CONSORZIO INTERCOMUNALE SERVIZI SOCIALI PINEROLO

Tel.: 0121 325001 Fax: 0121 3250199
Email: ciss@cisspinerolo.it Posta certificata: cisspinerolo@cert.dag.it

Piano operativo specifico della procedura concorsuale

Ai sensi del Protocollo di svolgimento dei concorsi pubblici di cui all'articolo 1, comma 10, lettera z), del Decreto del Presidente del Consiglio dei ministri 14 gennaio 2021

Indicazioni per lo svolgimento di Concorsi Pubblici

per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus Covid-19 negli ambienti di lavoro

Sede legale:

C.I.S.S. Consorzio Intercomunale Servizi Sociali Pinerolo

Via Montebello, 39 – 10064 PINEROLO (TO)

1. PREMESSA

Il presente documento ha lo scopo di **informare i lavoratori dipendenti del C.I.S.S. e i candidati che svolgeranno le prove legate ai Concorsi Pubblici** in merito alle misure da adottare per il contenimento dell'epidemia da Covid-19 in corso.

Il presente documento contiene le indicazioni circa gli adempimenti necessari per una corretta gestione ed organizzazione dei concorsi in conformità al **Protocollo di svolgimento dei concorsi pubblici di cui all'articolo 1, comma 10, lettera z), del Decreto del Presidente del Consiglio dei ministri 14 gennaio 2021.**

Tale documento costituisce il Piano operativo di cui al suddetto Protocollo e viene reso disponibile, sulla pagina web dedicata alla procedura concorsuale entro 5 giorni dallo svolgimento della prova.

2. REQUISITI DELL'AREA CONCORSUALE

I luoghi per lo svolgimento dei concorsi dispongono delle seguenti caratteristiche:

• disponibilità di una adeguata viabilità e di trasporto pubblico locale, trattandosi di locali situati nella Città di Pinerolo;

• dotazione di ingressi riservati ai candidati, distinti e separati tra loro per consentirne il diradamento, in entrata e in uscita dall'area;

• disponibilità aree riservate al parcheggio dei candidati con particolari esigenze (portatori di handicap, immunodepressi, etc.);

• disponibilità di sufficiente area interna con adeguata areazione naturale (compatibilmente con le condizioni climatiche esterne);

• disponibilità di un locale autonomo e isolato, ubicato prima dell'accesso alle aule concorso dei candidati, ove realizzare il servizio sanitario di pre-triage ovvero accogliere e isolare i soggetti sintomatici, raggiungibile attraverso un percorso separato ed isolato da quello dei candidati diretti alle aule concorso, per evitare la diffusione del contagio e garantire la privacy del soggetto a rischio, rinviando a quanto detto sopra per la descrizione delle finalità e dell'operatività del pre-triage e della necessità di garantire l'accoglienza e l'isolamento dei predetti soggetti.

Le aule concorso saranno dotate di postazioni operative costituite da scrittoio e sedia posizionate a una distanza, in tutte le direzioni, di **almeno 2 metri l'una dall'altra**, di modo che ad ogni candidato venga garantita **un'area di 4 mq**.

3. INDICAZIONI IN MATERIA DI SALUTE E SICUREZZA

La norma subordina lo svolgimento "in presenza" delle prove selettive delle **procedure concorsuali bandite dalle amministrazioni pubbliche e limitate alla presenza di 30 candidati** (in sede o per sessione).

Le sessioni concorsuali saranno limitate pertanto alle **30 unità, per un massimo di 2 sessioni giornaliere,** non consecutive e separate temporalmente dal tempo necessario al completo deflusso dei candidati e alle operazioni di pulizia.

ACCESSO ALL'AREA DEL CONCORSO

- Tutti i candidati dovranno presentarsi da soli e senza alcun tipo di bagaglio.
- I candidati **non dovranno presentarsi presso la sede se affetti da uno o più dei seguenti sintomi**:

a) temperatura superiore a 37,5°C e brividi;

b) tosse di recente comparsa;

c) difficoltà respiratoria;

d) perdita improvvisa dell'olfatto (anosmia) o diminuzione dell'olfatto (iposmia), perdita del gusto (ageusia) o alterazione del gusto (disgeusia);

e) mal di gola.

