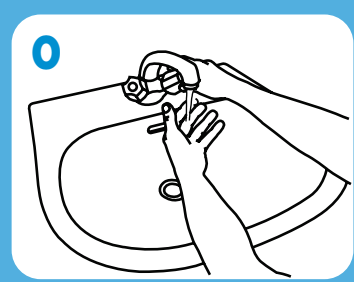
CORONAVIRUS

INSIEME PER RIPARTIRE SICURI

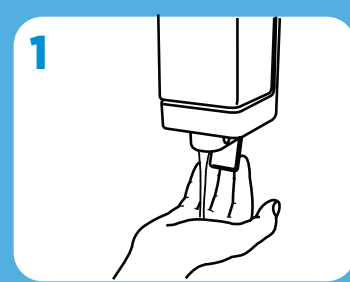
COME LAVARSI LE MANI CON ACQUA E SAPONE

Prima di iniziare ricorda di rimuovere eventuali monili

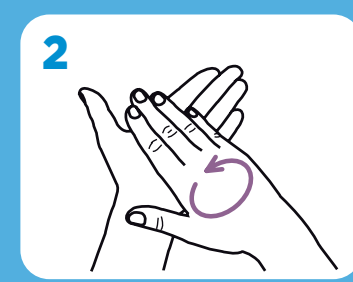
Durata dell'intera procedura: 20-30 secondi



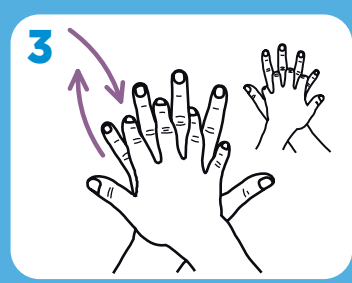
Bagna le mani con l'acqua



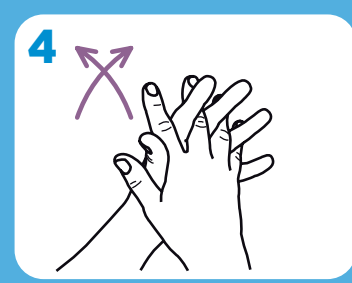
applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



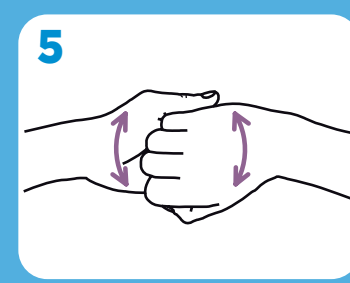
friziona le mani palmo contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa

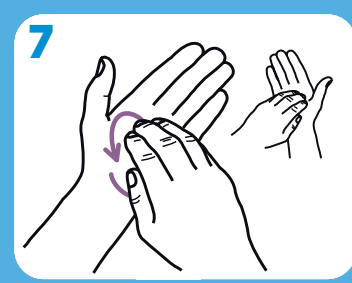


palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro

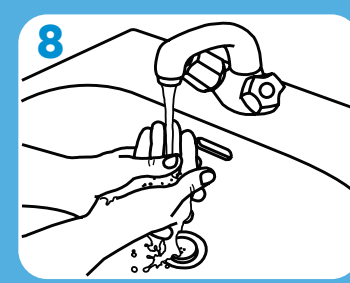


dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro

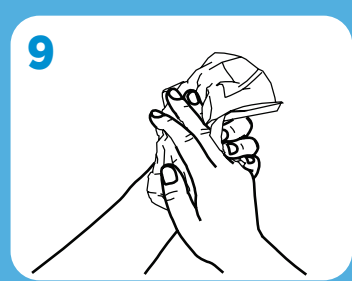
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



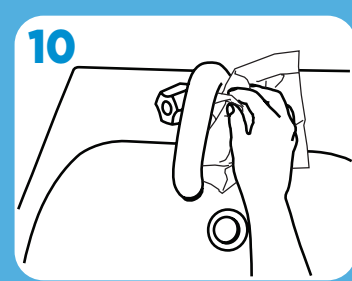
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro



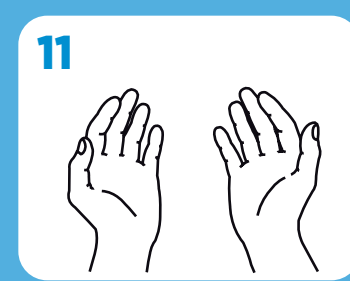
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

