

Le misure igienico sanitarie da adottare



- 1** Lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani.
- 2** Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute.
- 3** Evitare abbracci e strette di mano
- 4** Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro.
- 5** Praticare l'igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie).
- 6** Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva.
- 7** Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
- 8** Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce
- 9** Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico.
- 10** Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
- 11** È fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali, utilizzare protezioni delle vie respiratorie come misura aggiuntiva alle altre misure di protezione igienico-sanitarie.

Aggiornato all'allegato 4 DPCM 26 aprile 2020