

Berufliches Umfeld

Sul posto di lavoro

- ❖ Arbeiten Sie – in Abstimmung mit dem Arbeitgeber – wenn möglich, von zu Hause aus.
Lavorare, se possibile – dopo averlo concordato con il datore di lavoro – da casa.
- ❖ Halten Sie Treffen klein und kurz und in einem gut belüfteten Raum ab.
Se necessario, tenere brevi incontri di lavoro in luoghi ben areati.
- ❖ Halten Sie einen Abstand von 1 bis 2 Metern zu anderen Menschen und verzichten Sie auf persönliche Berührungen.
Mantenere uno o due metri di distanza da altre persone ed evitare il contatto fisico.
- ❖ Nehmen Sie Ihre Mahlzeiten möglichst allein (z.B. im Büro) ein. Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie krank sind und kurieren Sie sich aus!
Cercare di consumare i pasti da soli (se si è per esempio in ufficio). Rimanere a casa se si è malati e prendersi cura di sé senza uscire di casa.

Öffentliche Verkehrsmittel und Reisen Mezzi di trasporto e viaggi

- ❖ Nutzen Sie wenn möglich keine öffentlichen Verkehrsmittel, sondern bevorzugen Sie das Fahrrad, gehen Sie zu Fuß oder fahren mit dem eigenen Auto.
Se possibile, evitare i mezzi di trasporto pubblici ed usare preferibilmente la bicicletta, andare a piedi o spostarsi con la propria auto.
- ❖ Verzichten Sie möglichst auf Reisen – auch innerhalb Deutschlands. Viele Grenzen sind geschlossen und der Flugverkehr findet nur eingeschränkt statt.
Evitare, se possibile, tutti i tipi di viaggi in e fuori dalla Germania. Molti confini sono stati chiusi ed il traffico aereo è stato drasticamente ridotto.

Privates Umfeld und Familienleben

Vita privata e familiare

- ❖ Bleiben Sie, so oft es geht, zu Hause. Schränken Sie insbesondere die persönlichen Begegnungen mit älteren, hochbetagten oder chronisch kranken Menschen zu deren Schutz ein. Nutzen Sie stattdessen vermehrt die Kommunikation per Telefon, E-Mail, Chats, etc.
Rimanere a casa per quanto piú possibile. Evitare soprattutto incontri con persone anziane e / o cronicamente malate per proteggerle. È preferibile usare per eventuali comunicazioni il telefono, la casella postale, le chat, ecc.
- ❖ Beachten Sie Besuchsregelungen für Krankenhäuser und sonstige Pflegeeinrichtungen.
Attenersi alle regole per fare visita in ospedali o istituti di salute simili.
- ❖ Lüften Sie alle Aufenthaltsräume regelmäßig und vermeiden Sie Berührungen wie z. B. Händeschütteln oder Umarmungen.
Far areare bene e regolarmente le stanze chiuse ed evitare contatti fisici come strette di mano o abbracci.
- ❖ Wenn eine Person in Ihrem Haushalt erkrankt ist, sorgen Sie nach Möglichkeit für eine räumliche Trennung und genügend Abstand zu den übrigen Haushaltsmitgliedern.
Se un familiare o convivente è malato, cercare di evitare qualsiasi contatto fisico e mantenere debita distanza, anche all'interno della propria abitazione.
- ❖ Kaufen Sie nicht zu Stoßzeiten ein, sondern dann, wenn die Geschäfte weniger voll sind oder nutzen Sie Abhol- und Lieferservices.
Evitare di fare la spesa nelle ore piú frequentate e, se necessario, ordinare cibo e beni necessari da asporto o con consegna a domicilio.
- ❖ Helfen Sie denen, die Hilfe benötigen! Versorgen Sie ältere, hochbetagte, chronisch kranke Angehörige oder Nachbarn und alleinstehende und hilfsbedürftige Menschen mit



VIVACE

Lebensmitteln und Dingen des täglichen Bedarfs.

Aiutare chi ne ha bisogno! Se possibile, dare una mano a parenti, vicini o persone anziane e/o malate facendo per loro la spesa.