fonte: World Health Organization

Resta sempre aggiornato su: salutelazio.it

Rete scuole che promuovono salute

SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE

ASL ROMA 1

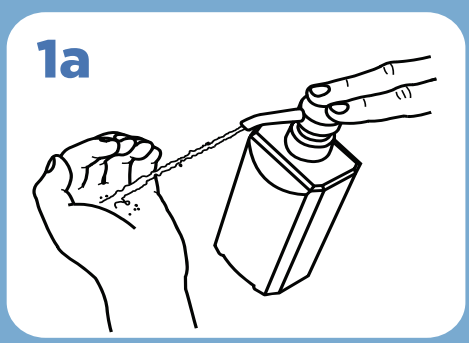
REGIONE LAZIO

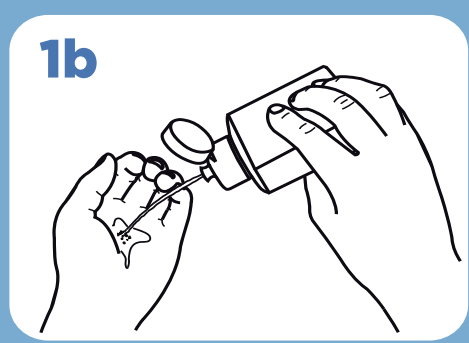
CORONAVIRUS

INSIEME PER RIPARTIRE SICURI

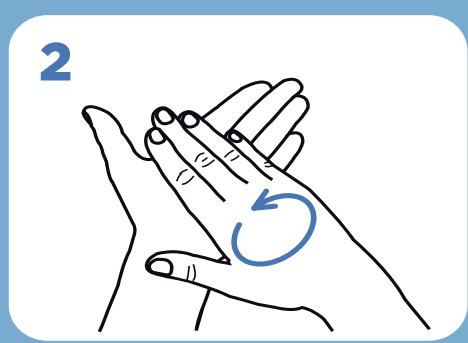
COME LAVARSI LE MANI CON LA SOLUZIONE ALCOLICA

Durata dell'intera procedura: 20-30 secondi

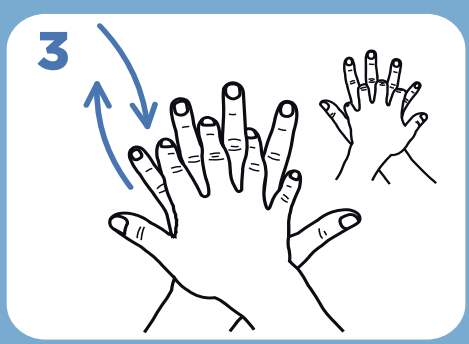




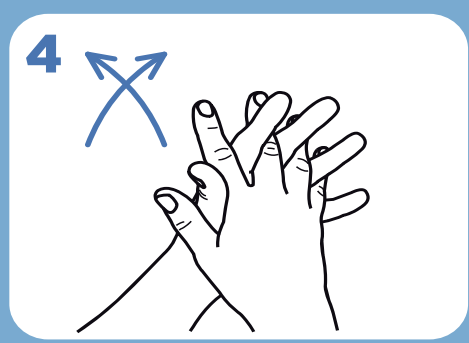
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



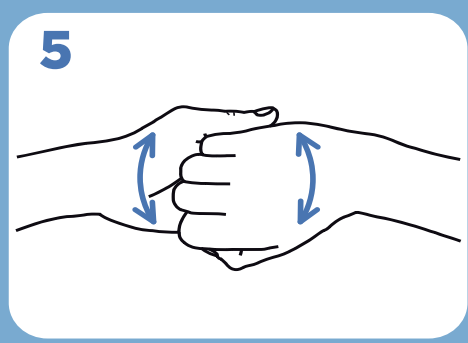
frizionare le mani palmo contro palmo



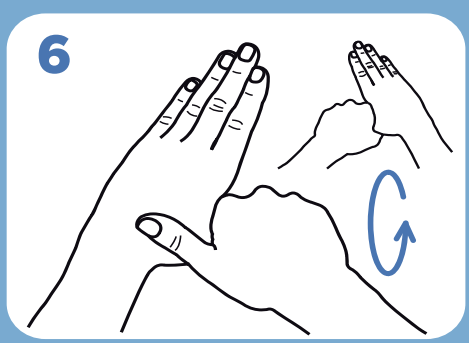
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



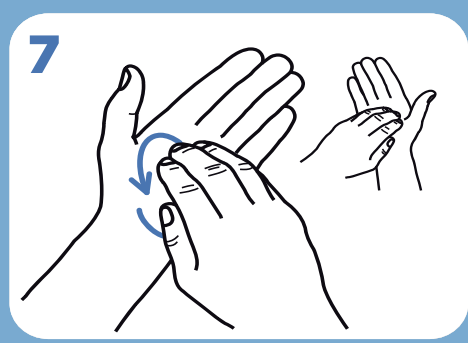
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



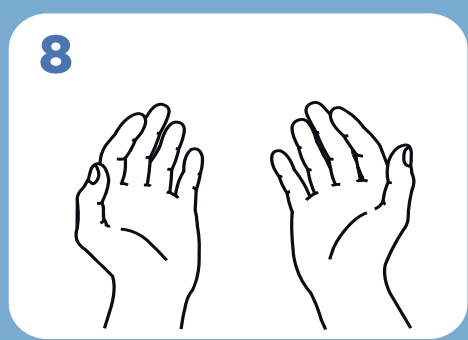
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

fonte: World Health Organization

Resta sempre aggiornato su: salutelazio.it

Rete scuole che promuovono salute

SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE

ASL ROMA 1

REGIONE LAZIO

CORONAVIRUS

INSIEME PER RIPARTIRE SICURI

INFORMAZIONI PER I GENITORI DEGLI ALUNNI

Prima di andare a scuola

Controlla lo stato di salute di tuo figlio, accertandoti che non abbia **i seguenti sintomi:**

