

10 COMPORTAMENTI DA SEGUIRE

AGGIORNAMENTO



1.

IGIENE

Lavati spesso le mani con acqua e sapone (60 secondi) o con gel a base alcolica. **Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani.**



2.

DISTANZA

Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute mantenendo la **distanza di almeno un metro.**



3.

MASCHERINA

Usa la mascherina **solo se sospetti di essere malato** o assisti persone malate. Riduci le visite a parenti e conoscenti, per quanto possibile.



4.

PREVENZIONE

Copri bocca e naso con **fazzoletti monouso** quando starnutisci o tossisci. Se non hai un fazzoletto **usa la piega del gomito.**



5.

USO DEI FARMACI

Non prendere farmaci antivirali né antibiotici senza la prescrizione del medico.



6.

SUPERFICI

Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.



7.

ANIMALI DOMESTICI

Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo Coronavirus.



8.

LUOGHI AFFOLLATI

Evita i luoghi chiusi affollati come centri commerciali, stazioni, ipermercati e bar.



9.

SINTOMI

Se hai febbre, raffreddore o tosse **non chiamare il pronto soccorso e non andare in ospedale o dal medico.** Telefona al tuo medico e segui le sue indicazioni.



10.

ZONE ROSSE

Se provieni da zone rosse e non hai sintomi compila modulo di auto segnalazione:

www.sanita.puglia.it/autosegnalazione-coronavirus

IMPORTANTE

Per informazioni sul coronavirus

800 713931

Chiama il **numero verde regionale** attivo tutti i giorni dalle 8 alle 22

Foggia	0881 884018	covid19.info@aslfg.it
Barletta-Andria-Trani	0883 299502	direzione.sisp@aslbat.it
Bari	800 055955	sorveglianza.coronavirus@asl.bari.it
Taranto	333 6166842	diprevta.coronavirus@asl.taranto.it
Brindisi	338 5747395	sorveglianza.coronavirus@asl.brindisi.it
Lecce	0832 215318	protocollo.sispnord@ausl.le.it

