

# RECOMENDACIÓN S PARA A UTILIZACIÓN DOS ALBERGUES ANTE A COVID-19

## RECOMENDACIONES PARA LA UTILIZACIÓN DE LOS ALBERGUES ANTE LA COVID-19

### RECOMMENDATIONS WHEN STAYING IN HOSTELS DURING COVID-19

#### MÁSCARA | MASCARILLA | MASK



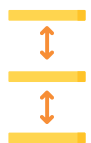
- Se non é posible manter a distancia de seguridade, usa máscara.
- Si no es posible mantener la distancia de seguridad, usa mascarilla.
- Use a mask if it's not possible to maintain a safe distance from others.

#### HIXIENE | HIGIENE | HYGIENE



- Lava as mans a miudo con auga e xabón durante, polo menos, un minuto.
- Lava las manos a menudo con agua y jabón durante, por lo menos, un minuto.
- Wash hands with soap and water frequently for at least a minute each time.

#### SINALIZACIÓN | SEÑALIZACIÓN | SAFETY SIGNS



- Respecta as quendas, a sinalización e a preferencia dos maiores de 65 anos.
- Respete los turnos, la señalización y la preferencia de los mayores de 65 años.
- Respect the queuing systems, safety signs and the priority given to over-65s.

#### OLLOS, NARIZ E BOCA | OJOS, NARIZ Y BOCA | EYES, NOSE AND MOUTH



- Evita tocar os ollos, o nariz e a boca, tamén cando uses luvas e máscara.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, también cuando uses guantes y mascarilla.
- Avoid touching your eyes, nose and mouth and use gloves and a mask.

#### BAÑOS, DUCHAS E LAVANDERÍA | BAÑOS, DUCHAS Y LAVANDERÍA | BATHROOMS, SHOWERS AND LAUNDRY ROOM



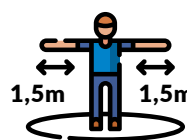
- O uso dos baños e duchas será individual para evitar aglomeracións. Para o uso das lavadoras emprega luvas.
- El uso de los baños y duchas será individual para evitar aglomeraciones. Para el uso de las lavadoras usa guantes.
- Bathrooms and showers will be used on an individual basis to avoid congestion. Use gloves when using the washing machines.

#### OBXECTOS PERSOAIS | OBJETOS PERSONALES | PERSONAL POSSESSIONS



- Segue as indicacións para o coidado da túa mochila, do teu calzado e doutras pertenzas.
- Sigue las indicaciones para el cuidado de tu mochila, de tu calzado y de otras pertenencias.
- Follow advice for storing your bag, your shoes and other possessions.

#### DISTANCIA DE SEGURIDADE | DISTANCIA DE SEGURIDAD | SOCIAL DISTANCING



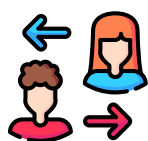
- Mantén sempre a distancia de seguridade.
- Mantén siempre la distancia de seguridad.
- Always maintain a safe distance from others.

#### SEGUE AS INDICACIÓN S | SIGUE LAS INDICACIONES | FOLLOW INSTRUCTIONS



- Segue sempre as indicacións do persoal do albergue.
- Sigue siempre las indicaciones del personal del albergue.
- Always follow the hostel staff's instructions.

#### CAPACIDADE MÁXIMA | CAPACIDAD MÁXIMA | MAXIMUM CAPACITY



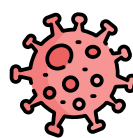
- Non sobrepases a capacidade máxima de persoas permitida.
- No sobrepases la capacidad máxima de personas permitida.
- Do not exceed the maximum capacity of people permitted in certain areas.

#### VÍAS RESPIRATORIAS | VÍAS RESPIRATORIAS | AIRWAYS



- Cobre as vías respiratorias co antebrazo ou cun pano desbotable ao tusir ou esberrar.
- Cubre las vías respiratorias con el antebrazo o con un paño desechable al toser o estornudar.
- Cover airways with your forearm or a disposable tissue when coughing or sneezing.

#### SE TES SÍNTOMAS | SI TIENES SÍNTOMAS | IF YOU HAVE SYMPTOMS



- Se presentas síntomas compatibles coa covid-19 (febre, tose, dificultade para respirar...) ponte a máscara e informa, inmediatamente, ás autoridades sanitarias e á persoa responsable do albergue.
- Si presenta síntomas compatibles con la covid-19 (fiebre, tos, dificultad para respirar...) ponte la mascarilla e informa, inmediatamente, a las autoridades sanitarias y a la persona responsable del albergue.
- If you begin to have symptoms compatible with covid-19 (fever, cough, difficulty breathing...), put on a mask and immediately inform the health authorities and the person in charge of the hostel.



**Bo camiño  
Buen camino  
The Right Way**

[coronavirus.sergas.gal](https://coronavirus.sergas.gal)

☎ 900 400 116  
881 002 021