

Allegato 4

Misure igienico – sanitarie

- 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 individuale igienico - sanitarie.