- I candidati **non dovranno presentarsi presso la sede concorsuale se sottoposti alla misura della quarantena o isolamento domiciliare fiduciario** e/o al divieto di allontanamento dalla propria dimora/abitazione come misura di prevenzione della diffusione del contagio da COVID – 19.

- I candidati dovranno presentare all'atto dell'ingresso nell'area concorsuale un **referto relativo ad un test antigenico rapido o molecolare**, effettuato mediante tampone oro/rino-faringeo* presso una struttura pubblica o privata accreditata/autorizzata in data non antecedente a 48 ore dalla data di svolgimento delle prove.

* Tale indicazione ha carattere facoltativo nel caso di procedure concorsuali interamente riservate al personale interno dell'amministrazione organizzatrice, che ne potrà valutare l'utilità nel contesto delle misure datoriali generali adottate per la prevenzione del contagio da COVID – 19 sul luogo di lavoro.

- Tutti i candidati verranno sottoposti al **rilievo della temperatura** corporea prima dell'ingresso in struttura, con temoscanner, o con termometri manuali che permettano la misurazione automatica.

Le persone che presentano una **temperatura maggiore ai 37,5° o sintomi correlati all'infezione da Covid-19** dovranno **allontanarsi** e non sarà loro consentito fare ingresso nella struttura.

- L'ingresso in struttura dovrà avvenire in modo ordinato, mantenendo costantemente la **distanza interpersonale di almeno m. 2,00**.. gli ingressi e le uscite saranno organizzate in modo da garantire il **senso unico del flusso**.

- I candidati dovranno indossare per tutta la durata delle prove la **mascherina** (almeno **chirurgica**, non è consentito l'utilizzo di mascherine di comunità). L'Amministrazione metterà a disposizione alcune mascherine chirurgiche da fornire esclusivamente a chi dovesse esserne sprovvisto.

- Gli **operatori di vigilanza e addetti all'organizzazione** e all'identificazione dei candidati nonché i componenti delle commissioni esaminatrici devono essere muniti di **facciali filtranti FFP2/FFP3** privi di valvola di espirazione. Non è necessario l'utilizzo dei guanti per il personale addetto alla identificazione dei candidati, bensì una **frequente ed accurata igienizzazione delle mani.**

- In tutta l'area concorsuale, particolarmente nelle aree antistanti l'aula concorsuale e i servizi igienici, verranno resi disponibili, in numero adeguato, **dispenser con soluzione idroalcolica per le mani**.

- I candidati dovranno compilare un'**autocertificazione** scaricabile dal link contenente gli avvisi ai candidati oppure che verrà resa disponibile il giorno della PROVA.

ACCESSO ALLA POSTAZIONE PER IL RICONOSCIMENTO

- I candidati dovranno presentarsi presso la **postazione per il riconoscimento**:

  - la postazione sarà dotata di **barriera in plexiglass**, con finestra per il passaggio dei documenti, sarà inoltre presente una **bandella a terra** per la delimitazione della distanza da mantenere;

- il candidato si presenterà davanti alla postazione per l'espletamento delle pratiche, dovrà provvedere ad **igienizzarsi le mani** mediante l'igienizzante contenuto negli appositi dispenser disponibili, e **indossare la mascherina**, che potrà **abbassare solo al momento del riconoscimento** della persona.

- La consegna e il ritiro di materiale o documentazione relativa alle prove non deve avvenire brevi manu ma mediante **deposito e consegna su un apposito piano di appoggio**.

ACCESSO ALLE POSTAZIONI PER LO SVOLGIMENTO DELLA PROVA

- I candidati si dirigeranno **uno per volta in modo ordinato presso i posti liberi e non contrassegnati** (posti alterni in modo tale da garantire il distanziamento) e comunque secondo le **indicazioni impartite dal personale addetto** al corretto svolgimento della prova concorsuale.
- Le postazioni operative saranno costituite da scrittoio e sedia posizionate a una distanza, in tutte le direzioni, di almeno **2 metri l'una dall'altra**, di modo che ad ogni candidato venga garantita **un'area di 4 mq**.

La disposizione dei candidati rispetterà il **criterio della fila** (contrassegnata da lettera o numero) lungo un asse preventivamente prescelto.

- I candidati, una volta raggiunta la postazione loro assegnata, dovranno rimanere **seduti per tutto il periodo antecedente alla prova, quello della prova stessa e dopo la consegna dell'elaborato** finché non saranno autorizzati all'uscita. Durante l'orario d'esame sarà permesso l'allontanamento dalla propria postazione esclusivamente per recarsi ai servizi igienici o per altri motivi indifferibili.
- Durante le attività verrà mantenuto il **costante ricambio d'aria** mediante apertura di porte e finestre.

SVOLGIMENTO DELLA PROVA

- Per l'intera durata della prova i candidati devono **obbligatoriamente mantenere la mascherina chirurgica**.
- Sarà **vietato il consumo di alimenti a eccezione delle bevande**, di cui i candidati potranno munirsi preventivamente.
- Per le prove svolte in formato tradizionale, i fogli per la stesura dei compiti saranno distribuiti direttamente al posto di ognuno dei partecipanti dal personale addetto; l'eventuale traccia della prova sarà comunicata verbalmente tramite altoparlante e la consegna degli elaborati sarà effettuata da ogni partecipante che ne segnali il compimento, previa autorizzazione da parte del personale addetto o dei membri della commissione esaminatrice.
- Durante le prove gli **addetti al controllo** dovranno sempre essere muniti di **facciale filtrante**, circolare solo nelle aree e nei percorsi indicati ed **evitare di permanere in prossimità dei candidati a distanze inferiori a 1 metro**.

USCITA AL TERMINE DELLA PROVA

- Al termine delle attività gli utenti dovranno **recarsi verso la porta in modo ordinato** e mantenendo il **distanziamento interpersonale**.
- I candidati saranno invitati all'uscita per singola fila in tempi distanziati tra loro al fine di **evitare gli assembramenti**.
- Per ogni fila e per tutta la lunghezza delle sarà applicata apposita segnaletica orizzontale o verticale, al fine di facilitare l'osservanza del mantenimento costante della distanza interpersonale di sicurezza. La procedura di deflusso dei candidati

dalle aule concorsi verrà gestita scaglionando, in maniera ordinata, e invitando all'uscita i candidati ordinandoli per singola fila, progressivamente. Sarà prioritariamente garantito il deflusso dei candidati con disabilità e delle donne in stato di gravidanza. L'esodo dei restanti candidati dovrà essere espletato in maniera ordinata al fine di garantire la **distanza interpersonale tra i candidati di almeno m. 2,00**.

- Al termine delle prove i locali verranno **igienizzati e sanificati** (con particolare attenzione ai **banchi e alle parti a contatto manuale**) e verrà garantito il **ricambio d'aria**, prima dello svolgimento della sessione successiva.

MISURE GENERALI

Si ricordano sotto le buone prassi da seguire per limitare il contagio da Covid-19:

- **Lavarsi spesso le mani** con il sapone per almeno 40 secondi, frizionando bene i palmi, i polsi, gli spazi tra le dita o utilizzare un gel igienizzante idroalcolico.
- Mantenere il **distanziamento sociale**.
- **Evitare di toccarsi occhi, naso e bocca**.
- **Evitare le strette di mano e gli abbracci** al fine di mantenere la distanza interpersonale di almeno un metro.
- Prediligere i mezzi individuali per gli spostamenti e, quando non possibile, ricordarsi di igienizzare le mani all'ingresso e all'uscita del mezzo.
- Indossare la **mascherina** e mantenere le **distanze**.
- Misurarsi la temperatura corporea e in caso di febbre (37.5°C), restare a casa ed avvisare il proprio medico curante.
- **Non recarsi presso la struttura in presenza di sintomi quali assenza di gusto, assenza di olfatto, febbre, difficoltà respiratorie, tosse, congiuntivite, vomito, diarrea, inappetenza. Restare a casa ed avvisare il proprio medico curante.**

4. PULIZIA E SANIFICAZIONE

Nell'area concorsuale verrà assicurata:

• la **bonifica preliminare** dell'area concorsuale nel suo complesso valida per l'intera durata della sessione/i giornaliera/e;

• la **pulizia giornaliera**;

• la **sanificazione e disinfezione, tra una sessione e l'altra e al termine delle stesse**, delle aule concorso e delle postazioni dei candidati, ivi comprese le postazioni informatiche dei, locali, degli ambienti, degli arredi, delle maniglie;

• la **pulizia, sanificazione e disinfezione dei servizi igienici** da effettuarsi con personale qualificato in presidio permanente, dotato di idonei prodotti; all'interno degli stessi dovrà essere sempre garantito sapone liquido, igienizzante, salviette e pattumiere chiuse con apertura a pedale. I servizi igienici dovranno essere costantemente presidiati e costantemente puliti e sanificati, ovvero dopo ogni singolo utilizzo. L'accesso dei candidati dovrà essere limitato dal personale addetto, al fine di evitare sovraffollamenti all'interno dei suddetti locali.

5. NUMERI UTILI

- Per **sintomi leggeri**, quali febbre, tosse secca, mal di gola, sospetto di aver contratto il COVID-19 contattare **il proprio Medico curante, la Guardia Medica**.

- Per **informazioni generiche sul COVID-19** e sui comportamenti di prevenzione comporre il numero regionale **800.19.20.20** (operativo tutti i giorni dalle 08.00 alle 22.00) o nazionale **1500**.

Per **emergenze sanitarie** e in caso di **difficoltà respiratorie** comporre il **112**.

- Per **emergenze di qualsiasi altro tipo** (incendio, infortuni sul lavoro) è necessario contattare il **112:**

- Soccorso Sanitario
- Corpo Nazionale Vigili del Fuoco
- Carabinieri
- Polizia di Stato

CONSORZIO INTERCOMUNALE SERVIZI SOCIALI PINEROLO

Tel.: 0121 325001 Fax: 0121 3250199
Email: ciss@cisspinerolo.it Posta certificata: cisspinerolo@cert.dag.it

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



VIETATO L'ACCESSO A PERSONE CON SINTOMI SIMIL-INFLUENZALI

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



EVITARE IL CONTATTO

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



DISTANZIARSI DI ALMENO UN METRO

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



DISINFETTARSI LE MANI



PER L'INGRESSO È OBBLIGATORIO INDOSSARE LA MASCHERINA

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



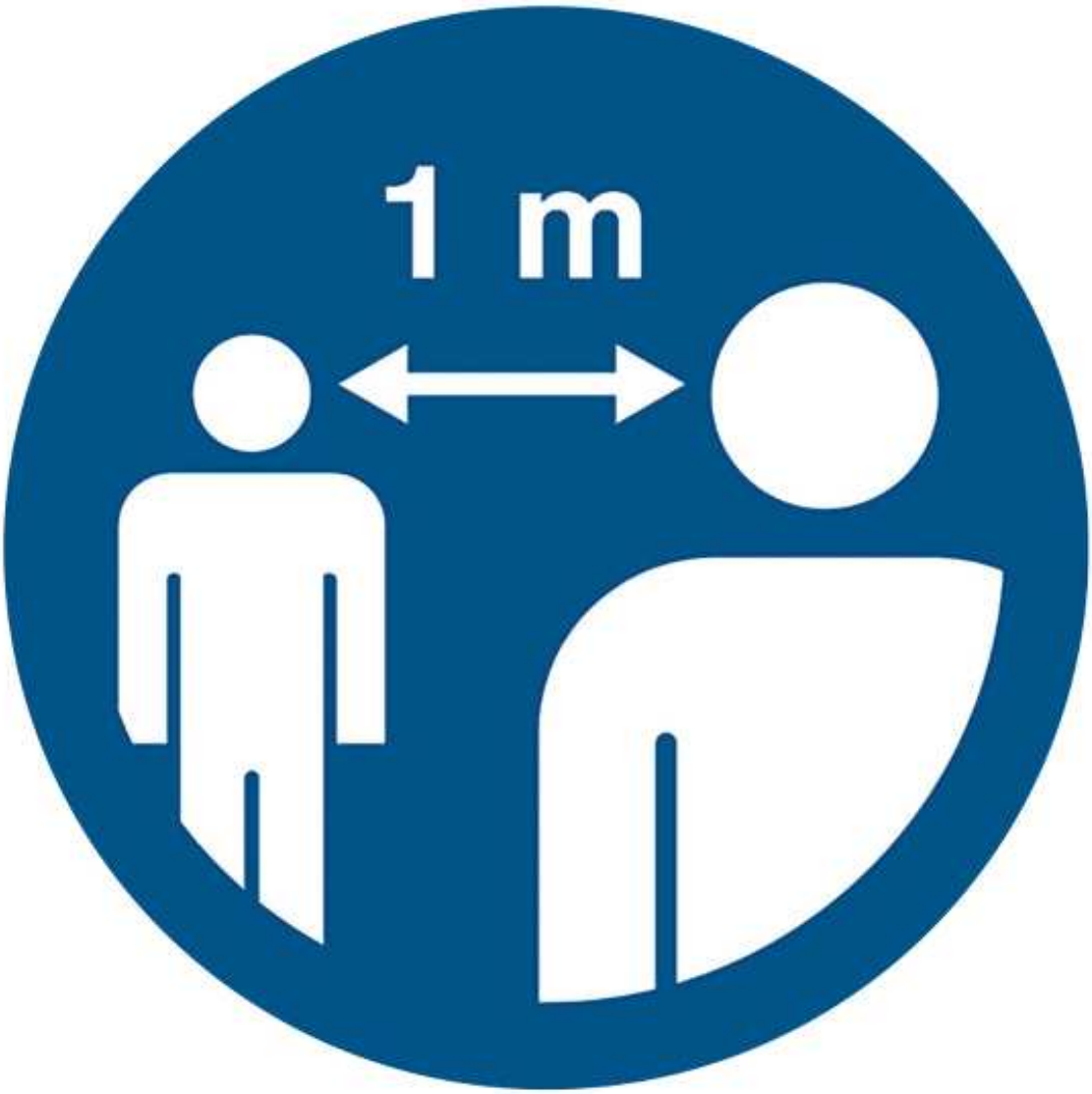
VIETATO L'ACCESSO A PERSONE CON SINTOMI SIMIL-INFLUENZALI

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



EVITARE IL CONTATTO

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



DISTANZIARSI DI ALMENO UN METRO

PIANO ANTI-CONTAGIO COVID-19



DISINFETTARSI LE MANI



PER L'INGRESSO È OBBLIGATORIO INDOSSARE LA MASCHERINA

NUOVO CORONAVIRUS
Dieci comportamenti da seguire

1. Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica
2. Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
3. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
4. Copri bocca e naso con fazzoletti monouso quando starnutisci o tossisci. Se non hai un fazzoletto usa la piega del gomito
5. Non prendere farmaci antivirali né antibiotici senza la prescrizione del medico
6. Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
7. Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o se assisti persone malate
8. I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi
9. Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus
10. In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso, chiama il tuo medico di famiglia e segui le sue indicazioni

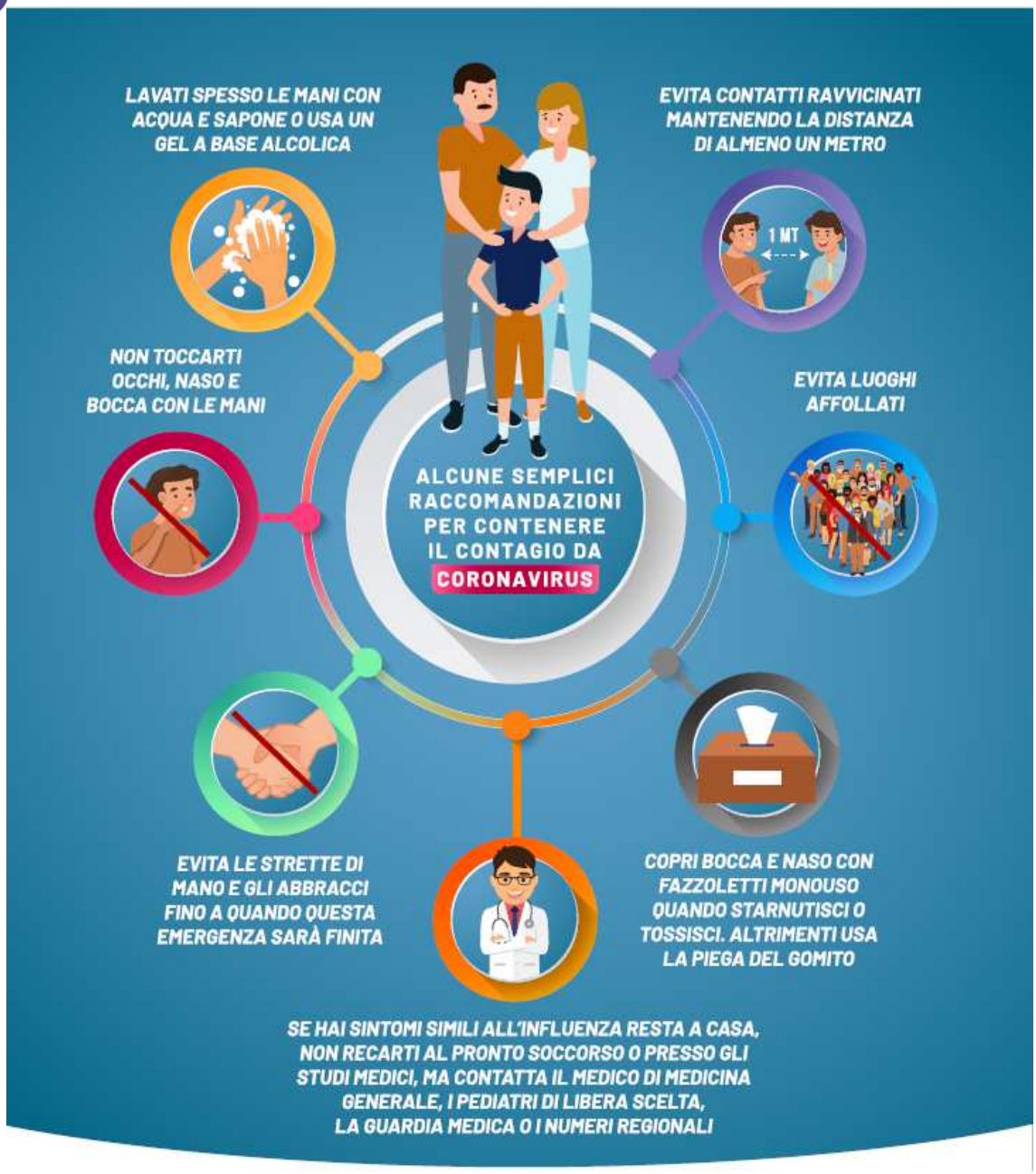
Ultimo aggiornamento 24 FEBBRAIO 2020

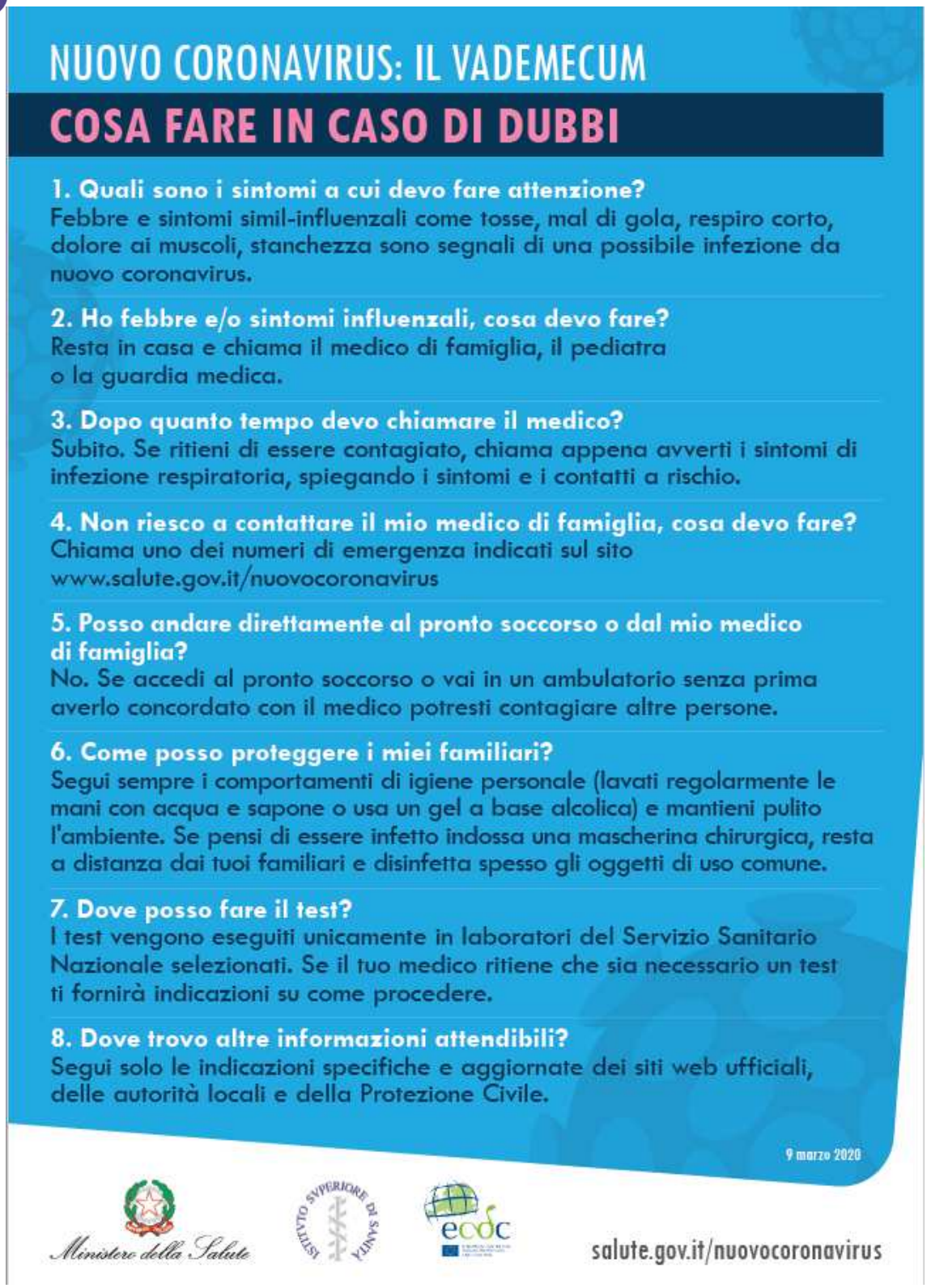
Ministero della Salute

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

www.salute.gov.it

Hanno aderito: Conferenza Permanente per i rapporti tra lo Stato, le Regioni e le Province Autonome di Trento e Bolzano, Fimmg, FNOMCeO, Amcli, Anipio, Anmdo, Assofarm, Card, Fadoi, FederFarma, Fnopi, Fnopo, Federazione Nazionale Ordini Tsrm Pstrp, Fnovi, Fofi, Simg, Sifo, Sim, Simit, Simpios, SIPMeL, Siti


LAVATI SPESSO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA
EVITA CONTATTI RAVVICINATI MANTENENDO LA DISTANZA DI ALMENO UN METRO
1 MT
NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI
EVITA LUOGHI AFFOLLATI
ALCUNE SEMPLICI RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO DA CORONAVIRUS
EVITA LE STRETTE DI MANO E GLI ABBRACCI FINO A QUANDO QUESTA EMERGENZA SARÀ FINITA
COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI. ALTRIMENTI USA LA PIEGA DEL GOMITO
SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA, NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA, LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI
PROTEZIONE CIVILE
SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS
Ministero della Salute


