



**Villongo, 15 Febbraio 2021**

**Alla cortese attenzione delle**

**Famiglie**

**residenti nei Comuni**

**dell' Ambito Distrettuale del**

**Monte Bronzone Basso Sebino**

Oggetto: comunicazione urgente

**Carissime famiglie del Basso Sebino,**

abbiamo ritenuto necessario rivolgerci direttamente a voi!!

Il perdurare dell'emergenza legata all'epidemia Covid e le notizie di nuovi contagi sul nostro territorio, gestiti adeguatamente dai servizi sanitari territoriali in modo da contenere possibili evoluzioni negative, **ci spingono a chiedervi di mantenere alta l'attenzione, a non trascurare sintomi che in altre circostanze potremmo definire banali e a non esporvi a inutili rischi con comportamenti che possono facilitare la trasmissione del virus.**

Consapevoli che è stato fatto sino a oggi un grande sforzo da parte di tutti, per non vanificarlo, ma anche per rispetto ai lutti e alle sofferenze che tante famiglie del nostro territorio hanno vissuto in



questi mesi, Vi chiediamo di continuare a rispettare le 3 regole che oramai da circa un anno ci stanno accompagnando nel quotidiano; nozioni semplici e fondamentali per evitare contagi, restrizioni, chiusure e per costruire, con il contributo di tutti, un presente ed un futuro più sereno:

1. **evitare assembramenti e tenere le distanze quando si è con altre persone.**
2. **tenere la mascherina ben indossata.**
3. **lavarsi le mani frequentemente.**

Confidiamo sul senso responsabilità e sull'aiuto da parte di tutti!

Vi ringraziamo per l'attenzione e la collaborazione.

Un caro saluto.

**I Sindaci dei 12**

**Comuni dell'Ambito Distrettuale**

**Monte Bronzone Basso Sebino**





**COVID-19  
#SICURI,  
IN CASA**

**L**a maggior parte dei contagi avviene tra le mura domestiche. Questo succede perché i bambini vanno a scuola, perché si va a fare la spesa, perché si va in ufficio. In tutti questi casi può accadere di essere contagiati, di essere asintomatici ma pur sempre contagiosi. Abbiamo sempre la possibilità di contrarre il virus e portarlo a casa. Tuteliamo i nostri familiari il più possibile. Come possiamo fare perché la nostra casa sia davvero il luogo più sicuro?

Proviamo a fare, anche in casa quello che ormai ci siamo abituati a fare per entrare nei locali pubblici, per andare a scuola o in ufficio. Le regole di igiene sono molto importanti ora per la situazione emergenziale, ma lo sono sempre, per ogni possibile agente infettivo di qualsiasi genere.

**PREVENIRE È SEMPRE UNA BUONA REGOLA PER TUTELARE CHI CI STA ACCANTO.**

### QUANDO ESCI DI CASA...

-  Misura la temperatura e controlla se hai sintomi influenzali. Se la temperatura è superiore ai 37,5 °C non uscire!  
**e vai a scuola...**
-  Non stare troppo vicino alle altre persone in attesa di entrare in classe

### QUANDO TORNI A CASA...

-  Evitare l'ascensore quando si può (fa bene alla salute!) e lasciarlo libero per chi ne ha bisogno. Qualora lo si debba utilizzare: meglio singolarmente; disinfettare le mani con detergente prima di premere i pulsanti
-  Togliere le scarpe e lasciale all'esterno, all'ingresso o sul balcone
-  Non posare giacche e cappotti sui letti e divani. Se si può lasciarli all'ingresso o sul balcone
-  Lavare subito le mani, con acqua e sapone per almeno 20 secondi
- da scuola...**
-  Non posare la cartella, la mascherina sui letti e divani
- dal supermercato...**
-  Svuotare le borse a terra e non appoggiarle su ripiani e tavoli. Dopo aver riposto la spesa, lavare nuovamente le mani

### QUANDO SEI IN CASA...

-  Lavarsi spesso le mani con acqua e sapone ed utilizzare gel solo in mancanza di questi
-  Mantenere una pulizia costante di pavimenti e superfici, con acqua e detergente seguita da disinfezione con prodotti a base di alcol (70%) o ipoclorito di sodio (0,1% cloro attivo). Leggere l'etichetta!
-  Arieggiare frequentemente gli ambienti, più volte al giorno anche per brevi periodi
-  Preferibilmente usare fazzoletti di carta per starnuti e colpi di tosse e buttarli subito nell'immondizia (non appoggiarli sul tavolo o su altre superfici). Lavarsi bene le mani dopo aver usato fazzoletti, con acqua e sapone e preferire questa modalità a gel disinfettanti. Non toccare fazzoletti usati da altri familiari; se succede lavarsi bene le mani con acqua e sapone
-  Usare biancheria personale per il bagno (salviette, asciugamani, etc) e mantenerle separate dagli altri. Evitare lo scambio di vestiti
-  Usare stoviglie personali e non scambiarsele durante il pasto (non bere dallo stesso bicchiere e non usare le stesse forchette)
-  Non usare gli stessi cuscini e non "sbattere" le lenzuola mentre si sistema il letto
-  Evitare lo scambio di telefoni. Igienizzare spesso telefoni e oggetti che vengono toccati (telecomandi, tablet, etc) con soluzioni alcoliche (70%)
-  Limita baci e abbracci in particolare con le persone fragili della famiglia. Tenere la mascherina in casa in presenza di soggetti fragili o sintomatici
-  In caso di sintomi, cercare di isolarsi subito dagli altri familiari e contattare il proprio medico

**e arriva una persona non convivente...**

-  Indossare tutti quanti la mascherina. Farli igienizzare le mani e invitarlo a indossare la mascherina per tutto il tempo in cui resta in casa

**E SE IN CASA C'È UN POSITIVO COVID...**

È importantissimo mantenere le regole ricevute da Ats Bergamo rispetto all'isolamento e le indicazioni del Ministero della Salute.



Sistema Socio Sanitario  
**Regione Lombardia**  
**ATS Bergamo**

ats-bg.it    