

MISURE IGIENICO SANITARIE

DPCM 4 marzo 2020 – allegato 1

1. Lavarsi spesso le 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, la distanza interpersonale di almeno un metro
5. 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. Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate.

