

# RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE QUANDO SI ESCE DI CASA

#coronavirus

- 1 Lavare spesso le mani** con acqua e sapone o, in assenza, frizionarle con un gel a base alcolica
- 2 Non toccare occhi, naso e bocca con le mani.** Se non si può evitare, lavarsi comunque le mani prima e dopo il contatto
- Quando si starnutisce, coprire naso e bocca con **fazzoletti** monouso (o eventualmente con la piega del gomito)
- Pulire le superfici con **disinfettanti** a base di cloro e alcol
- Coprire mento, bocca, e naso con una **mascherina** in luoghi affollati e laddove vi siano contatti sociali con distanza inferiore di un metro
- Usare **guanti monouso** per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali
- Evitare abbracci e stratte di mano**
- Evitare sempre contatti ravvicinati, **mantenendo la distanza** di almeno un metro
- Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri

