



igienizza le mani



Indossa la mascherina



**mantieni la distanza
di almeno un metro**



**mantieni igienizzate
le superfici**

Lavarsi spesso le 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.

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.

Ricordati di portare via quanto da te utilizzato