

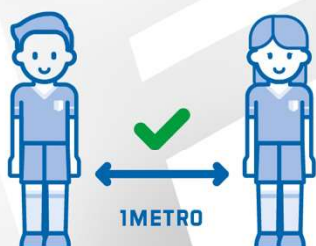
# COMPORAMENTI INDIVIDUALI E IGIENE DELLA PERSONA



Lavare frequentemente  
le mani.



Indossare gli appositi  
DPI (mascherine, guanti).



Mantenere la distanza  
sicurezza di almeno 1 m.



Non lasciare oggetti  
personali negli spazi comuni.



Non toccare  
occhi, naso e bocca  
con le mani.



Starnutire o tossire  
utilizzando fazzoletti  
monouso, in mancanza  
starnutire nella piega  
del gomito.



Smaltire fazzoletti,  
mascherine, guanti negli  
appositi contenitori.



# COME LAVARSI LE MANI

con acqua e sapone occorrono 60 secondi

1



Bagna bene le mani con l'acqua.

2



Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.

3



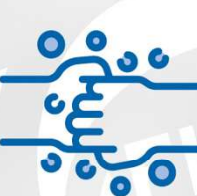
Friziona bene le mani palmo contro palmo.

4



Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa.

5



Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro.

6



Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra.

7



Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa.

8



Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa.

9



Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro.

10



Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua.

11



Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso.

12



Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto.

# COME INDOSSARE LA MASCHERINA



1  
Prima di indossare una mascherina, lava le mani con un gel a base alcolica o con acqua e sapone.



2  
Passa le dita attraverso gli elastici. Lo stick per il naso dovrebbe essere sopra. Posiziona la maschera sul naso e sulla bocca.



3  
Metti gli elastici dietro le orecchie. Tira la maschera dai bordi superiore e inferiore per aprire completamente le pieghe.



4  
Indossa e forma il rinforzo sopra il ponte del naso per ridurre al minimo il passaggio d'aria.



5  
Evita di toccare la maschera mentre la stai utilizzando. Se la tocchi, lava subito le mani.



6  
Togli la mascherina afferrando gli elastici e togliendoli dalle orecchie senza toccare la parte davanti. Smaltisci la maschera dopo l'uso. Infine lavati accuratamente le mani.