

# AISLAMIENTO DOMICILIARIO

Permanece en casa, preferentemente en tu habitación, durante 14 días desde el último contacto.

Restringe al máximo las salidas de la habitación y evita el contacto con los convivientes.

Si tienes que salir de tu habitación, usa mascarilla quirúrgica.

Observa la aparición de algún síntoma: fiebre, tos, dificultad respiratoria.

Lávate las manos frecuentemente.

A ser posible, no compartas el baño con tus convivientes.

Por tu salud y la de todas las personas,  
**haz caso a las recomendaciones**



# ETXEKO ISOLAMENDUA

Etxean geratu, zure logelan posiblea bada, azken kontaktutik 14 egunetara.

Logelatik kanpo ahalik eta gutxien atera, beste bizikideekiko kontaktua murriztuz.

Zure logelatik irten beharrean, maskara kirurgikoa erabili.

Sintomaren bat agerpena behatu: sukarra, eztula, arnasa hartzeko zailtasuna...

Eskuak maiz garbitu.

Posiblea bada, bizikideekin komuna ez partekatu.

Zurea eta denon  
osasunagatik,  
**egin kasu  
gomendioei**



# العزل المنزلي

ابق في المنزل، من الافضل في غرفتك، لمدة 14 يومًا من آخر اتصال.  
قم بتقييد الخروج من الغرفة قدر الإمكان وتجنب الاتصال بالقاطنين معك.

إذا اضطررت إلى مغادرة غرفتك، ارتدِ كمامة طبية.  
راقب ظهور أي أعراض: حمى، سعال، صعوبة في التنفس.  
اغسل يديك باستمرار.

إذا كان ذلك ممكنًا، لا تتشارك الحمام مع القاطنين معك.

من أجل صحتك وصحة  
جميع الأشخاص، التزم  
بالتوصيات



# ISOLEMENT À DOMICILE

Restez à la maison, de préférence dans votre chambre, pendant 14 jours à compter du dernier contact.

Limitez au maximum les sorties de la chambre et évitez le contact avec les cohabitants.

Si vous devez sortir de votre chambre, utilisez un masque chirurgical.

Observez l'apparition de symptômes : fièvre, toux, difficulté respiratoire.

Lavez-vous les mains souvent.

Si possible, ne partagez pas la salle de bain avec vos cohabitants.

Pour votre santé et  
celle de tous,  
**suivez les  
recommandations**



# SELF-ISOLATION AT HOME

Stay at home, preferably in your own room, for 14 days since your last contact.

Severely restrict your movements from your room and avoid any contact with others in your home.

If you have to leave your room, use a surgical mask.

Watch out for the appearance of these symptoms: fever, cough, breathing difficulties.

Wash your hands often.

If possible, do not share the bathroom with the people you live with.

For your own health  
and that of others,  
**follow the guidelines**



# ISOLAMENTO EM CASA OU DOMICILIAR

Fique em casa, de preferência no seu quarto, por 14 dias a partir do último contato.

Restrinja as saídas do quarto o máximo possível e evite o contato com os coabitantes.

Se você tiver que sair do seu quarto, use uma máscara cirúrgica.

Observe o aparecimento de quaisquer sintomas: febre, tosse, dificuldade respiratória.

Lave as mãos com frequência.

Se possível, não compartilhe o banheiro com seus coabitantes ou amigos.

Para sua saúde e de  
todas as pessoas,  
 **siga as  
recomendações**



# IZOLARE LA DOMICILIU

Stați acasă, de preferință în camera dvs., timp de 14 zile de la ultimul contact.

Limitați cât mai mult posibil ieșirile din cameră și evitați contactul cu restul persoanelor.

Dacă trebuie să părăsiți camera, purtați o mască chirurgicală.

Observați apariția oricărui simptom: febră, tuse, dificultate respiratorie.

Spălați-vă frecvent pe mâini.

Dacă este posibil, nu folosiți baia cu celelalte persoane.

Pentru sănătatea  
dumneavoastră și a  
tuturor persoanelor,  
**țineți cont de  
recomandări**



# ДОМАШНЯЯ ИЗОЛЯЦИЯ

После последнего контактирования, оставайтесь дома в течении 14 дней. Предпочтительно в своей комнате.

Постарайтесь максимально ограничить контакты и не выходить из комнаты.

Если вам нужно выйти из комнаты, пользуйтесь маской.

Проследите если появляются симптомы, такие как: температура, кашель, одышка.

Мойте чаще руки.

При возможности, пользуйтесь разными ванной и туалетом.

**Соблюдайте  
рекомендации для  
сохранения вашего  
здоровья и  
здоровья  
окружающих**

