

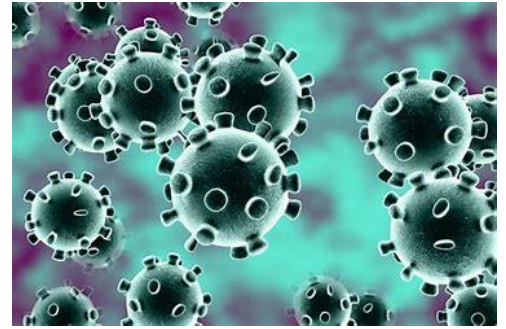


**Questi sono dei consigli  
che possono aiutarti  
a non ammalarti di coronavirus.**

**Questi consigli  
sono scritti in linguaggio facile da leggere  
e da capire**

Il coronavirus è un virus  
che come quello dell'influenza,  
fa venire la tosse e la febbre alta  
e che fa ammalare tanta gente.  
Quindi è meglio evitarlo.

Se vuoi evitarlo devi seguire questi consigli  
e spiegare alla gente che sta attorno a te  
che è importante fare queste cose.



### **1. Lavati bene le mani**

Se vuoi evitare di ammalarti  
devi lavarti spesso le mani.  
non di devi toccare, con le mani sporche,  
la bocca il naso e gli occhi.



Per lavarti le mani  
devi usare acqua e sapone  
devi lavare e strofinare bene, bene, le mani.  
Per essere sicuro che ti stai lavando  
e strofinando bene le mani  
devi contare fino a 20.



Oltre all'acqua e al sapone,  
per tenere le mani pulite,  
puoi usare anche un disinfettante.  
Il disinfettante è un liquido fatto apposta  
che si trova nelle bottigliette  
tipo quelle dell'Amuchina gel,  
come quella che vedi qui accanto.



Le mani, durante la giornata, devono essere lavate spesso.

## **2. Non ti avvicinare troppo alle persone che ti stanno intorno**

Le persone che hanno la tosse  
o che starnutiscono spesso  
possono passarti la malattia.  
Non ti avvicinare troppo alle persone che tossiscono  
o starnutiscono spesso,  
non toccarli e non abbracciarli.

### **3. Evitare di toccarti con le mani**

**il naso, gli occhi**

**e la bocca.**

Se non hai le mani pulite non ti devi toccare il naso, gli occhi e la bocca.

In questo modo tieni il virus fuori dal tuo corpo e non ti ammali.

Bisogna tenere sempre le mani pulite e lavarle bene anche ogni volta che hai toccato degli oggetti e dei mobili.

### **4. Se devi starnutire**

**copriti la bocca e il naso.**

Anche tu devi aiutare gli altri a non ammalarsi.

Se ti viene da starnutire

o da tossire

copriti la bocca con un fazzoletto

o con il gomito

e non con la mano.

Se hai la tosse o la febbre

dillo ai tuoi genitori o agli operatori

che ti aiuteranno a stare meglio.

Se ti consigliano di mettere una mascherina

non ti preoccupare.

La mascherina serve a proteggerti dalla malattia

e a non farti ammalare.



## **5. Fai le cose che ti dice di fare il medico**

Il medico ti aiuta a stare bene e a non ammalarti.

Ti da buoni consigli e ti dice di prendere le medicine che ti fanno guarire.

Ascolta le cose che ti dice di fare il tuo medico.

## **6. non toccare gli oggetti che toccano tante persone**

Evita di toccare gli oggetti che toccano tante persone.

Se li hai toccati non ti mettere le mani e le dita in bocca,  
nel naso e negli occhi.

Dopo aver toccato degli oggetti lavati bene le mani.

## **7. indossa la mascherina se te lo dicono il medico, i tuoi familiari o gli operatori**

Se ti dicono di mettere la mascherina lo devi fare.

In questo modo eviti di ammalarti  
ed aiuti gli altri a non prendere la malattia.

Devi indossare la mascherina  
se ti viene spesso da tossire  
o da starnutire.

Se stai vicino ad altre persone che stanno male  
devi mettere la mascherina  
quando state vicini.

## **8. Gli animali da compagnia**

### **non ti fanno ammalare.**

Se hai qualche animale da compagnia,  
come un gatto o un cane,  
puoi stare tranquillo  
perché loro non ti fanno ammalare di coronavirus.

Ricordati sempre  
di lavare molto bene le mani  
dopo aver toccato o giocato con gli animali.

**Questo testo**

**in linguaggio facile da leggere e da capire**

**è una traduzione**

**del documento realizzato dalla Task Force Comunicazione ISS.**