

# Le scelte giuste ci proteggono



Limitare i contatti personali



Tenersi a distanza



Usare la mascherina



Lavarsi le mani

# LE SCELTE GIUSTE CI PROTEGGONO

In Ticino, come nei paesi confinanti e in tutta Europa, la diffusione del coronavirus è in continuo aumento. Perciò incontrare una persona che ne è portatrice è molto probabile. In questa situazione è sempre necessario rispettare rigorosamente le raccomandazioni di base (distanza, mascherina, igiene delle mani), meglio ancora è anticipare le occasioni di contagio ed evitarle.

Per ridurre la propria esposizione al virus, per quanto possibile, ognuno può limitare il numero di persone con cui entra in contatto quotidianamente. Oltre ad evitare le situazioni affollate e incontrollate, dobbiamo anche circoscrivere i contatti che oltrepassano la cerchia della famiglia che convive sotto lo stesso tetto.



## Limitare i contatti quotidiani

Limitiamo il numero di persone che incontriamo quotidianamente. Al di là delle situazioni obbligate, come quelle lavorative, scegliamo le persone con cui desideriamo mantenere contatti costanti e limitiamoci a quelli.



## Mantenere le distanze

La distanza tiene lontano il coronavirus. Salutiamoci mantenendo le distanze, evitiamo le strette di mano e i luoghi affollati.



## Mascherina sempre a portata di mano

La mascherina protegge noi stessi e chi ci sta vicino quando non possiamo mantenere la distanza. Sui mezzi di trasporto pubblico è obbligatoria, così come in tutti i luoghi pubblici al chiuso.



## Lavarsi frequentemente le mani

All'arrivo in ufficio, all'entrata e all'uscita di un negozio, non appena rientriamo a casa... Mantenere le mani accuratamente lavate è fondamentale per evitare la diffusione del virus.