



COMUNE DI NONANTOLA  
Centro Intercultura

Associazione  
di promozione  
sociale

giunchiglia11



illustrazione di Mirjana Farkas

## Coronavirus: attenzione, non paura

โนนานโตลาก็เหมือนภูมิภาคอื่น ๆ มนตอนเหนือของอิตาลี  
ตอนนี้มีผู้ติดเชื้อโคโรนาไวรัสหลายคน แต่อย่ากลัวหรือสิดกังขจนเกินไป  
เพียงแต่ต้องเพิ่มความระมัดระวังเพิ่มขึ้น

นี่เป็นคำแนะนำจากสาธารณสุขเพื่อปกป้องตัวเองจากไวรัสโดยเฉพาะผู้ที่มีสุขภาพอ่อนแอ (คนแก่หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว).

- 1) ล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะคนที่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับหรือไปในที่สาธารณะ (สถานที่ออกกำลังกาย สถานที่ราชการ ที่นั่งสาธารณะ โบสถ์ มัสยิด และอื่นๆ) ใช้สบู่หรือผลิตภัณฑ์สำหรับล้างมือ;
- 2) ในการเรียนการสอนและกิจกรรมต่างๆ พยายามอย่าอยู่ใกล้กันคนที่ป่วย หรือมีอาการติดเชื้อทางเดินหายใจเฉียบพลัน (หลอดลมอักเสบ ไข้หวัด ไข้ โรคปอดบวม ....);
- 3) อย่าสัมผัสดวงตา จมูก และปาก ด้วยมือ;
- 4) การปิดปากและจมูก เวลาหรือไอ (รอรใช้ข้อศอก อย่าใช้ฝ่ามือ);
- 5) อย่าใช้ยาต้านไวรัส และยาปฏิชีวนะ เว้นแต่แพทย์จะสั่งยา;
- 6) ทำความสะอาดพื้นผิวด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อที่มีคลอรีนหรือแอลกอฮอล์
- 7) ใช้หน้ากากเมื่อคุณสงสัยว่าตัวเองป่วยหรือจำเป็นต้องช่วยเหลือนคนที่ป่วย

Traduzione in thai di Prathumphon, "Noi", Sukchai