



COME EVITARLO, COME GESTIRLO



STOP ALLA PANDEMIA. INSIEME!

ICARE assieme al GrIS Emilia Romagna ti invitano a contrastare la pandemia utilizzando tutti i mezzi a disposizione.

Per interrompere la diffusione del virus è importante usare tutti gli **strumenti di prevenzione disponibili** quali:

- uso corretto della mascherina
- igiene regolare delle mani
- distanziamento interpersonale di almeno 1 metro

I vaccini

Aiutano il sistema immunitario a riconoscere e bloccare il virus che causa il COVID-19, impedendogli di moltiplicarsi nel nostro corpo.

L'effetto dei vaccini sul nostro corpo è di mantenere in memoria gli anticorpi contro il COVID-19 il più a lungo possibile.

Ci sono diversi tipi di vaccini autorizzati in Europa: anche se agiscono in maniera diversa, tutti ti aiuteranno a proteggerti!

I vantaggi dei vaccini

- **Efficaci:** gli studi scientifici dimostrano che i vaccini anti-COVID-19 sono molto efficaci nell'evitare di sviluppare forme severe dell'infezione;
- **Gratuiti:** sono un diritto per tutti/e!

I vaccini non sono obbligatori, ma indispensabili per la protezione della maggioranza della popolazione.

PROTEGGERE TE STESSO E GLI ALTRI: LE COSE DA FARE



Tenere almeno
1 mt di distanza



Lavare spesso
le mani



Disinfettare
le maniglie e le
superfici

LE COSE DA NON FARE



NON creare
assembramenti



NON scambiarsi
strette di mano



NON starnutire
nel pugno



NON toccarsi il viso
con le mani



NON toccare la
parte esterna della
mascherina



NON abbassare
la mascherina
per parlare

COME METTERE CORRETTAMENTE LA MASCHERINA



Lava bene le mani



Indossa la mascherina con la parte colorata all'esterno e la parte metallica sul naso. Copri naso, bocca e mento



Toglila prendendola dagli elastici



Lavati la mani dopo averla tolta

SINTOMI DEL COVID-19



LIEVI

- febbre
- tosse
- stanchezza
- perdita di gusto/olfatto



MEDI

- mal di gola
- fastidio e dolori
- mal di testa
- diarrea
- occhi arrossati
- eruzione cutanea



GRAVI

- respiro corto
- difficoltà a respirare
- difficoltà a parlare
- stato confusionale
- difficoltà motoria
- dolore al petto

CHIAMA IL 118

SE SEI SOSPETTO COVID-19 O COVID-19 POSITIVO

STAI A CASA!

- Non andare al lavoro, a scuola o in luoghi pubblici
- Lava frequentemente le mani con acqua e sapone o con soluzioni a base di alcool
- Se possibile, stai in una stanza isolato/a con la porta chiusa, altrimenti indossa sempre la mascherina e mantieni la distanza dagli altri di 2 metri, apri spesso la finestra
- Se possibile, utilizza bagni separati. Se non è possibile, pulisci dopo ogni utilizzo con candeggina diluita
- Lavati bene le mani prima e dopo l'uso della toilette

INFORMA SUBITO IL TUO MEDICO CURANTE

COME PRENDERSI CURA DI UN MALATO COVID POSITIVO/SOSPETTO IN CASA

- Assicurati che stia a riposo, beva, mangi
- Metti sempre la mascherina quando ti avvicini
- Lava sempre le mani dopo aver avuto contatto con la persona malata o sospetta, con le sue stoviglie o i suoi vestiti
- Usa stoviglie riservate alla persona malata o sospetta e lavale con acqua calda e sapone
- Disinfetta tutti i giorni le superfici che la persona malata/sospetta può avere toccato
- Metti la biancheria della persona malata o sospetta in un sacchetto ben chiuso, in attesa di essere lavato
- Lava vestiti, asciugamani, lenzuola del malato o sospetto a 60° in lavatrice



RIMANI AGGIORNATO SULLE FONTI UFFICIALI

<https://vaccinocovid.regione.emilia-romagna.it>

<https://vaccinocovid.regione.emilia-romagna.it/come-prenotare>

<https://prenotavaccino.sanita.toscana.it/#/home>

<https://www.regione.toscana.it/-/vaccinazione-anti-covid-19>

<https://www.salutelazio.it/nuovo-coronavirus>

<https://prenotavaccino-covid.regione.lazio.it>

tracce.com

Capofila



Partner



ICARE INTEGRATION AND COMMUNITY CARE FOR ASYLUM AND REFUGEES IN EMERGENCY - HOME/2017/AMIF/AG/EMAS/0075

