopodobieństwo zakażenia, zwłaszcza jeśli ręce nie są czyste. Pamiętaj, aby w żadnej sytuacji nie dotykać twarzy.

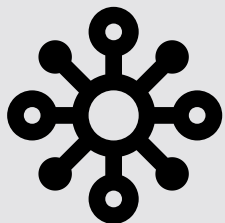


### 6 DBAJ O CZYSTOŚĆ

Należy czyścić i dezynfekować często używane powierzchnie, w tym stoły, klamki w drzwiach, włączniki światła, klawiatury i telefony. Należy używać środków dezynfekcyjnych odpowiednich dla danej powierzchni.

# ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ

Помогите предотвратить распространение коронавируса

**1**

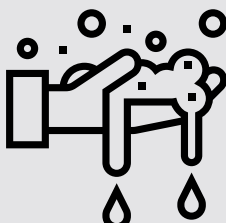
## ЗНАЙТЕ СИМПТОМЫ

У пациентов с COVID-19 наблюдается респираторный синдром той или иной степени тяжести. Симптомы могут проявиться спустя 2–14 дней после заражения и могут включать в себя высокую температуру, кашель и затрудненное дыхание.

**2**

## ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА, ЕСЛИ БОЛЕЕТЕ ИЛИ КОНТАКТИРОВАЛИ С БОЛЬНЫМИ

Если вы заболели или контактировали с заболевшим человеком, ограничьте свое пребывание за пределами дома. Оставайтесь в одной комнате, отдельно от других проживающих, используйте маску для лица и избегайте контактов с домашними животными.

**3**

## МОЙТЕ РУКИ

Регулярно мойте руки с водой и мылом в течение как минимум 20 секунд, особенно если вы посещали общественные места, высмаркивались, кашляли или чихали.

**4**

## ПРИКРЫВАЙТЕ НОС

Прикрывайте нос и рот салфеткой, когда кашляете или чихаете, или кашляйте и чихайте в сгиб локтя. Выбросьте салфетку в мусорное ведро и немедленно вымойте руки.

**5**

## НЕ ТРОГАЙТЕ ГЛАЗА, НОС И РОТ

Прикосновение к глазам, носу и рту повышает вероятность заражения, особенно если вы перед этим не вымыли руки. В любой ситуации старайтесь не трогать лицо.

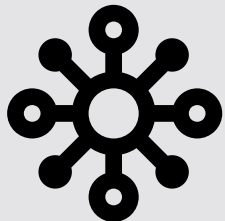
**6**

## РЕГУЛЯРНО ОЧИЩАЙТЕ ПОВЕРХНОСТИ

Очищайте и дезинфицируйте часто используемые поверхности, включая столы, ручки дверей, выключатели, клавиатуры и телефоны. Используйте подходящие дезинфицирующие средства для очистки поверхностей.

# PAG-IWAS SA COVID-19

Tumulong na maiwasan ang paglaganap  
ng coronavirus



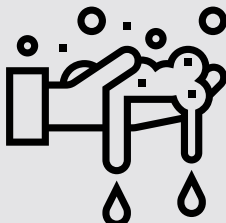
## 1 ALAMIN ANG MGA SINTOMAS

Iniulat ng mga pasyenteng may COVID-19 ang bahagya hanggang malalang sakit sa palahingahan. Maaaring lumitaw ang mga sintomas 2-14 na araw pagkatapos ng pagkakalantad at maaaring kasama rito ang lagnat, ubo at pangangapos ng hininga.



## 2 MANATILI SA BAHAY KUNG NALANTAD KA O MAY SAKIT KA

Huwag gumawa ng mga aktibidad sa labas ng iyong bahay kung may sakit ka o kung nalantad ka sa taong may sakit. Manatili sa isang espesipikong kuwarto na malayo sa iba, magsuot ng facemask at iwasang humawak ng mga alagang hayop o hayop.



## 3 HUGASAN ANG IYONG MGA KAMAY

Regular na hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20 segundo lalo na kung pumunta ka sa isang pampublikong lugar o pagkatapos mong suminga, umubo, o bumahin.



## 4 TAKPAN ANG IYONG ILONG

Takpan ang iyong ilong at bibig gamit ang tisyu kapag umuubo o bumabahin ka o gamitin ang panloob na bahagi ng siko. Itapon ang tisyu sa basurahan at agad na hugasan ang iyong mga kamay.



## 5 IWASANG HAWAKAN ANG IYONG MGA MATA, ILONG AT BIBIG

Pinapataas ng paghawak sa mga sensitibong bahagi ng iyong mukha ang posibilidad na magkaroon ng impeksiyon, lalo na kung hindi malinis ang iyong mga kamay. Iwasang hawakan ang iyong mukha sa anumang sitwasyon.

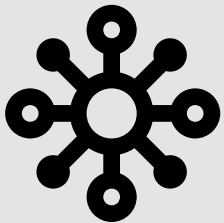


## 6 MAGLINIS NANG MADALAS

Linisan at disimpektahin ang mga patungang madalas na ginagamit kabilang ang mga lamesa, hawakan ng pinto, switch ng ilaw, keyboard, at telepono. Gumamit ng mga pangdisimpekta na naaangkop para sa mga patungan.

