

SOCIAL DISTANCING MEASURES

Maintain the distance.

During home visits or long interactions, a distance of at least 1 metre from the interlocutor needs to be maintained. This will prevent coming into contact with potentially virus-infected droplets that can scatter when people talk, sneeze, cough or scream.

Strict social distancing measures must be taken. Social distancing is recommended at institutional and organisational levels as a prevention measure. This means, among others: avoiding handshakes, avoiding contact with other people at a distance of less than 1 metre, using public transport only if necessary and when it is not crowded, avoiding non essential meetings and mass gatherings.

Avoid handshakes.

Do not touch other people unless necessary. After touching a sick person, you must immediately wash hands with soap and water or with an alcohol-based hand sanitiser.

Avoid touching surfaces or objects that may have been contaminated
if you cannot
disinfect them

After touching objects that may be contaminated, wash your hands or use the hand sanitizer that you always carry with you.

Do not touch your face

(mouth, nose, eyes)

unless you have previously washed your hands



LE MISURE DEL DISTANZIAMENTO SOCIALE

Mantieni la distanza.

Durante le visite a casa o interazioni lunghe ,

è necessario mantenere almeno 1 metro dall'interlocutore.

Ciò impedirà di entrare potenzialmente in contatto con goccioline infette da virus che possono disperdersi quando le persone parlano, starnutiscono, tossiscono o urlano.

È necessario adottare rigorose misure di distanziamento sociale.

Il distanziamento sociale è raccomandato a livello istituzionale e organizzativo come misura di prevenzione. Ciò significa, tra l'altro: evitare le strette di mano, evitare il contatto con altre persone mantenendo una distanza non inferiore a 1 metro, utilizzare i mezzi pubblici solo se necessario e quando non non sono affollati, evitare riunioni non essenziali e raduni di massa.

Evita le strette di mano.

Non toccare altre persone se non necessario.

Dopo aver toccato una persona malata, devi immediatamente pulire le tue mani con acqua e sapone o con un disinfettante per le mani a base di alcol.

Evitare di toccare le superfici o oggetti che potrebbero essere stati contaminati se non puoi disinfettarli dopo aver toccato oggetti che potrebbero essere contaminati, lava le tue mani o usa il gel disinfettante che hai sempre con te.

Non toccarti il viso (bocca, naso, occhi)

a meno che tu non abbia lavato precedentemente le tue mani



COME INDOSSARE LA MASCHERINA PER PROTEGGERCI DAL CORONAVIRUS

HOW TO WEAR MEDICAL MASKS TO PROTECT AGAINST CORONAVIRUS

- Prima di indossare la maschera, lavarsi le mani con acqua e sapone o un disinfettante che contiene almeno il 60% di alcol.
 - La maschera dovrebbe coprire sia la bocca che il naso.
 - Coprendo la bocca, evitiamo la trasmissione di microbi e virus nell'aria, che possono infettare gli altri.
 - Coprendoti il naso, ti proteggi dall'entrare in contatto con il virus.
 - Evitare di toccare la maschera mentre la si utilizza.
 - Se lo hai fatto, pulisci le mani con acqua e sapone o un disinfettante contenente almeno il 60% di alcol.
 - Rimuovere la maschera afferrando gli elastici senza toccare il viso.
 - Gettala immediatamente in un bidone con un coperchio, quindi lavati le mani con acqua e sapone
-
- Before putting on the mask, clean your hands with soap and water or a disinfectant that contains at least 60% alcohol.
 - The mask should cover both the mouth and the nose.
 - By covering the mouth, we avoid the transmission of microbes and viruses in the air, which can infect others.
 - By covering your nose, you protect yourself from coming into contact with the virus.
 - Avoid touching the mask while using it.
 - If you did this, clean your hands with soap and water or a disinfectant that contains at least 60% alcohol.
 - Remove the mask by grasping the elastic bands without touching your face.
 - Immediately throw it in a bin with a lid, then wash your hands with soap and water



COME PROTEGGERTI DALL'INFEZIONE DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

HOW TO BEST PROTECT YOURSELF FROM THE NEW CORONAVIRUS INFECTION (COVID-19)



Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica

Use thoroughly water and soap or disinfect your hands using an alcohol-based rub



Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute

Keep at least a meter away from people who sneeze, cough or are having a runny nose.



Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani se non sono pulite e sanificate

It's important not to touch your face unless your hands are proper clean and sanitized.



Copri bocca e naso con fazzoletti monouso se starnutisci o tossisci e riponi il fazzoletti in un secchio dell'immondizia con coperchio. Se non hai un fazzoletto usa la piega del gomito

Sneeze and cough in the inside of your elbow or in a paper napkin and throw it immediately in a bin with a cover, then wash your hands.



In caso di dubbi non recarti al Pronto Soccorso: chiama il tuo medico di base e segui le sue indicazioni o chiama i seguenti numeri di telefono:

Numero di pubblica utilità 1500

Regione Puglia : 800 713 931

In case of doubts, do not go to the emergency room: call your general practitioner and follow his instructions or call these phone numbers:

Public utility phone-number 1500

Region of Puglia : 800 713 931

COME LAVARSI CORRETTAMENTE LE MANI

THE RIGHT WAY TO WASH YOUR HANDS

