

CORONAVIRUS

L'ITALIA COMBATTE

PICCOLI GESTI DA COMPIERE
PER UNA GRANDE SFIDA DA VINCERE INSIEME



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

1



Il coronavirus si diffonde se chi lo ha contratto tossisce o starnutisce. Per ridurre il rischio di contagio, **manteniamo una distanza di sicurezza di almeno un metro tra noi e le altre persone.** Inoltre, evitiamo abbracci, strette di mano e di prendere l'ascensore insieme ad altri.



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

2



La precauzione più importante per evitare il contagio è **lavarsi le mani spesso e bene**, con acqua e sapone per almeno 20 secondi, preferibilmente senza anelli o bracciali.



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

3



Il coronavirus
si diffonde anche
attraverso le mani.
Per questo,
**quando starnutiamo
o tossiamo,
non usiamo la mano
per coprirci
naso e bocca,**
ma un fazzoletto
di carta o l'interno
del gomito.



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

4



Proteggiamo
noi e gli altri.
**Evitiamo di entrare
in contatto ravvicinato
con chi manifesta
sintomi respiratori,
ad esempio tosse.**



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

5



In presenza di molte persone aumenta la possibilità di entrare in contatto con il virus. Per questo **evitiamo i posti affollati**, e se siamo in un luogo pubblico, non scambiamoci bicchieri, borracce, ecc.



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

6

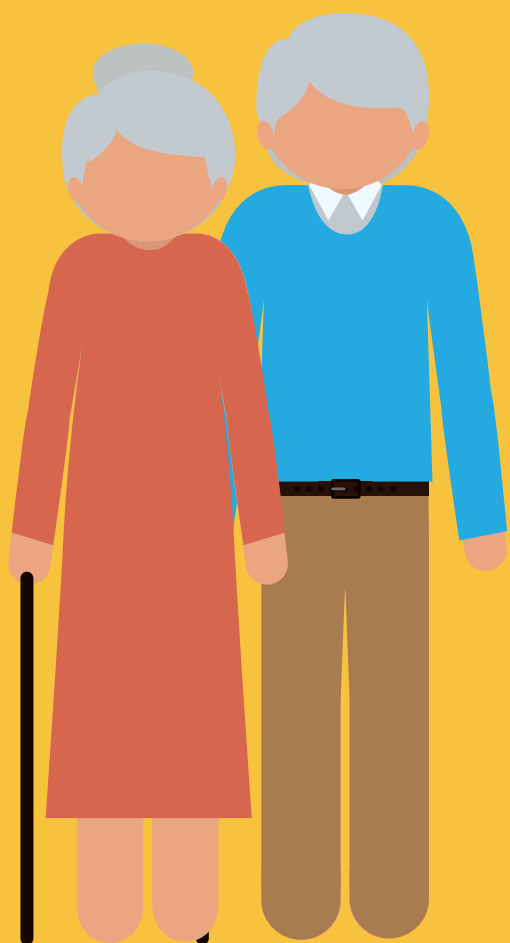


Il coronavirus resiste diverse ore sulle superfici. Per questo a casa e a lavoro, dobbiamo **curare con attenzione la pulizia e l'igiene**, sia personale che degli ambienti in cui ci troviamo.



PICCOLI GESTI
DA COMPIERE
PER UNA
GRANDE SFIDA
DA VINCERE INSIEME

7



Le persone anziane o con patologie pregresse sono più a rischio. Per questo, se siamo nella terza età o se soffriamo di patologie croniche o che comportino immunodepressione, evitiamo le uscite non strettamente necessarie e i luoghi troppo affollati.





Se abbiamo febbre, tosse, dolori muscolari consultiamo al telefono il nostro medico di base oppure **chiamiamo il numero 112** (se disponibile) o **il numero regionale dedicato.**

Per ulteriori informazioni:
www.salute.gov.it

In presenza di sintomi, **evitiamo di andare al Pronto soccorso** e prestiamo attenzione al contatto con gli altri.



Siamo un grande Paese,

riusciremo a superare
anche questa emergenza.

Grazie a tutti gli operatori

della sanità impegnati in queste ore.

Ognuno di noi,

nel suo piccolo,

può fare la sua parte.

C'è una sfida da vincere,

insieme ce la faremo.