# PHÒNG NGỪA COVID-19

Chung tay ngăn chặn sự lây  
lan của virus corona

**1**

## NẮM ĐƯỢC TRIỆU CHỨNG

Bệnh nhân COVID-19 gặp phải những vấn đề hô hấp từ nhẹ đến nặng. Các triệu chứng có thể xuất hiện từ 2-14 ngày sau khi tiếp xúc nguồn bệnh và có thể bao gồm sốt, ho và khó thở.

**2**

## Ở NHÀ NẾU ĐÃ TIẾP XÚC NGUỒN BỆNH HOẶC BỊ ỒM

Hạn chế các hoạt động bên ngoài nhà nếu bạn bị bệnh hoặc đã tiếp xúc với người bị bệnh. Ở trong một căn phòng cố định cách ly với những người khác, đeo khẩu trang và tránh tiếp xúc với vật nuôi hoặc động vật.

**3**

## RỬA TAY SẠCH SẼ

Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong vòng ít nhất 20 giây, đặc biệt nếu bạn đã ở nơi công cộng hoặc sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi.

**4**

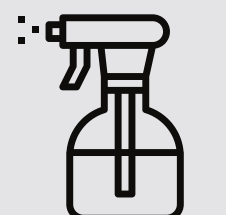
## CHE MŨI

Che mũi và miệng bằng khăn giấy khi bạn ho hoặc hắt hơi hoặc sử dụng phía trong khuỷu tay. Vứt khăn giấy vào thùng rác và rửa tay ngay lập tức.

**5**

## TRÁNH CHẠM VÀO MẮT, MŨI VÀ MIỆNG

Chạm vào những phần nhạy cảm trên khuôn mặt sẽ làm tăng khả năng bị lây nhiễm, đặc biệt là nếu tay bạn không sạch. Cố gắng tránh chạm vào mặt trong mọi tình huống.

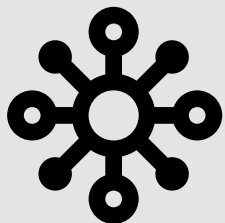
**6**

## VỆ SINH THƯỜNG XUYÊN

Làm sạch và khử trùng bề mặt của những vật được sử dụng thường xuyên, bao gồm bàn, tay nắm cửa, công tắc đèn, bàn phím và điện thoại. Sử dụng chất khử trùng phù hợp với bề mặt.

# ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ COVID-19

Απλά μέτρα πρόληψης της μετάδοσης του κορωνοϊού

**1**

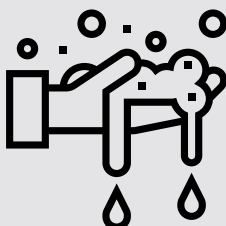
## ΕΝΗΜΕΡΩΘΕΙΤΕ ΓΙΑ ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Οι ασθενείς με COVID-19 αναφέρουν αναπνευστική ασθένεια ήπιας έως βαριάς μορφής. Τα συμπτώματα μπορεί να εμφανιστούν 2-14 ημέρες μετά την έκθεση και ενδέχεται να περιλαμβάνουν πυρετό, βήχα και δυσκολία στην αναπνοή.

**2**

## ΜΕΙΝΕΤΕ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΑΝ ΕΧΕΤΕ ΕΡΘΕΙ ΣΕ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΤΟΝ ΙΟ Ή ΕΙΣΤΕ ΑΡΡΩΣΤΟΙ

Περιορίστε τις δραστηριότητες εκτός σπιτιού αν είστε άρρωστοι ή έχετε έρθει σε επαφή με κάποιον που είναι άρρωστος. Παραμείνετε σε ένα συγκεκριμένο δωμάτιο μακριά από τους υπόλοιπους, φοράτε μάσκα προσώπου και αποφύγετε την επαφή με κατοικίδια ή άλλα ζώα.

**3**

## ΠΛΕΝΕΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ

Πλένετε τα χέρια σας τακτικά με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ιδίως αν έχετε βρεθεί σε δημόσιο χώρο ή αφού φουξήσετε τη μύτη σας, βήξετε ή φτερνιστείτε.

**4**

## ΚΑΛΥΠΤΕΤΕ ΤΗ ΜΥΤΗ ΣΑΣ

Καλύψτε τη μύτη και το στόμα με ένα χαρτομάντιλο όταν βήχετε ή φτερνίζεστε. Αν δεν έχετε χαρτομάντιλο, χρησιμοποιήστε το μέσα μέρος του αγκώνα σας για αυτόν τον σκοπό. Πετάξτε το χαρτομάντιλο στα σκουπίδια και πλύντε αμέσως τα χέρια σας.

**5**

## ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΤΕ ΝΑ ΜΗΝ ΑΓΓΙΖΕΤΕ ΤΑ ΜΑΤΙΑ, ΤΗ ΜΥΤΗ ΚΑΙ ΤΟ ΣΤΟΜΑ ΣΑΣ

Το άγγιγμα ευαίσθητων μερών του προσώπου σας αυξάνει την πιθανότητα μόλυνσης, ιδίως αν τα χέρια σας δεν είναι καθαρά. Προσπαθήστε να μην αγγίζετε το πρόσωπό σας καθόλου.

