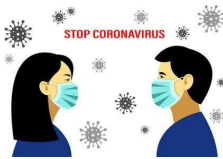
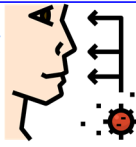




EMERGENZA CORONAVIRUS

Alcuni consigli utili per tener lontano il virus da se stessi, dai propri parenti e amici e dalla propria casa

Il virus passa da uomo a uomo, ma vive anche nell'ambiente. Per proteggere te e gli altri bastano poche regole:

1. RISPETTA LE DISTANZE		STARE DISTANTI dalle altre persone almeno 1 metro (meglio se di più: è importante sapere che molte persone che "stanno bene" che non hanno cioè nessun disturbo, i cosiddetti asintomatici, in realtà possono trasmettere il virus agli altri).
2. INDOSSA LA MASCHERINA		INDOSSARE, TOGLIERE e AGGIUSTARSI LA MASCHERINA SOLO ATTRAVERSO GLI ELASTICI (se si tocca la parte che copre naso e bocca si possono infettare le mani e trasmettere l'infezione). NON USARE MASCHERINE CON I FILTRI perché se si è infetti, ma asintomatici, si contagiano ancora più facilmente tutte le persone con cui si hanno contatti . Se prescritto dal personale sanitario indossare la mascherina anche all'interno della propria casa. MASCHERINE e GUANTI monouso, dopo l'uso, vanno gettati nei contenitori di rifiuti in casa o in quelli presenti in strada.
3. TUTELA TE PROTEGGI GLI ALTRI		RICORDA che con la PROPRIA MASCHERINA si PROTEGGONO GLI ALTRI ma gli ALTRI con la LORO MASCHERINA PROTEGGONO TE .
4. LAVATI SPESSO LE MANI		LAVARSI SPESSO e BENE LE MANI con acqua e sapone o con un gel disinfettante (prima di indossare o levare la mascherina, al rientro in casa, quando si toccano maniglie, soldi, etc)
5. EVITA GLI ABBRACCI E LE STRETTE DI MANO		NON ABBRACCIARE (soprattutto i NONNI !) né STRINGERE LA MANO a amici e parenti
6. NON TOCCARE NASO, BOCCA E OCCHI		NON TOCCARSI GLI OCCHI, IL NASO E LA BOCCA, senza prima essersi lavate bene, o disinfettate, le mani.
7. A CASA ARIEGGIARE, PULIRE E DISINFETTARE		Ogni giorno ARIEGGIARE bene la casa e PULIRE pavimenti e superfici con DISINFETTANTI a base di cloro o alcool (in particolare i bagni ma anche i cellulari, tablet, PC).
8. USA I FAZZOLETTI MONOUSO		Quando si starnutisce o tossisce NON METTERE LE MANI davanti alla bocca ma USARE sempre FAZZOLETTINI MONOUSO, che vanno buttati nell'immondizia subito dopo.
9. NON CONDIVIDERE POSATE, BOTTIGLIE E BICCHIERI		EVITARE l'USO PROMISCUO di posate, bottiglie e bicchieri.
10. NON TEMERE GLI ANIMALI DA COMPAGNIA		Gli ANIMALI da COMPAGNIA non diffondono il nuovo coronavirus, ma è sempre bene lavarsi le mani dopo averli toccati.
11. CHIAMA IL MEDICO IN CASO DI FEBBRE		In caso di febbre (superiore a 37,4 C), tosse e altri disturbi respiratori, contattare subito il proprio medico curante.