

Riportiamo schematicamente quelle che sono semplici ma certamente efficaci e dimostrate azioni di prevenzione dell'infezione e di gestione dei rifiuti domestici. In caso di sintomatologia simil-influenzale evita di recarti in ospedale e richiedi un consulto al tuo medico di famiglia.

**Evita i luoghi affollati** ed indossa – nel caso - la mascherina per ridurre il rischio di contatto con le goccioline di saliva/muco dette droplets liberate dai pazienti affetti con tosse e starnuti che sono sospese nell'aria e costituiscono la fonte maggiore di infezione



**Igiene delle Mani** – lavarsi le mani possibilmente con acqua corrente e sapone soprattutto ogni volta che si è stati in bagno, mangiato e soggiornato in cucina. In alternativa usare gel alcolico con concentrazione di alcool etilico o isopropilico > 70%. Evita le strette di mano



**Igiene delle Mani** – lavarsi le mani prima e dopo aver provveduto alle operazioni di manipolazione conservazione delle lenti a contatto o aver proceduto a medicazione di ferite. In alternativa usare gel alcolico con concentrazione di alcool etilico o isopropilico > 70%. Evita di toccare bocca naso e occhi con le mani. Se devi tossire o starnutire usa un fazzoletto di carta monouso o la piega del gomito e lavati le mani.



**Non scambiare** auricolari, posate, bicchieri, spazzolini od effetti personali. Procedere alla sanificazione di ambienti, utensili ed effetti personali con igienizzanti e disinfettanti alle corrette concentrazioni e con tempi di contatto adeguati.

Favorisci il ricircolo dell'aria all'interno di casa ed aprire le finestre

Lava e sciacqua frutta e verdura prima di mangiarla. E' consigliabile mangiare cibi cotti ed evitare quelli crudi

**Come gestire i rifiuti domestici**

SONO POSITIVO O IN QUARANTENA	NON SONO IN QUARANTENA
<p>Non differenziare più i rifiuti di casa tua ▪ Utilizza due o tre sacchetti possibilmente resistenti (uno dentro l'altro) all'interno del contenitore utilizzato per la raccolta indifferenziata, se possibile a pedale ▪ Tutti i rifiuti (plastica, vetro, carta, umido, metallo e indifferenziata) vanno gettati nello stesso contenitore utilizzato per la raccolta indifferenziata ▪ Anche i fazzoletti o i rotoli di carta, le mascherine, i guanti, e i teli monouso vanno gettati nello stesso contenitore per la raccolta indifferenziata ▪ Indossando guanti monouso chiudi bene i sacchetti senza schiacciarli con le mani utilizzando dei lacci di chiusura o nastro adesivo ▪ Una volta chiusi i sacchetti, i guanti usati vanno gettati nei nuovi sacchetti preparati per la raccolta indifferenziata (due o tre sacchetti possibilmente resistenti, uno dentro l'altro). Subito dopo lavati le mani ▪ Fai smaltire i rifiuti ogni giorno come faresti con un sacchetto di indifferenziata ▪ Gli animali da compagnia non devono accedere nel locale in cui sono presenti i sacchetti di rifiuti</p>	<p>Continua a fare la raccolta differenziata come hai fatto finora ▪ Usa fazzoletti di carta se sei raffreddato e buttali nella raccolta indifferenziata. ▪ Se hai usato mascherine e guanti, gettali nella raccolta indifferenziata ▪ Per i rifiuti indifferenziati utilizza due o tre sacchetti possibilmente resistenti (uno dentro l'altro) all'interno del contenitore che usi abitualmente ▪ Chiudi bene il sacchetto ▪ Smaltisci i rifiuti come faresti con un sacchetto di indifferenziata</p>