

DPCM 8 MARZO 2020
ALLEGATO 1

MISURE IGIENICO-SANITARIE:



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

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



Evitare abbracci e strette di mano

Mantenimento, nei contatti sociali, di una distanza interpersonale di almeno un metro



Igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie)

Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva



Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani

Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce



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

Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol



Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate.