



MISURE ANTIVIRUS: vademecum federale

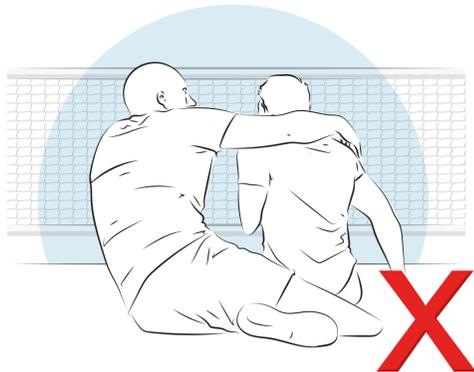
BERE FREQUENTEMENTE

DURANTE IL GIOCO, BERE UN SORSO D'ACQUA FREQUENTEMENTE TENENDO LA BOCCA IDRATATA E CONTENENDO L'EVENTUALE VIRUS NELLA VIA DIGESTIVA



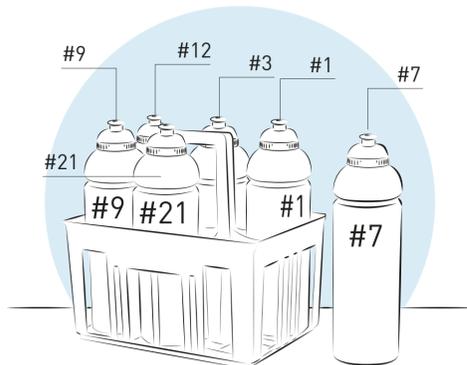
NO ABBRACCI E STRETTE DI MANO

EVITARE ABBRACCI E CONTATTI DURANTE IL GIOCO



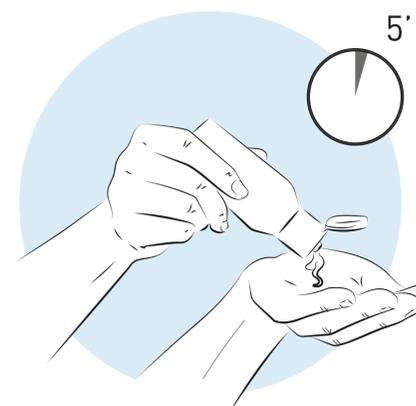
NON BERE DALLA STESSA BOTTIGLIA

NON BERE DALLA STESSA BOTTIGLIA/BORRACCIA NE' IN GARA NE' IN ALLENAMENTO



PULIZIA MANI CON DISINFETTANTE

DURANTE IL GIOCO, DISINFETTARE LE MANI OGNI 5 MINUTI EVITANDO DI TOCCARE, NEL FRATEMPO, FACCIA E BOCCA



NON MANGIARE NELLO SPOGLIATOIO

EVITARE DI CONSUMARE CIBI ALL'INTERNO DELLO SPOGLIATOIO



GLI INDUMENTI

RIPORRE TUTTI GLI OGGETTI E GLI INDUMENTI PERSONALI NELLE PROPRIE BORSE



I MEDICI SOCIALI

I MEDICI SOCIALI DEVONO VERIFICARE I PAESI VERSO CUI SI E' DIRETTI O DA CUI SI RIENTRA



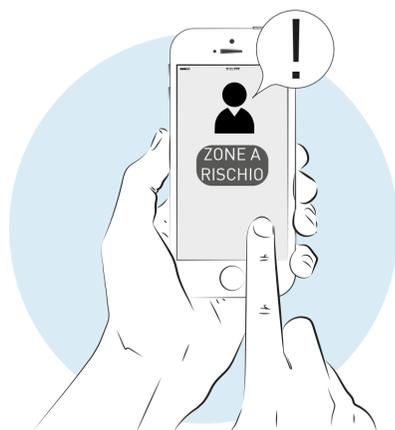
COSA FARE CON I PRIMI SINTOMI

IN CASO DI SINTOMI, LASCIARE LA SQUADRA E AVVISARE IL MEDICO SOCIALE



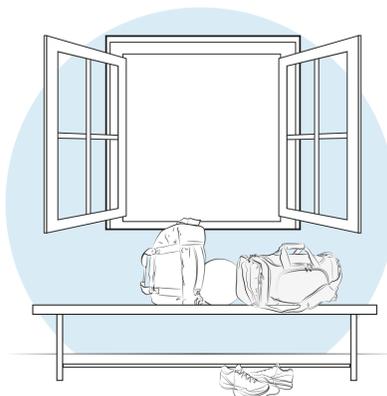
I CONTATTI A RISCHIO

INFORMARSI DI EVENTUALI CONTATTI CON PERSONE RIENTRATE DA ZONE A RISCHIO O IN QUARANTENA



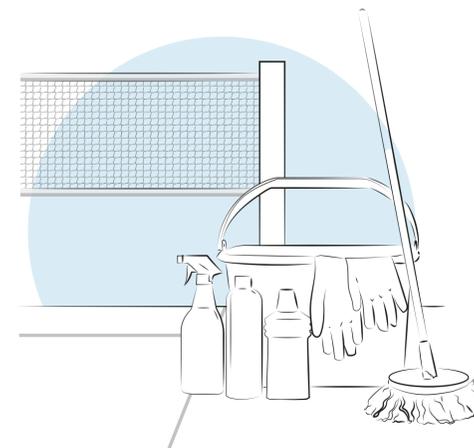
CAMBIO D'ARIA

ARIEGGIARE TUTTI I LOCALI NEI QUALI SI SOSTA IL PIU' SPESSO POSSIBILE



PULIRE TAVOLI, SEDIE E RUBINETTI

DISINFETTARE TAVOLI, PANCHE, SEDIE, PAVIMENTI, DOCCE, ECC



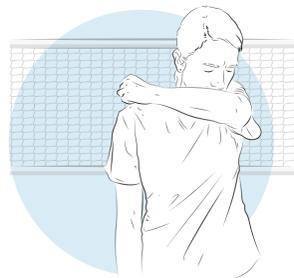
DISPENSER E DISINFETTANTI

FAVORIRE L'USO DI DISPENSER CON SOLUZIONI DETERGENTI DISINFETTANTI



TOSSIRE NEL BRACCIO

COPRIRSI LA BOCCA E IL NASO CON UN FAZZOLETTO O CON IL BRACCIO



I FAZZOLETTI DI CARTA

USARE I FAZZOLETTI DI CARTA E BUTTARLI SUBITO NELLA SPAZZATURA



NON TOCCARSI

NON TOCCARSI GLI OCCHI, IL NASO O LA BOCCA CON LE MANI NON LAVATE



LAVARSI LE MANI

LAVARSI LE MANI IL PIU' SPESSO POSSIBILE, CON ACQUA E SAPONE PER ALMENO 20 SECONDI



SERVIZI IGIENICI

EVITARE, NEI BAGNI COMUNI, DI TOCCARE IL RUBINETTO PRIMA E DOPO ESSERSI LAVATI LE MANI

