

CONTENIMENTO DEL CONTAGIO DA COVID 19 MISURE IGIENICO-SANITARIE



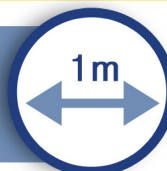
LAVARSI O IGIENIZZARSI SPESSO LE MANI

EVITARE IL CONTATTO RAVVICINATO con persone che soffrono di
INFEZIONI RESPIRATORIE ACUTE



EVITARE ABBRACCI E STRETTE DI MANO

Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di
ALMENO UN METRO



PRATICARE L'IGIENE RESPIRATORIA (starnutire e/o tossire in
un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le
secrezioni respiratorie)

EVITARE L'USO PROMISCUO di bottiglie e bicchieri, in particolare
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



È fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali,
UTILIZZARE PROTEZIONI DELLE VIE RESPIRATORIE come misura
aggiuntiva alle altre misure di protezione individuale