

# 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

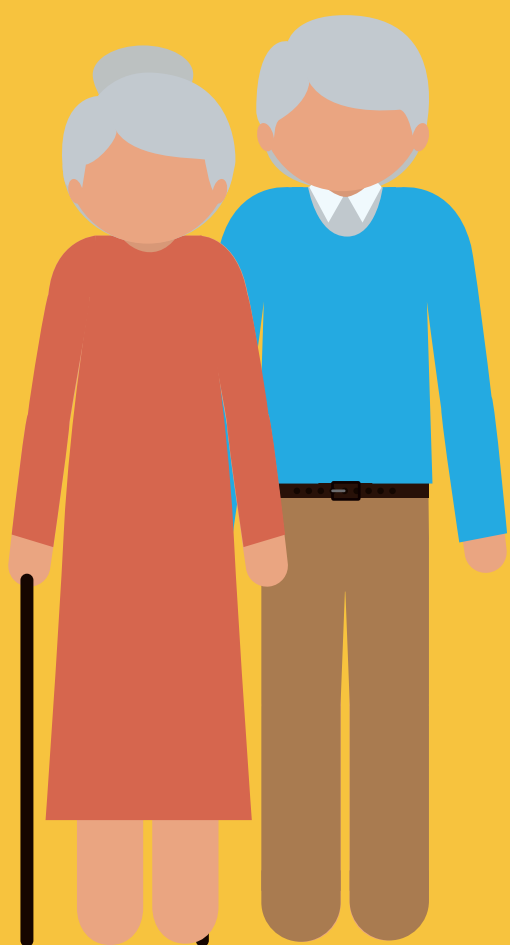


Il coronavirus resiste diverse ore sulle superfici. Per questo a casa e a lavoro, dobbiamo **curare con attenzione la pulizia e l'igiene**, sia personale che degli ambienti in cui ci troviamo.



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](http://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.**

