



Menys soroll per a la convivència

Menos ruido para mejorar la convivencia
Less noise for harmonious coexistence
Comment minimiser le bruit pour vivre en bonne harmonie
ਸਹਿ-ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੂੰ ਬਹਿਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਘੱਟ ਸ਼ੋਰ
减少噪音, 和谐共处
ضوضاء أقل لتحسين التعايش المشترك



1

Tria electrodomèstics silenciosos i evita'n l'ús a la nit

Elige electrodomésticos silenciosos y evita su uso por la noche
Choose silent household appliances and avoid using them at night
Utilisez des appareils électroménagers silencieux et évitez de les utiliser la nuit
ਸ਼ਾਂਤ ਉਪਕਰਣ ਚੁਣੋ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ।
选购静音家用电器, 避免晚上使用
استخدامها ليلاً ختر الأجهزة المنزلية الصامتة وتجنب

2

Ves amb compte amb els cops de porta

Evita los portazos
Avoid banging doors
Évitez de claquer les portes
ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਬੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ।
避免撞击门户
تجنب صفق الأبواب

3

Evita els jocs de pilota i el patinet dins de casa

Evita los juegos de pelota y el patinete dentro de casa
Avoid ball games and using scooters inside the home
Évitez de jouer au ballon ou à la patinette dans l'appartement
ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਾਲ ਗੇਮਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਟਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ।
在屋內避免玩球和骑滑板车
(سكوتر) داخل المنزل تجنب لعب الكرة وركوب الدراجة

4

Posa una catifa gruixuda allà on juguin els nens

Pon una alfombra gruesa allí donde jueguen los niños
Put a thick carpet down where children play
Posez un épais tapis sur l'aire de jeu des enfants
ਜਾਂਬ ਬੰਬ ਬੜੇ ਹੋਣ ਉੱਥੇ ਇੱਕ ਮੋਟਾ ਗਲੀਚਾ ਵਛਾਓ।
在屋內的儿童游戏处放置厚地毯
حيث يلعب الأطفال إحرص على وضع سجادة سمكية

5

A la nit, evita desplaçar sofàs, cadires o taules

Por la noche, evita desplazar sofás, sillas o mesas
At night, avoid moving sofas, chairs or tables
Évitez de déplacer sofas, chaises ou tables le soir ou la nuit
ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੋਫੇ, ਕੁਰਸੀਆਂ ਜਾਂ ਮੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਲਿਓਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।
晚间休息时间, 避免搬动沙发, 椅子或桌子
في الليل, تجنب تحريك الأرائك أو الكراسي أو الطاولات

6

Escolta la televisió o la música a un volum baix

Escucha la televisión o la música a un volumen bajo
Listen to music or the television at a low volume
Écoutez la télévision ou de la musique à faible volume
ਘੱਟ ਆਵਾਜ਼ ਵੱਚ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਜਾਂ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣੋ।
看电视或听音乐时尽量调低音量
منخفض استمع إلى التلفاز أو الموسيقى بصوت

7

Posa protectors de goma a les potes de les cadires i taules

Pon protectores de goma en las patas de las sillas y mesas
Put rubber protectors on chair and table legs
Dotez les chaises et les tables de protecteurs en caoutchouc
ਕੁਰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਮੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਲੱਤਾਂ 'ਤੇ ਰਬੜ ਦੇ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਰ ਲਗਾਓ।
放置桌椅橡胶脚垫
على أرجل الكراسي إحرص على وضع واقيات مطاطية والطاولات

8

Si algun dia tens una celebració, informa els veïns i no l'allarguis gaire

Si algún día organizas una celebración, informa previamente a los vecinos y no la alargues de noche o madrugada
If you have an event one day, let your neighbours know and make sure it doesn't go on too long
Le jour où vous ferez une fête, avertissez vos voisins et ne la prolongez pas trop longtemps
ਜੇਕਰ ਕੋਸਿ ਦਿਨਿ ਤੁਸੀ ਜਸਨ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਨਾ ਚੱਲੇ।
若有生日聚会或派对时, 应提早告知邻居们, 并且尽早结束
إذا قمت يوماً ما بتنظيم احتفال, فأخبر الجيران مسبقاً ولا تمده إلى الليل أو إلى غاية الصباح الباكر

9

Parla amb un volum raonable, sobretot al vespre

Habla en tono de voz razonable, sobre todo a partir del atardecer
Speak at a reasonable volume, particularly in the evening
Parlez sans trop élever la voix, surtout en soirée
ਵਾਜਬ ਆਵਾਜ਼ ਵੱਚ ਬੋਲੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸੂਰਜ ਡੁੱਬਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ।
适度地降低说话音量, 尤其是在晚上
غروب الشمس تحدث بنبرة صوت معقولة, خاصة بعد

10

Si has de canviar les finestres, millora'n els tancaments

Si tienes que cambiar las ventanas, mejora la protección del cerramiento
If you have to change the windows, improve the closures
Si vous envisagez de changer les fenêtres, pensez à en améliorer l'isolation
ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਲੋਜ਼ਰ ਵੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰੋ।
若要更换窗户, 必须改善外窗与外墙的紧密贴合
قيود الإقفال إذا كان عليك تغيير النوافذ, قم بتحسين

i

Més informació • Más información • More information
Plus d'informations • ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ • 更多信息 • المزيد من المعلومات

938 862 100 - Ext. 20917
626 097 652
serveimediaco@vic.cat