

新冠肺炎防控指南漫画

(汉意双语)

Guida Illustrata per la Prevenzione e il
Controllo della Malattia Covid-19

(in Cinese e Italiano)



天津出版传媒集团

天津电子出版社

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

指 导：天津市人民政府新闻办公室

审 定：天津市卫生健康委员会
天津市人民政府外事办公室
南开大学外国语学院

编 写：天津电子出版社
天津科学技术出版社

绘 图：左 川 赵新立

书 法：田 原

翻 译：杨 琳 乐小悦

责任编辑：刘锦泉

文字编辑：曹 凡

出 版：天津电子出版社

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della
Malattia Covid-19 (in Cinese e Italiano)

Direttive: Ufficio Stampa del Governo del Popolo della Municipalità di Tianjin

Verifica e approvazione: Commissione per l'Igiene e la Salute della Municipalità
di Tianjin

Ufficio per gli Affari Esteri del Governo del Popolo della
Municipalità di Tianjin

Facoltà di Lingue Straniere dell'Università di Nankai

A cura di: Edizioni Digitali di Tianjin

Casa Editrice Scienza e Tecnologia di Tianjin

Disegni: Zuo Chuan e Zhao Xinli

Calligrafia: Tian Yuan

Traduzione: Yang Lin e Letizia Vallini

Caporedattore: Liu Jinquan

Redazione del testo: Cao Fan

Casa Editrice: Edizioni Digitali di Tianjin



冠状病毒不好看，偷偷摸摸来捣蛋

Nuovo coronavirus: un antipatico intruso arrivato di soppiatto.

引发此次疫情的是一种首次被发现的新型冠状病毒。

La causa di questa epidemia è un nuovo ceppo di coronavirus individuato per la prima volta.

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Chinese e Italiano)



不遮不挡打喷嚏，传播病毒惹人厌

Starnutire senza coprirsi la bocca può diffondere il virus e infastidire gli altri.

感染者在呼吸、说话、咳嗽、打喷嚏时，会排出大量携带病毒的飞沫，给周围的人带来感染风险。

Quando i portatori del virus respirano, parlano, tossiscono e starnutiscono, spruzzano una grande quantità di goccioline infette e rischiano di contagiare le persone vicine.



发热干咳身乏力，佩戴口罩去医院

Se hai febbre, tosse secca e stanchezza, indossa la mascherina per andare in ospedale.

如果出现新冠肺炎症状，应及时就医。外出就医时要佩戴口罩，尽量避免搭乘公共交通工具。

In caso di comparsa dei sintomi della malattia Covid-19, si deve immediatamente consultare un medico. Ricordati di indossare la mascherina quando esci e cerca di evitare di prendere i mezzi di trasporto pubblici.

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Chinese e Italiano)



三至七天潜伏期，最长两周症状显

Il periodo di incubazione varia da tre a sette giorni e i sintomi possono apparire al massimo dopo due settimane.

新型冠状病毒在潜伏期内也存在传染性，因此，接触到传染源、有感染可能的人，即使没有出现症状，也应该监测十四天。

Il nuovo coronavirus è contagioso anche durante il periodo di incubazione. Chiunque sia stato in contatto con fonti di contagio o persone che potrebbero essere state esposte al virus dovrebbe stare in quarantena per 14 giorni anche in assenza di sintomi.



封闭房间空气浊，开窗通风身体健

Nelle stanze chiuse non circola l'aria: apri le finestre!
Far circolare l'aria fa bene alla salute.

要做好居室的清洁工作，还要经常开窗通风，但是要注意室内外温差，预防感冒。

Per pulire a fondo le stanze bisogna aprire spesso le finestre e far circolare l'aria. Tuttavia, si deve anche prestare attenzione alla differenza di temperatura tra l'interno e l'esterno per evitare di prendersi un raffreddore.

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Cinese e Italiano)



学会七步洗手法，洗完别忘要擦干

Impara a lavarti le mani seguendo i “sette passi” e ricordati di asciugarle bene dopo essertele pulite.

采用七步洗手法，如图所示。

Lavati le mani seguendo i “sette passi”, come descritto nell'immagine.

