**Women with   
Disabilities Australia (Donne disabili Australia)**





# **Informazioni sul coronavirus. Chiamato anche COVID–19.**



Questo opuscolo parla del **coronavirus.**



Abbiamo scritto questo opuscolo **per le donne e ragazze disabili.**



Siamo Women with Disabilities Australia (Donne disabili Australia).

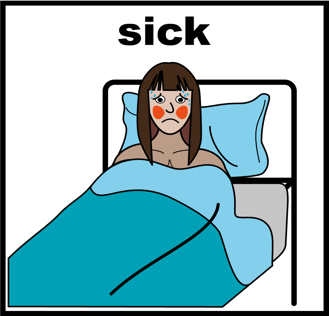
## **Cos'è il coronavirus?**



Il coronavirus è come una brutta influenza o un raffreddore.



È un nuovo virus in Australia.



Il coronavirus è stato dichiarato **pandemia**.   
Una **pandemia** è un nuovo virus che si è diffuso in diversi paesi.

## **Come si prende il coronavirus?**

Puoi prendere il coronavirus attraverso il contatto con un'altra persona che ha il coronavirus.

Ad esempio quando qualcuno con il virus



* tossisce o starnutisce vicino a te



* ti dà la mano
* tocca qualcosa che tocchi anche tu



* condivide bevande o cibo con te.

## **Come posso rimanere in salute?**

Ci sono delle cose che puoi fare per proteggere te stesso e gli altri dal coronavirus.

Puoi



* lavarti le mani con sapone e acqua tiepida
* cercare di non toccarti il viso



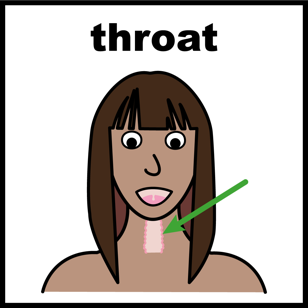
* stare lontano dalle persone malate
* evitare luoghi con molte persone

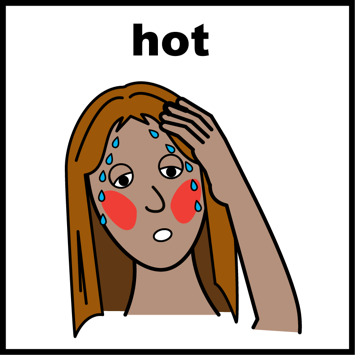


* mangiare frutta e verdura
* dormire a sufficienza.

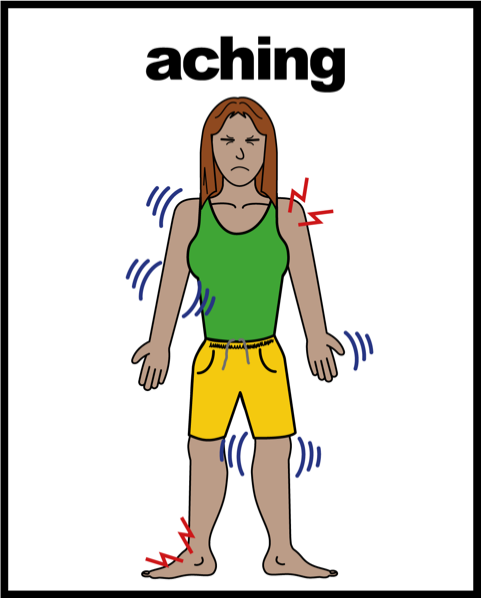
## **Come faccio a sapere se ho il coronavirus?**

Se hai il coronavirus potresti

* avere la tosse
* avere mal di gola



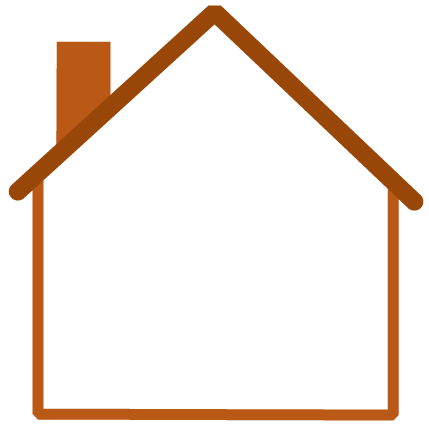
* sentirti molto accaldata
* avere mal di testa



* avere dolori muscolari
* sentirti stanca.

