

# MISURE IGIENICO SANITARIE

1

Lavarsi spesso le mani. Sono a disposizione presso i locali 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 individuale igienico-sanitarie.