

MISURE IGIENICO-SANITARIE PER IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DI COVID-19

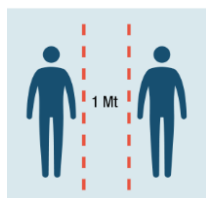
Allegato 4 DPCM 26 Aprile 2020



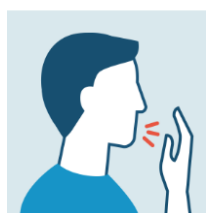
1. **Lavarsi spesso le mani.** In questo esercizio è a Vostra disposizione l'apposita soluzione idroalcolica



2. **Evitare il contatto ravvicinato** con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute



3. **Evitare abbracci e strette di mano** e mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di **almeno un metro**



4. Praticare l'**igiene respiratoria** (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie) ed **evitare di toccarsi occhi, naso e bocca** con le mani



5. **Evitare l'uso promiscui di bottiglie, bicchieri**, in particolare durante l'attività sportiva



6. **Non prendere farmaci** antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico



7. **Pulire le superfici** con disinfettanti a base di cloro o alcol

8. E' fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali, **utilizzare protezioni delle vie respiratorie** come misura aggiuntiva alle altre misure di protezione individuale igienico-sanitarie