## **Cosa faccio se mi ammalo?**

Se non ti senti bene o presenti i sintomi del coronavirus, dovresti





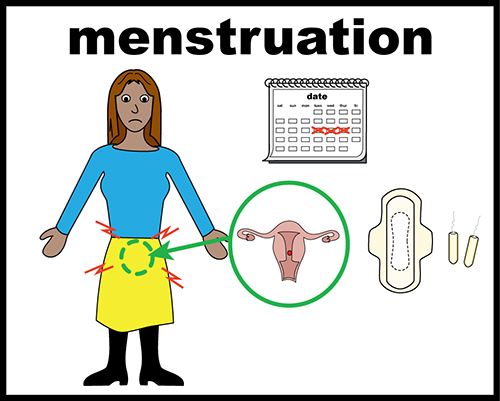
* restare a casa se puoi
* cercare di non incontrare altre persone

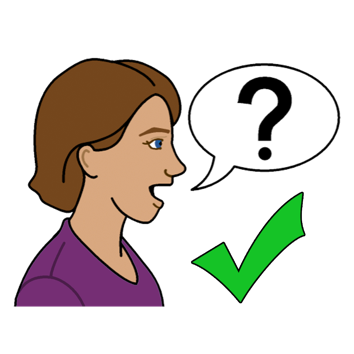


[Questa foto](http://ravikarandeekarsblog.blogspot.com/2009/08/swine-flu-follow-these-7-steps.html) di autore ignoto è coperta da licenza [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/)

* coprirti la bocca quando tossisci
* indossare una maschera quando sei vicino ad altre persone



* chiamare il tuo medico e prendere un appuntamento
* dirgli che potresti avere il coronavirus
* il dottore può fare un test per vedere se hai il coronavirus.

**Dove trovare aiuto**

Per ottenere assistenza o ulteriori informazioni sul coronavirus, puoi contattare

**Coronavirus Health Information Line**

chiama ………….. 1800 020 080

a qualsiasi ora del giorno o della notte.



**Health Direct**chiama ………….. 1800 022 222

a qualsiasi ora del giorno o della notte.



**Ambulanza**Se stai molto male o non riesci a respirare

chiama ………….. 000

A close up of a sign

Description automatically generated**National Relay service**   
se sei non udente o hai disturbi dell’udito o del linguaggio  
chiama ………….. 1800 555 677

TTY …………. 133 677

A picture containing clipart

Description automatically generated

**Translation and Interpreting Service (Servizio di traduzione e interpretariato)**   
 Se hai bisogno di un traduttore

chiama ………….. 131 450

A close up of a computer

Description automatically generated**Maggiori informazioni**

Puoi ottenere ulteriori informazioni e aggiornamenti sul coronavirus da



**World Health Organization (Organizzazione Mondiale della Sanità).**

* [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)



**Governo australiano**

* [www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert](http://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert)

**Grazie**

**Chi ha scritto questo opuscolo?**

Questo opuscolo è stato scritto da Women With Disabilities Australia nel 2020.

Questo opuscolo è solo a titolo informativo e per formazione generica.

**Copyright**

© Copyright

Women with Disabilities Australia (WWDA) Inc. 2020.

Tutti i diritti di proprietà intellettuale, inclusi copyright e brevetti, in questo opuscolo sono di proprietà e concessi in licenza da Women With Disabilities Australia Inc.

**Immagini utilizzate in questa scheda informativa**

Easy on the I Images © 2019 Leeds and York Partnership NHS Foundation Trust. Utilizzate previa autorizzazione. [www.easyonthei.nhs.uk](http://www.easyonthei.nhs.uk)

The Picture Communication Symbols © 2019 by Mayer Johnson LLC a Tobii Dynavox company. Utilizzate previa autorizzazione. [www.tobiidynavox.com](http://www.tobiidynavox.com)