

Prot. n. 12603/1.1.h  
Com. n. 168

Ferrara, 04/11/2020

**Oggetto: INFORMAZIONE sulle MISURE IGIENICO-SANITARIE ai sensi del DPCM del 3/11/2020**

### **ALLEGATO 19 MISURE IGIENICO-SANITARIE**

1. lavarsi spesso le mani. Sono a disposizione soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani; è **OBBLIGATORIO** utilizzarle
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. praticare l'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, in particolare durante l'attività sportiva;
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. è fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali, utilizzare protezioni delle vie respiratorie come misura aggiuntiva alle altre misure di protezione individuale igienico-sanitarie.