

INFORMATIVA SULLE

MISURE DI PREVENZIONE IGIENICO SANITARIE

- ✓ **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;
- ✓ **evitare il contatto ravvicinato** con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute e comunque evitare abbracci, strette di mano e contatti fisici diretti con ogni persona;
- ✓ **igiene respiratoria** (starnutire o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);
- ✓ mantenere in ogni contatto sociale una **distanza interpersonale** di almeno un metro;
- ✓ **evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri**, anche durante l'attività sportiva;
- ✓ **non toccarsi occhi, naso e bocca** con le mani;
- ✓ **coprirsi bocca e naso** se si starnutisce o tossisce;
- ✓ **non prendere farmaci antivirali e antibiotici**, a meno che siano prescritti dal medico;
- ✓ **pulire le superfici** con disinfettanti a base di cloro o alcol;
- ✓ **usare la mascherina solo se si sospetta di essere malato** o si assiste persone malate

Conforme ad allegato 1 DCPM 8/3/2020