- ❖ Falls Sie krank sind, sollten Sie das Haus möglichst nicht verlassen. Kontaktieren Sie im Bedarfsfall telefonisch Ihre Ärztin oder Ihren Arzt und vereinbaren einen Termin. Nel caso in cui ci si ammali, rimanere a casa. Se necessario, contattare telefonicamente il medico e prendere un appuntamento per una visita.

Öffentliches Leben

Vita pubblica

- ❖ Meiden Sie Menschenansammlungen (z. B. Einkaufszentren, etc.)
Evitare posti con tante persone (per esempio: centri commerciali)
- ❖ Besuchen Sie öffentliche Einrichtungen nur, soweit es unbedingt erforderlich ist, wie z. B. Ämter, Verwaltungen und Behörden.
Frequentare uffici pubblici (autorità, ecc) solo se strettamente necessario
- ❖ Vermeiden Sie nach Möglichkeit auch größere private Feiern und halten Sie ansonsten die Hygieneregeln konsequent ein.
Evitare di organizzare o prendere parte a feste private con più persone e rispettare le regole igieniche qui sottoindicate.

Generell gilt:

Bisogna:

- ❖ Halten Sie sich an die Husten- und Niesregeln und waschen Sie sich regelmäßig die Hände.
Starnutire e tossire nel gomito quanto più possibile e lavarsi regolarmente le mani.
- ❖ Falls Aufenthalte oder Kontakte im öffentlichen Raum erforderlich sein sollten, achten Sie darauf, Abstand zu anderen zu halten. Dies gilt ganz besonders bei sichtbar kranken Menschen, insbesondere bei Atemwegsinfektionen.
Nel caso in cui sia inevitabile uscire, rispettare le distanze di sicurezza. Questo è valido soprattutto per persone che sono già visibilmente malate, soprattutto se con infezioni delle vie aeree.

Wie geht es Ihnen / Dir? - Come sta / stai?

Mir geht es nicht gut.	Non sto bene.
Mir geht es gut.	Sto bene.
Mir geht es besser.	Sto meglio.
Mir geht es schlechter.	Sto peggio.
Mir geht es besser/schlechter als gestern.	Sto meglio / peggio di ieri.

Was haben Sie? – Che cosa ha / cosa si sente?

Ich habe Kopfschmerzen.	Ho mal di testa
Ich habe Halsschmerzen.	Ho mal di gola
Ich habe Fieber.	Ho la febbre
Ich habe Husten.	Ho la tosse
Ich habe Durchfall.	Ho la diarrea
Ich muss mich übergeben.	Devo rimettere
Mir ist schwindelig.	Ho le vertigini

Wichtige Begriffe im Zusammenhang mit dem Corona-Virus - Termini importanti sul Coronavirus

das Risikogebiet	L'area a rischio
die Quarantäne	La quarantena
das Gesundheitsamt	Il ministero della salute
die Ausgangssperre	Il coprifuoco
infiziert sein	Essere infetto
der / die Infizierte	L'infetto / infetta
„Hamstern“	Fare scorte
das Symptom / die Symptome	Il sintomo / i sintomi
die Maßnahme / die Maßnahmen	Provvedimento
die Krankmeldung	Essere in malattia

Einkaufen – Fare la spesa

Ich brauche ...	Ho bisogno di ...
Ich brauche dringend ...	Ho urgentemente bisogno di ...
Medikamente	Le medicine
Desinfektionsmittel	Il disinfettante
Toilettenpapier / Klopapier	La carta igienica
Mehl	Farina
Nudeln	Pasta
Tomatensoße	Sugo
Wasser	Acqua
Lebensmittel	Cibo

Meine Familie ist krank –

La mia famiglia è malata

Meiner Frau geht es nicht gut. Sie hat Kopfschmerzen / Halsschmerzen / Husten / Durchfall / ... Ihr ist schwindelig.	Mia moglie non sta bene. Ha mal di testa / mal di gola / tosse / diarrea / Ha le vertigini.
Meinem Mann geht es nicht gut. Er hat Kopfschmerzen / Halsschmerzen / Husten / Durchfall / ... Ihm ist schwindelig.	Mio marito non sta bene. Ha mal di testa / mal di gola / tosse / diarrea / ... Ha le vertigini.
Meiner Tochter geht es nicht gut. Sie hat Kopfschmerzen / Halsschmerzen / Husten / Durchfall / ... Ihr ist schwindelig. Sie ist ... Jahre alt.	Mia figlia non sta bene. Ha mal di testa / mal di gola / tosse / diarrea / Ha le vertigini. Lei ha anni.
Meinem Sohn geht es nicht gut. Er hat Kopfschmerzen / Halsschmerzen / Husten / Durchfall / ... Ihm ist schwindelig. Er ist ... Jahre/Monate alt.	Mio figlio non sta bene. Ha mal di testa / mal di gola / tosse / diarrea / Ha le vertigini. Lui ha anni.

