

### Är du 70 år eller äldre?

Begränsa dina nära kontakter för att: hålla dig frisk, inte smitta andra och avlasta sjukvården!

Gå gärna ut i friska luften

**COVID-19**

### Arabiska

هل عمرك 70 سنة أو أكبر؟

قلل جهات إتصالك عن كثب من أجل:

البقاء بصحة جيدة, أن لا تصيب الآخرين, وأن تخفف الضغط على الرعاية الصحية!

أخرج إلى الهواء الطلق, ولكن تجنب الإتصال القريب

### Bengali

আপনার বয়স ৭০ বছর অথবা তারও উর্ধ্ব? ?

সীমিত করুন নিকট জনের কাছ। আসার কারণঃ আপনি সুস্থ থাকুন, অপরকে সংক্রমিত করবেন না ও স্বাস্থ্য সবার কর্মীদেরকে ভারমুক্ত করুন! নির্মল বাতাস নতি বাইরে যতে পারেন - কনিত কারও অতি কাছ আসা পরহির করুন।

### English

**Are you 70 years or older?**

Limit your contacts :

Stay healthy, Not infect others and relieve the health care!

Go out into the fresh air- avoid close contact



### Turkiska

**70yada 70 yaş üstümüsün?**

Kişilerle aranızda mesafe koymanızın önemi:

Sağlıklı kalırsın, başkalarına hastalık bulaştırmazsın ve sağlık kuruluşlarındaki hasta sayısının artmamasını sağlarsın.

Dışarda temiz havada yürüyüşler yapın ama kişiler ile yakın kontakten kaçın.

### Persiska

ایا شما ۷۰ ساله یا بالاتر هستید؟

تماس های نزدیک با دیگران را محدود کنید تا:

خود را سالم نگهدارید, دیگران را مریض نکنید و فشار کاری بر بیمارستان وارد ننمایید!

بیرون بروید و هوای تازه تنفس کنید - ولی از نزدیک شده به دیگران پرهیز کنید

### Franska

**Avez-vous 70 ans ou plus?**

Limitez vos contacts:

Restez en bonne santé, n'infectez pas les autres et soulagez les soins de santé!

Sortez à l'air frais - évitez les contacts étroits

### Afrikaans (South Africa, Namibia)

**Is u 70 jaar of ouer?**

Verminder u kontakte:

Bly gesond, Moenie anders siek maak nie en verlig die gesondheidsorg!

Gaan in die vars lug uit- maar vermy nader kontak

**Spanska**

**Tienes 70 años o más?**

Limite sus contactos cercanos. Manténgase saludable, no infecte a otros y alivie la atención médica! Siéntase libre de salir al aire libre, pero .evite el contacto cercano con otras personas

**Afariska**

**70akkek tohuk iro litoo karmak?**

Angaaraw daggos is qaafiyatah tabbixuh, garut dalka tabse waytuh, dayli buxaaxil ufuy gexuh!  
Iroh eweq saytun silaytul Immay rasul ma xayyoowin

**Amhariska**

**ዕድሜዎ 70 ዓመት ወይም ከዚያ በላይ ነው?**

የቅርብ ግንኙነቶችዎን ይገድቡ።  
ጤናማ ይሁኑ ፣ ለሌሎችም አያስተላልፉ።  
የጤና እንክብካቤውን ፡ ይጠበቁ፡ ወደ ንጹህ አየር ለመሄድ ነፃነት ይሰጣል፡ ግን የቅርብ ግንኙነትን ያስወግዱ።

**Somaliska**

**Haddii aad tahay 70 sano-jir ama aad ka weyntahay**

Yaree dadka aad laa kulmeysid  
Caafimaadkaaga si gaar ah u ilaali  
Haddaad xanun isku aragtid isku day in aad qaadsinin dadka kale ,si' isbitaalada aaney u buuxsaamin!  
Xor baad u tahay inaad u baxdo hawada debedda laakiin iska ilaali in aad dad kale u dhowaato.



**Sorani (kurdiska)**

**نایا تو ۷۰ سالیت یان گهورهتری؟**

سنوریک دابنی بو ئهوهی تهندروست بیت هه ولبده نهخوشی نهگوازیتهوه بو کهسانی تر، له ههمان کاتدا ئهرکی سهرشانی چاودیری نهخوش کهم کهیتهوه. برو بو دهرهوه بو ههلمژینی ههوایهکی پاک، لهگهڵ خوپارستن و نزیک نهکهوتنهوه له کهسانی دیکه.

**Kurmanji (kurdiska)**

**Ma tu 70 salî an mezintir î?**

Têkiliyên xwe yên nêz bi sînor bikin:  
sax bimînin, li yên din nekin û lênihêrîna tenduristiyê nekişînin!  
Hêviya ku hûn di hewayaya paqij de derkevin - lê têkiliya nêzîk dûr bikin

**Tigrinska**

**ዕድሜዎ 70 ወይ ልዕሊ እንተኮይኑ**

ጥዕናዎ ከትክክል ውቅረባ ርክባት አቋርጹ  
ንኻልአት ከይትልክም  
ጸዕቂ ሕክምና ንምጉዳል  
አብ ደገ ወጺኢ ንፋስ ወሰድ ካብ ቀረባ ርክብ ምስ ሰብ ግን ተቐጠብ

**Ryska**

**Ваш возраст 79 или вы старше?**

Ограничьте ваши контакты для того чтобы: оставаться здоровым, не заражать других и помочь этим всеобщему здравоохранению!  
Охотно прогуливайтесь на свежем воздухе, но ограничьте близкие контакты с другими!