



Presidenza del Consiglio dei Ministri

Misure igienico–sanitarie da utilizzare per favorire il contenimento e la gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19, Coronavirus:

- a. Lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie ed altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani;
- b. Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute;
- c. Evitare abbracci e strette di mano;
- d. Mantenimento, nei contatti sociali, di una distanza interpersonale di almeno un metro;
- e. Igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con secrezioni respiratorie)
- f. Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;
- g. Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;
- h. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;
- i. Non prendere farmaci antivirali ed antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;
- j. Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;
- k. Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate.