



ALLEGATO 1 – ISTRUZIONI OPERATIVE PER I LAVORATORI A PROTEZIONE E PER IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL CORONAVIRUS

(da diffondere nelle strutture mediante affissione, via mail, ecc.)

Lavarsi le mani spesso e accuratamente con acqua e sapone per almeno 60 secondi, nonché dopo ogni occasione di contatto con superfici/oggetti in condivisione.

Qualora non vi sia la possibilità di utilizzare acqua e sapone, utilizzare i disinfettanti per mani messi a disposizione.

Si raccomanda il lavaggio delle mani dopo ogni occasione di contatto con superfici oggetti in condivisione.

Utilizzare le mascherine messe a disposizione:

- immediatamente nel caso si ravvedano sintomi influenzali (raffreddore, tosse ecc.), nelle more di raggiungere la propria abitazione;
- nel caso in cui, nello svolgimento dell'attività lavorativa, non si riesca a garantire il rispetto della distanza di sicurezza di 3 metri da altri soggetti (ciò dovrebbe riguardare solo alcune attività particolari e per il tempo strettamente necessario)

La mascherina aiuta a limitare la diffusione del virus ma deve essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene respiratoria e delle mani. Per l'impiego della mascherina devono essere rispettate le seguenti indicazioni:

- prima di indossare la mascherina, lavati le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica
- copri bocca e naso con la mascherina assicurandoti che sia integra e che aderisca bene al volto
- evita di toccare la mascherina mentre la indossi, se la tocchi, lavati le mani
- quando diventa umida, sostituiscila con una nuova e non riutilizzarla, in quanto maschere monouso
- toglila la mascherina prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina; gettala immediatamente in un sacchetto chiuso e lavati le mani.

Altro:

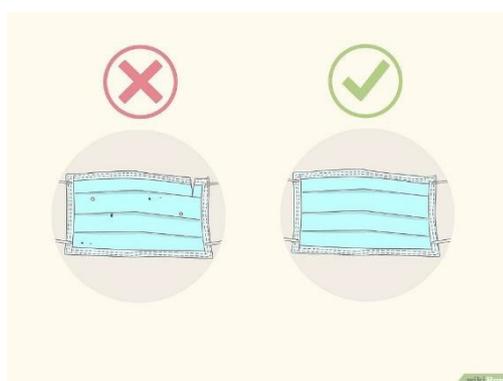
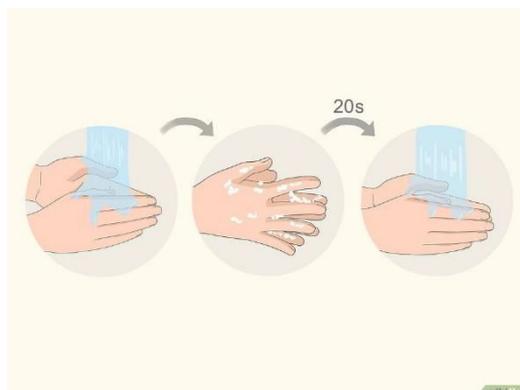
- Il lavoratore deve indossare una mascherina qualora dovessero comparire sintomatologie quali raffreddore, tosse, difficoltà respiratoria o febbre; in tal caso deve recarsi immediatamente a casa.
- Prima di rimanerne sprovvisto, il lavoratore per cui non è possibile garantire le regole di distanziamento sociale sopra dette, deve avanzare al responsabile della struttura richiesta di mascherine.

ISTRUZIONI DETTAGLIATE PER L'USO DELLA MASCHERINA¹

COME INDOSSARE UNA MASCHERINA

Pulisciti le mani. Prima di toccare una mascherina medica pulita, lava con cura le mani con acqua e sapone.

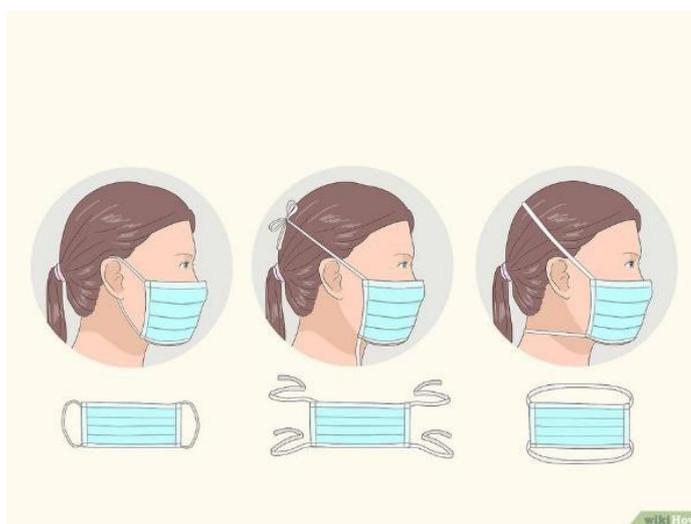
Una volta applicato il sapone sulle mani bagnate, dovresti massaggiarle una contro l'altra per almeno una ventina di secondi prima di risciacquarle.



Controlla la mascherina. Una volta che hai preso una mascherina dalla sua confezione, verifica che non ci siano difetti e che non siano presenti buchi o strappi nel materiale. Se la mascherina è difettosa, buttala via e prendine una nuova

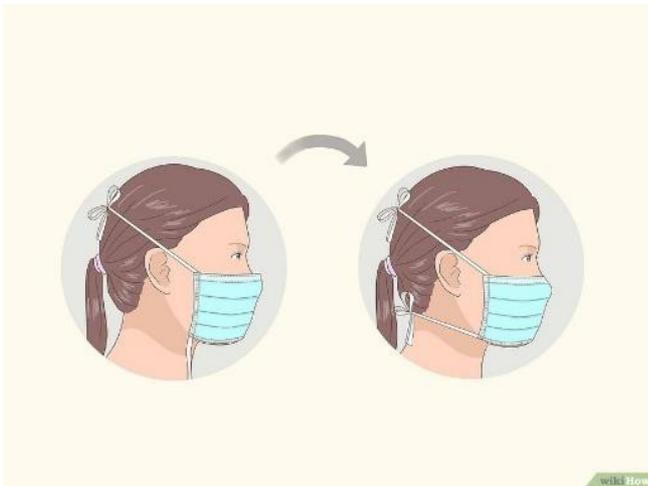
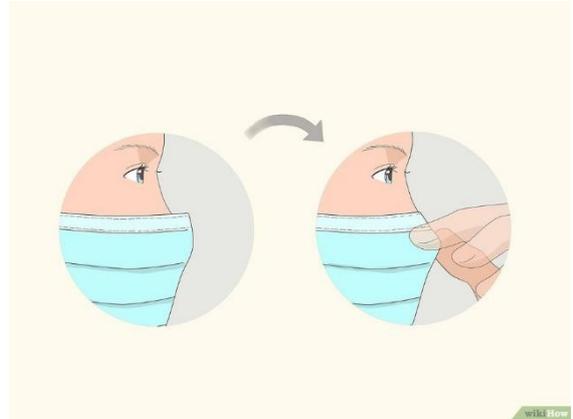
Mettere la mascherina sul viso. Esistono molti tipi di mascherina, ciascuno con modalità di applicazione diverse.

- Anelli alle orecchie - alcune mascherine hanno due anelli, uno su ogni lato. Sono solitamente realizzati con un materiale elastico in maniera che possano essere tirati. Prendi questo tipo di mascherina per gli anelli, mettile uno intorno a un orecchio e poi metti il secondo sull'altro orecchio.
- Lacci o cinghie - alcune mascherine hanno dei pezzi di tessuto che vanno legati dietro la testa. Spesso hanno dei lacci o cinghie sia sulla parte superiore sia su quella inferiore. Prendi la mascherina dai lacci presenti sulla parte superiore, portali dietro la testa e legali insieme con un fiocco.
- Fasce elastiche - alcune mascherine hanno due fasce elastiche che vanno applicate intorno alla testa e alla nuca (invece che alle orecchie). Tieni la mascherina davanti al viso, tira la fascia superiore e mettila intorno alla parte superiore della testa. Tira poi la fascia inferiore sulla testa e sistemala alla base della nuca.



¹ Immagini e indicazioni estratte dal sito WikiHow <https://www.wikihow.it/Indossare-una-Mascherina-Medica>

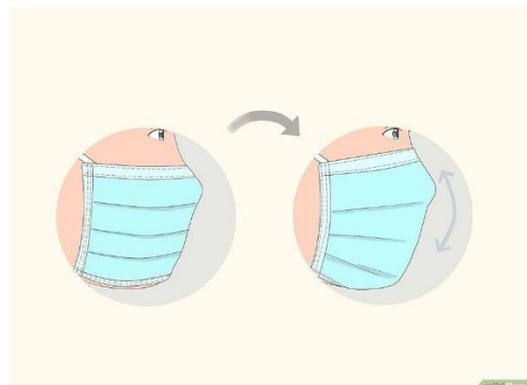
Sistema la parte sul naso. Una volta messa in posizione sulla testa e sul viso, usa indice e pollice per stringere la porzione flessibile del bordo superiore della mascherina intorno al ponte del naso.



Annoda la fascia inferiore della mascherina, se necessario. Se stai usando una mascherina con le fasce che si legano sopra e sotto, puoi adesso annodare quello inferiore intorno alla nuca. Dal momento che sistemare la parte flessibile sul naso può influenzare la maniera in cui la mascherina aderisce al viso, è meglio assicurare prima quella parte e poi legare le fasce del lato inferiore

Se hai già legato le fasce della parte inferiore, potrebbe essere necessario riannodarle più saldamente se necessario.

Sistema la mascherina sul viso e sotto il mento. Una volta stabilizzata, sistemala per assicurarti che copra viso, bocca e anche che il bordo inferiore sia sotto il mento.



COME TOGLIERE LA MASCHERINA

Pulisciti le mani.

Rimuovi la mascherina con cautela. In generale, togli la mascherina toccando solamente i bordi, i lacci, gli anelli o le fasce. Evita di toccare la parte anteriore della mascherina, in quanto potrebbe essere contaminata.

- Anelli alle orecchie - usa le mani per tenere gli anelli e rimuovili da ciascun orecchio;
- Lacci o cinghie - slega prima i lacci del lato inferiore e poi quelli del lato superiore. Rimuovi la mascherina tenendo i lacci del lato superiore;
- Fasce elastiche - usa le mani per portare la fascia inferiore sulla testa, quindi fai la stessa cosa con la fascia elastica superiore. Rimuovi la mascherina dal viso mentre tieni la fascia elastica del lato superiore.



Butta la mascherina rispettando le norme di sicurezza. Le mascherine sono disegnate per essere usate solo una volta. Di conseguenza, quando le togli, gettala immediatamente nella spazzatura.

Nel caso di mascherine FP2 possono essere utilizzate per un periodo di 3 giorni.