



CORONAVIRUS - COVID 19

Cosa ogni persona può fare per contenere la diffusione del Virus

Allegato 1 DPCM 8.3.2020

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. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce, usare 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. Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico.
9. Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.
10. Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si assiste persone malate.

SI RICORDA CHE:

11. I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi.
12. Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo Coronavirus.
13. **Si deve contattare il dipartimento di prevenzione della propria ULSS e il Medico di base o il Pediatra di base se si è tornati o si è stati a contatto di persone tornate dalle zone a rischio epidemiologico nel mondo o dalle zone "rosse" italiane in cui il contagio è conclamato, da meno di 14 giorni oppure se si ha febbre, difficoltà respiratorie, dolori muscolari e stanchezza.**
14. Si deve indossare una mascherina a norma e utilizzare fazzoletti usa e getta se si sospetta di essere malati o di aver contratto il nuovo Coronavirus e si presentano sintomi quali tosse o starnuti, oppure se ci si prende cura di una persona con sospetta infezione da nuovo Coronavirus.

L'uso della mascherina aiuta a limitare la diffusione del virus e deve essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene respiratoria e delle mani.

Testi rielaborati dalla Task Force Comunicazione ISS su fonti di: OMS, ECDC e ISS

NEGLI UFFICI, LOCALI O LUOGHI APERTI AL PUBBLICO

15. Negli Uffici scaglionare gli accessi. (non più di DUE persone)
16. Nei Locali evitare l'affollamento: rispettare la distanza di almeno UN metro tra le persone.
17. In ogni luogo al chiuso o all'aperto rispettare la distanza di almeno UN metro tra le persone.
18. Lavarsi le mani spesso e disinfettarle con le soluzioni idroalcoliche che ogni ufficio o locale mette a disposizione degli addetti e degli utenti.