

Come utilizzare correttamente una mascherina igienica

In Svizzera, da maggio 2020, i negozi, mercati, musei, biblioteche e le scuole dell'obbligo (scuola dell'infanzia, elementare e secondaria) sono di nuovo aperti. In giugno 2020 potranno anche riaprire la maggior parte dei luoghi rimanenti. Tuttavia, la vita non è più come prima.

Viviamo tutti in una nuova normalità: bisogna impedire che il coronavirus ricominci a propagarsi in misura massiccia. In Svizzera, la popolazione deve pertanto continuare a rispettare le regole:

- Tutti devono continuare a tenersi a distanza dalle altre persone, idealmente più di 2 metri. Questo vale anche quando solo 2 persone sono insieme.

In certe situazioni, è raccomandato di indossare una mascherina che copre la bocca e il naso:

- Quando non potete mantenere la distanza di 2 metri dalle altre persone. Per esempio nei trasporti pubblici (bus, tram, treno).
- Quando vi trovate in un luogo dov'è obbligatorio indossare una mascherina. Per esempio dal parrucchiere.

Informazioni sulle mascherine

- Una mascherina non protegge dal contagio al coronavirus.
- Invece, una mascherina può impedire che una persona già infettata possa contagiare altre. (Il periodo tra il contagio e la comparsa della malattia è di 5 fino a 14 giorni. Una persona che sembra e si sente in buona salute può essere già malata).
- Le persone con la barba possono anche indossare una mascherina. L'importante è che bocca e naso siano coperti.
- Le persone che portano occhiali possono anche indossare una mascherina. In tal caso, la mascherina deve essere ben sagomata sull'osso nasale. Gli occhiali poggiano sopra la mascherina.
- I bambini non devono indossare la mascherina.

È importante che utilizziate la mascherina correttamente

1. Prima di indossare la mascherina e dopo averla rimossa, bisogna sempre lavarsi bene le mani.
2. Afferrare la mascherina per i lati, gli elastici o i lacci e tenerla davanti alla bocca e al naso. Il lato interno della mascherina è generalmente bianco e quello esterno di colore (per es. verde o blu). Se ce n'è una, la striscia metallica flessibile deve trovarsi in alto



3. Passare gli elastici dietro le orecchie o annodare i lacci dietro la testa. La mascherina deve aderire strettamente al viso.
4. Tirare la mascherina verso l'alto sopra l'osso nasale e verso il basso sotto il mento.
5. Se ce n'è una, modellare la striscia metallica per farla aderire bene al ponte nasale.
6. In questo modo, la mascherina è posizionata correttamente. Importante per chi porta gli occhiali: prima la mascherina, poi gli occhiali. Pizzo e barba possono diminuire l'efficacia della mascherina.
7. Mentre la indossate, evitate di toccare la mascherina.
8. La mascherina va cambiata quando l'aria espirata l'ha resa umida.
9. Dopo l'uso, la mascherina va tolta con cautela, afferrandola per gli elastici o i lacci.
10. Gettare la mascherina in un secchio della spazzatura subito dopo l'uso. Le mascherine usate non devono essere lasciate in giro.