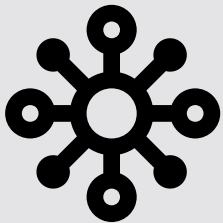
**6**

## ΚΑΘΑΡΙΖΕΤΕ ΣΥΧΝΑ

Καθαρίζετε και απολυμαίνετε τις επιφάνειες που χρησιμοποιείτε συχνά, όπως τραπέζια, πόμολα, διακόπτες, πληκτρολόγια και τηλέφωνα. Χρησιμοποιείτε απολυμαντικά που είναι κατάλληλα για κάθε επιφάνεια.

# 新型コロナウイルス 感染防止

## コロナウイルスの感染を防止する



1

### 症状を知る

新型コロナウイルス患者は、軽度から重度の呼吸器疾患を引き起こすことが報告されています。症状は、感染後2～14日で現れ、発熱、咳、息切れなどです。



2

### 濃厚接触した場合又は具合の悪いときは家にいる

具合が悪くなったり、病気の人に接触した場合、家の外での活動を制限してください。他の人から離れた特定の部屋で過ごし、フェイスマスクを着用し、ペットや動物との接触を避けます。



3

### 手洗いをする

定期的に、とりわけ公共の場所にでた後や、鼻をかんだり、咳をしたり、くしゃみをした後は、石鹸と水で少なくとも20秒間、手を洗ってください。



4

### 鼻を覆う

咳やくしゃみをするときは、ティッシュで鼻と口を覆うか、肘の内側で覆ってください。ティッシュをゴミ箱に捨て、すぐに手を洗います。



5

### 目、鼻、口を触らない

顔の敏感な部分に触れると、特に手が汚れている場合など、感染する可能性が高くなります。どのような状況でも顔に触れないようにしてください。



6

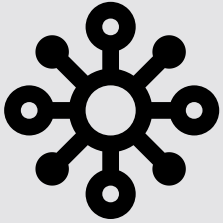
### 頻繁に消毒する

テーブル、ドアノブ、照明のスイッチ、キーボード、電話など、頻繁に使用する表面を拭いて消毒します。表面に適した消毒剤を使用してください。

# COVID-19

## KEV TIV THAV

Pab tiv thaiv kom tsis txhob kis tus kab mob khos los nam vais lav (coronavirus)



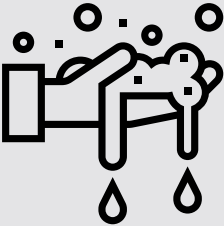
### 1 PAUB TXOG COV TSOS MOB

Cov neeg mob COVID-19 tau tshaj tawm tias muaj tsos mob rau kev ua pa me ntsis mus rau kev mob hanyav. Cov tsos mob tuaj yeem tshwm sim ntawm 2-14 hnuv tom qab kis tau thiab tuaj yeem suav nrog ua npaws, hnoos thiab txog siav.



### 2 NYOB TWJ YWM HAUV TSEV YOG KOJ TAU MUAJ KEV CUAM TSHUAM TXOG LOS SIS MUAJ MOB

Txwv kev ua ub no sab nraum koj lub tsev yog tias koj mob los sis tau cuam tshuam nrog ib tus neeg mob. Nyob hauv chav tshwj xeeb kom deb ntawm lwm tus, rau daim ntau npog qhov ncauj thiab tsis txhob kov cov tsiaj yug los sis tej tsiaj txhu.



### 3 NTXUAV KOJ OB TXHAIS TES

Ntxuav koj ob txhais tes yam tuab ntwis nrog xab npus thiab muab ntxuav dej tsawg kawg 20 vib nas this tshwj xeeb yog tias koj tau nyob rau qhov chaw tshav puam muaj neeg coob los sis tom qab tshuab ntswg, hnoos, los sis txham.



### 4 NPOG KOJ LUB QHOV NTSWG

Siv ntaub so ntswg los npog koj lub qhov ntswg thiab qhov ncauj thaum koj hnoos los sis txham los sis siv sab hauv ntawm lub luj tshib los npog. Kov qhov chaw ntawm koj lub ntsej muag yuav ua rau kis tus kab mob yooj yim, tshwj xeeb yog koj txhais tes tsis huv.



### 5 ZAM TSIS TXHOB KOV OB LUB QHOV MUAG, QHOV NTSWG THIAB QHOV NCAUJ

Kov qhov chaw ntawm koj lub ntsej muag yuav ua rau kis tus kab mob yooj yim, tshwj xeeb yog koj txhais tes tsis huv. Zam tsis txhob kov koj lub ntsej muag nyob rau txhua lub xwm txheej.



### 6 UA KEV NYIAM HUV UA NTU ZUS

Ua kev nyiam huv thiab tua kab mob ntawm tej chaw uas siv tas li muaj xws li tej rooj, pob qhov rooj, pob nta teeb, daim phaj ntaus ntawv thiab xov tooj. Siv cov tshuaj tua kab uas tsim nyog rau tej chaw qaum rooj tog.