NUOVO CORONAVIRUS: IL VADEMECUM
COSA FARE IN CASO DI DUBBI
1. Quali sono i sintomi a cui devo fare attenzione?
Febbre e sintomi simil-influenzali come tosse, mal di gola, respiro corto, dolore ai muscoli, stanchezza sono segnali di una possibile infezione da nuovo coronavirus.
2. Ho febbre e/o sintomi influenzali, cosa devo fare?
Resta in casa e chiama il medico di famiglia, il pediatra o la guardia medica.
3. Dopo quanto tempo devo chiamare il medico?
Subito. Se ritieni di essere contagiato, chiama appena avverti i sintomi di infezione respiratoria, spiegando i sintomi e i contatti a rischio.
4. Non riesco a contattare il mio medico di famiglia, cosa devo fare?
Chiama uno dei numeri di emergenza indicati sul sito www.salute.gov.it/nuovocoronavirus
5. Posso andare direttamente al pronto soccorso o dal mio medico di famiglia?
No. Se accedi al pronto soccorso o vai in un ambulatorio senza prima averlo concordato con il medico potresti contagiare altre persone.
6. Come posso proteggere i miei familiari?
Segui sempre i comportamenti di igiene personale (lavati regolarmente le mani con acqua e sapone o usa un gel a base alcolica) e mantieni pulito l'ambiente. Se pensi di essere infetto indossa una mascherina chirurgica, resta a distanza dai tuoi familiari e disinfetta spesso gli oggetti di uso comune.
7. Dove posso fare il test?
I test vengono eseguiti unicamente in laboratori del Servizio Sanitario Nazionale selezionati. Se il tuo medico ritiene che sia necessario un test ti fornirà indicazioni su come procedere.
8. Dove trovo altre informazioni attendibili?
Segui solo le indicazioni specifiche e aggiornate dei siti web ufficiali, delle autorità locali e della Protezione Civile.
9 marzo 2020
Ministero della Salute
ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ
ecdc
salute.gov.it/nuovocoronavirus

Lavare frequentemente
le mani è importante,
soprattutto quando trascorri
molto tempo fuori casa,
in luoghi pubblici.
Il lavaggio delle mani
è particolarmente importante
in alcune situazioni, ad esempio:

PRIMA DI

- mangiare
- maneggiare o consumare alimenti
- somministrare farmaci
- medicare o toccare una ferita
- applicare o rimuovere le lenti a contatto
- usare il bagno
- cambiare un pannolino
- toccare un ammalato

DOPO

- aver tossito, starnutito o soffiato il naso
- essere stati a stretto contatto con persone ammalate
- essere stati a contatto con animali
- aver usato il bagno
- aver cambiato un pannolino
- aver toccato cibo crudo, in particolare carne, pesce, pollame e uova
- aver maneggiato spazzatura
- aver usato un telefono pubblico, maneggiato soldi, ecc.
- aver usato un mezzo di trasporto (bus, taxi, auto, ecc.)
- aver soggiornato in luoghi molto affollati, come palestre, sale da aspetto di ferrovie, aeroporti, cinema, ecc.

Il lavaggio delle mani ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso una azione meccanica.
Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone.
In assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (hand sanitizers), a base alcolica. Si ricorda che una corretta igiene delle mani richiede che si dedichi a questa operazione non meno di 40-60 secondi se si è optato per il lavaggio con acqua e sapone e non meno di 30-40 secondi se invece si è optato per l'uso di igienizzanti a base alcolica.
Questi prodotti vanno usati quando le mani sono asciutte, altrimenti non sono efficaci.
Se si usano frequentemente possono provocare secchezza della cute.
In commercio esistono presidi medico-chirurgici e biocidi autorizzati con azione battericida, ma bisogna fare attenzione a non abusarne.
L'uso prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di questi prodotti, aumentando il rischio di infezioni.

Ministero della Salute

Previeni le infezioni con il corretto lavaggio delle mani



Ministero della Salute
Direzione generale della comunicazione e dei rapporti europei e internazionali
Ufficio 2
stampa
Centro Stampa Ministero della Salute
Finito di stampare nel mese di gennaio 2020
www.salute.gov.it

con acqua e sapone

occorrono 60 secondi



1. Bagna bene le mani con l'acqua
2. Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
3. Friziona bene le mani palmo contro palmo
4. Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
5. Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
6. Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
7. Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
8. Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
9. Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
10. Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua
11. Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso
12. Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

1. Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
2. Friziona le mani palmo contro palmo
3. Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
4. Friziona bene palmo contro palmo
5. Friziona bene i dorsi delle mani con le dita
6. Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
7. Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
8. Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
9. Una volta asciutte le tue mani sono pulite

con la soluzione alcolica

occorrono 30 secondi



Allegato 4

Misure igienico-sanitarie:

a) lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani;

b) evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute;

c) evitare abbracci e strette di mano;

d) mantenere, nei contatti sociali, di una distanza interpersonale di almeno un metro;

e) praticare l'igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);

f) evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;

g) non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;

h) coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;

i) non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;

l) pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.