- **tosse**
- **mal di gola**
- **raffreddore**
- **mal di testa**
- **diarrea**
- **vomito o dolori muscolari**

Se tuo figlio ha almeno uno di questi sintomi, non può andare a scuola

Misura la febbre di tuo figlio tutte le mattine
In caso di **febbre** non può andare a scuola e occorre chiamare il Pediatra di libera scelta.

Immuni

Se non lo hai già fatto scarica **l'App immuni** per facilitare il tracciamento dei contatti

IMPORTANTE

Cosa comunicare alla scuola

- comunica sempre le **assenze del bambino per motivi sanitari** (anche se non legati al Covid-19)
- se tuo figlio è stato **dichiarato "contatto stretto"** di una persona positiva al Covid-19 dal Servizio di Igiene della tua Asl, non può andare a scuola; in questo caso, **segui le disposizioni del pediatra per la quarantena e avverti il referente scolastico Covid-19** indicato dalla scuola
- comunica alla scuola quali persone contattare in caso tuo figlio manifesti sintomi di malessere a scuola: Nomi, Cognomi, telefoni fissi o cellulari, luoghi di lavoro, ogni ulteriore informazione utile

Dai il buon esempio e aiuta tuo figlio a seguire i corretti comportamenti

Lavare le mani correttamente e frequentemente

Mantenere la distanza di sicurezza dagli altri di **almeno un metro**

Seguire le indicazioni della scuola sull'utilizzo della **mascherina**

Evitare gli **assembramenti**

Evitare contatti ravvicinati, strette di mano, baci e abbracci

Non scambiare le mascherine con i compagni

Evitare di scambiare con i compagni bottiglie d'acqua, penne e matite, libri ecc..

Evitare di toccare occhi, naso e bocca

Spiega a tuo figlio come seguire le norme igieniche in caso di starnuti o tosse

a. **coprire bocca e naso durante starnuti o tosse,** utilizzando i fazzoletti o, in mancanza d'altro, la piega del gomito
b. **eliminare il fazzoletto** di carta nel più vicino raccoglitore di rifiuti
c. praticare l'**igiene delle mani** subito dopo, con lavaggio o soluzione idroalcolica

Resta sempre aggiornato su: salutelazio.it

Rete scuole che promuovono salute

SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE

ASL ROMA 1

REGIONE LAZIO

CORONAVIRUS

INSIEME PER RIPARTIRE SICURI

INFORMAZIONI PER GLI STUDENTI

Prima di venire a scuola

Prima di uscire di casa controlla sempre il tuo stato di salute, accertandoti di non avere **i seguenti sintomi:**

- **tosse**
- **mal di gola**
- **raffreddore**
- **mal di testa**
- **diarrea**
- **vomito o dolori muscolari**

Se hai almeno uno di questi sintomi, non puoi andare a scuola

Misura la febbre tutte le mattine con l'aiuto di un adulto
In caso di **febbre** non puoi andare a scuola e occorre chiamare il Pediatra di libera scelta o il Medico di Medicina Generale

IMPORTANTE

Cosa comunicare alla scuola

- ricorda ai tuoi genitori o adulti di riferimento di comunicare sempre **assenze per motivi sanitari** (anche se non legati al Covid-19)
- se sei stato dichiarato **"contatto stretto"** di una persona positiva al Covid-19 dal Servizio di Igiene della tua Asl, non puoi andare a scuola; in questo caso, insieme ai tuoi genitori, **segui le disposizioni del medico per la quarantena e avverti il referente scolastico Covid-19** indicato dalla tua scuola

Segui tutte le precauzioni per proteggere te stesso e gli altri

Lava le mani correttamente e frequentemente

Evita contatti ravvicinati, strette di mano, baci e abbracci

Mantieni sempre la distanza di sicurezza dagli altri di **almeno un metro**

Non scambiare le mascherine con i compagni

Segui le indicazioni della tua scuola sull'utilizzo della **mascherina**

Non scambiare con i tuoi compagni bottiglie, penne e matite, libri ecc..

Evita ogni forma di **assembramento**

Evita di toccare occhi, naso e bocca

Segui le norme igieniche in caso di starnuti o tosse

a. **coprire bocca e naso durante starnuti o tosse,** utilizzando fazzoletti o, in mancanza d'altro, la piega del gomito
b. **eliminare il fazzoletto** di carta nel più vicino raccoglitore di rifiuti
c. praticare l'**igiene delle mani** subito dopo, con lavaggio o soluzione idroalcolica

Resta sempre aggiornato su: salutelazio.it

Rete scuole che promuovono salute

SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE

ASL ROMA 1

REGIONE LAZIO