Eiiigene Angaben – I dati personali

Ich bin ... Jahre alt.	Ho ... anni.
Ich wiege ... Kilogramm.	Peso chili.
Ich bin ... Meter groß.	Sono alto centimetri.
Ich habe ein Auto und kann selbst ins Krankenhaus fahren.	Ho un'auto e posso guidare autonomamente in ospedale.
Ich habe kein Auto. Bitte schicken Sie einen Krankenwagen.	Non ho un'auto. Per favore, mandatemi un'ambulanza.
Ich wohne allein.	Vivo da solo / sola.
Ich wohne mit meiner Frau /meinem Mann und meinen Kindern zusammen.	Vivo con mia moglie / mio marito e con i nostri bambini.
Ich hatte Kontakt zu ...	Ho avuto contatto con ...
Ich arbeite bei der Firma	Lavoro presso ...

Krankmelden auf der Arbeit per Mail oder Brief – Chiedere giorni di malattia a lavoro.

1. Ohne Krankmeldung

Sehr geehrter Herr ... / Sehr geehrte Frau ...,

leider kann ich heute nicht zur Arbeit kommen, da ich krank bin. Ich werde unverzüglich einen Arzt aufsuchen und Sie zeitnah über einen eventuellen Ausfall und die Dauer meines Ausfalls informieren. Sollte eine Krankschreibung erfolgen, lasse ich Ihnen die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung so schnell wie möglich zukommen.

Mit freundlichen Grüßen

Name

1. Senza certificato medico.

Gentile Sig. .. / Sig.ra

Oggi purtroppo non posso venire a lavoro perché sono malato. Oggi stesso andrò dal dottore e La informerò a breve per un'eventuale mancanza dal lavoro con informazioni sulla durata della mia mancanza. Se il medico mi rilascerà un certificato medico di malattia, Le farò avere una copia appena possibile.

Cordiali saluti

Nome

2. Mit Krankmeldung (Krankmeldung mitschicken)

Sehr geehrter Herr ... / Sehr geehrte Frau ...,

hiermit melde ich mich krank. Anbei finden Sie meine Krankmeldung.

Mit freundlichen Grüßen

Name

2. Con certificato medico (da mandare in allegato)

Gentile Sig. ... / Sig.ra

Per motivi di salute, da oggi sono in malattia. In allegato trova il mio certificato medico.

Cordiali saluti

Nome

Möglicher Dialog – Possibile dialogo



Beim Arzt anrufen – Chiamare il medico

❖ Hallo, mein Name ist ...

Salve, io sono

□ Hallo Herr / Frau ...! Wie kann ich Ihnen helfen?

Salve sig. / sig.ra ...! Come posso aiutarLa?

❖ Ich habe Fieber.

Ho la febbre.

□ Wie viel Grad Fieber haben Sie? / Wie viel Grad? Und seit wann / wie lange haben Sie schon Fieber?

Quanto è alta la febbre? Quanti gradi avete di febbre? E da quando / da quanto tempo avete la febbre?

❖ Ich habe 37 (siebenunddreißig) Grad / 38 (achtunddreißig) Grad / 39 (neununddreißig) Grad Fieber. Ich habe seit heute / gestern / zwei Tagen / drei Tagen Fieber.

Ho la febbre con 37 (trentasette) / 38 (trentotto) / 39 (trentanove) da oggi / ieri / due giorni / tre giorni.

□ Haben Sie noch andere Symptome / Beschwerden?

Ha altri sintomi?

❖ Ja, ich habe auch Husten.

Sì, ho la tosse.

□ Waren Sie in einem Risikogebiet?

È stato in una zona ad alto rischio di infezione?

❖ Nein. / Ja, ich war in Österreich / Italien / Frankreich

No. / Sì, sono stato in Austria / Italia / Francia