



MESURES PER EVITAR LA PROPAGACIÓ DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

MEDIDAS PARA EVITAR LA PROPAGACIÓN DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

1. HIGIENE

Renteu-vos freqüentment les mans amb **aigua i sabó**, o amb solucions a base d'alcohol.

Eviteu tocar-vos els ulls, la boca o el nas.



1. HIGIENE

Lávate las manos frecuentemente con **agua y jabón**, o con soluciones a base de alcohol.

Evita tocarte los ojos, la boca o la nariz.

2. MASCARETES

Recordeu que és **obligatori l'ús de la mascareta** en espais tancats, i també en aquells espais oberts on no sigui possible mantenir la **distància de seguretat de 2 metres**.



2. MASCARILLAS

Recuerda que es **obligatorio el uso de la mascarilla** en espacios cerrados, y también en aquellos espacios abiertos donde no sea posible mantener la **distancia de seguridad de 2 metros**.

3. CONTACTE AMB ALTRES PERSONES

Manteniu una distància de seguretat de 2 metres, i eviteu els petons, les abraçades i les encaixades de mans.



3. CONTACTO CON OTRAS PERSONAS

Mantén una distancia de seguridad de 2 metros, y evita los besos, los abrazos y los apretones de manos.

4. ÀPATS

No compartiu menjar, coberts o d'altres objectes sense **haver-los rentat prèviament**.



4. ALIMENTACIÓN

No compartas comida, cubiertos u otros objetos sin **haberlos lavado previamente**.

5. SI NO US TROBEU BÉ

Si noteu símptomes com ara **tos, febre** o **dificultat per respirar**, i penseu que heu pogut estar en contacte amb alguna persona que hagi estat diagnosticada amb el coronavirus Covid-19, no us desplaceu a cap centre de salut. Quedeu-vos a casa i **truqueu immediatament al 061 CatSalut Respon.**



5. ANTE CUALQUIER SÍNTOMA

Si notas síntomas como **tos, fiebre** o **dificultad para respirar**, y existe la posibilidad de que hayas estado en contacto con alguna persona a quien se le haya diagnosticado el coronavirus Covid-19, no debes desplazarte a ningún centro de salud. Debes quedarte en casa y **llamar inmediatamente al 061 CatSalut Respon.**

**PER LA TEVA SALUT,
POR TU SALUD**



Ajuntament de L'Hospitalet