新冠肺炎防控指南漫画 (汉意双语)

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Chinese e Italiano)



1. 洗手掌



2. 洗手背



3. 洗指缝



4. 洗指背



5. 洗拇指



6. 洗指尖



7. 洗手腕

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| 1. Lava i palmi delle mani | 2. Lava il dorso delle mani |
| 3. Lava lo spazio tra le dita | 4. Lava ogni dito |
| 5. Lava i pollici | 6. Lava la punta delle dita |
| 7. Lava i polsi | |

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Chinese e Italiano)



纸巾手肘遮口鼻，喷嚏莫把病毒散

Per evitare di diffondere il virus, copriti la bocca e il naso con un fazzoletto o nell'incavo del gomito quando starnutisci.

用完的纸巾立即丢弃到带盖的垃圾箱内，回家后立即对外套进行消毒处理。

Getta immediatamente il fazzoletto usato in un cestino per i rifiuti con coperchio. Quando arrivi a casa, disinfetta subito i tuoi abiti.



防护口罩准备好，出门佩戴护平安

Indossare la mascherina ti aiuta a proteggerti quando esci di casa.

正确、科学地佩戴口罩，可以有效降低新型冠状病毒感染风险。

Indossare la mascherina in modo appropriato può ridurre il rischio di infezione da nuovo coronavirus.

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Chinese e Italiano)



家有儿童少外出，居家生活更安全

Cerca di uscire poco se hai bambini in casa. La casa è il luogo più sicuro.

有儿童、老年人和病人的家庭，宜减少外出。

Le famiglie con bambini, anziani e malati dovrebbero cercare di uscire meno spesso.



异地归来先观察，自我监测十四天

Chi torna da un viaggio deve mettersi in auto-quarantena per 14 giorni.

监测期间要做好室内通风、消毒工作，被观察者要佩戴口罩，不要直接接触家人。

Durante la quarantena bisogna far circolare l'aria e disinfettare le stanze. Chi è sotto osservazione deve indossare una mascherina ed evitare il contatto diretto con i famigliari.



莫信谣言莫传谣，心态乐观展笑颜

Non credere alle *fake news* e non diffonderle. Sii ottimista e sorridi spesso.

谣言会让人产生负面情绪，找点乐观积极的节目乐呵乐呵，健健康康地度过每一天。

Le *fake news* sono portatrici di cattivo umore: segui dei programmi positivi in casa per sorridere e mantenerti ogni giorno in buona salute.



均衡营养不挑食，经常锻炼好睡眠

Segui una dieta equilibrata senza fare troppo lo schizzinoso.
Fai spesso ginnastica e dormi a sufficienza.

一日三餐有规律，五谷杂粮都要吃，水果蔬菜不能少，肉、蛋、奶也要跟上；每天还要适当运动，可以选择健身操、太极拳等适合室内的运动。

Fai tre pasti regolari al giorno con alimenti diversi: cereali, frutta, verdura, carne, uova e latte. Fare sport ogni giorno è importante! Ci sono molti esercizi che puoi fare per allenarti in casa, come l'aerobica o il *Tai Chi*.

新冠肺炎防控指南漫画（汉意双语）

Guida Illustrata per la Prevenzione e il Controllo della Malattia Covid-19
(in Chinese e Italiano)



身体不适别心忧，远程问诊解疑难

Non preoccuparti se non ti senti bene, una diagnosi a distanza può risolvere i tuoi problemi.

如果居家期间出现身体不适，可以先通过电话、互联网等方式联系医院进行诊断。

Se non ti senti bene mentre sei a casa, puoi contattare il tuo medico telefonicamente o consultare i servizi *online* offerti dall'ospedale per una diagnosi preliminare.



全民一心聚合力，最终定能胜疫情

Uniti come un sol uomo sconfiggeremo il virus!

虽然新冠肺炎疫情危急，但只要我们万众一心，一定能迎来美好生活。

Al momento la situazione causata dal nuovo coronavirus è ancora allarmante, ma se tutti uniremo le forze, sicuramente potremo tornare a goderci la vita!



ISBN 978-7-89466-911-7



9 787894 669117 >