



### 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 DI UNA DISTANZA INTERPERSONALE DI ALMENO 1 m



### IGIENE RESPIRATORIA

starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce



### EVITARE L'USO PROMISCUO DI BOTTIGLIE E BICCHIERI

in particolare durante l'attività sportiva



### NON TOCCARSI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



### 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