

6 RACCOMANDAZIONI SEMPLICI

PER PROTEGGERE TE E I TUOI CARI DAL CORONAVIRUS (COVID-19)

Anche se al momento non esiste un vaccino per il Coronavirus, ci sono dei modi semplici per evitare la diffusione.



Mantieni la tua distanza

dagli altri se sei malato OPPURE se sono malati loro. Evita dei contatti da vicino, tipo stringere la mano, abbracciarsi o baciarsi.



Resti a casa dal lavoro e dalla scuola se ti senti male.

Non andare a far la spesa o usare il trasporto pubblico affinché non ti senti meglio.



Lavati le mani

regolarmente, particolarmente dopo che sei stato al bagno, dopo che hai soffiato il naso e hai tenuto in mano dei fazzolettini usati.



Copriti quando tossisci o starnutisci

e starnutisci usando un fazzolettino pulito o nella piega del gomito.



Evita di toccarti la faccia

gli occhi, il naso e la bocca. E ricordati di non toccare del cibo a meno che non ti sei lavato le mani.



Pulisci le Superfici

che regolarmente si toccano tipo il lavandino del bagno e i banchi in cucina.

Per le ultime informazioni sul Coronavirus, consultate i siti web fidati qui di seguito:

SA Health



sahealth.sa.gov.au/COVID2019



facebook.com/SAHealth



[@SAHealth](https://twitter.com/SAHealth)

Smartertraveller smartertraveller.gov.au
Australian Government Department of Health health.gov.au



Government of South Australia
SA Health