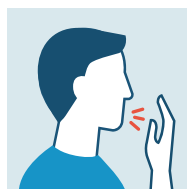
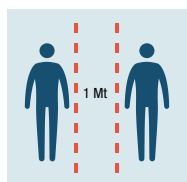
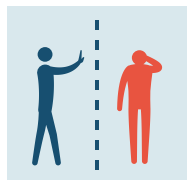


# MISURE IGIENICO-SANITARIE

della Presidenza del Consiglio dei Ministri



Si riportano le raccomandazioni contenute nel DPCM 4 marzo 2020; tali misure di prevenzione igienico-sanitarie dovranno essere osservate per prevenire il contagio e limitare il rischio di diffusione del nuovo Coronavirus.

- 1. Lavarsi spesso le mani.** In questo esercizio è a vostra disposizione l'apposita soluzione idroalcolica.
- 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, una distanza interpersonale di almeno un metro;**
- 5. Igiene respiratoria** (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;**
- 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.

