

CONSIGLI E COMPORTAMENTI DA SEGUIRE

Si raccomanda a tutte le **persone anziane** o affette da patologie croniche ed immunodepressive di

- **evitare di uscire di casa**, se non per stretta necessità;
- **evitare luoghi affollati**, nei quali non sia possibile
- **mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno un metro.**

Si invita ad osservare le seguenti

misure igienico-sanitarie

- lavarsi spesso le mani.**
- evitare il contatto ravvicinato con persone** che soffrono di infezioni respiratorie acute;
- evitare abbracci e strette di mano;**
- mantenimento, nei contatti sociali, di una **distanza interpersonale di almeno un metro;**
- igiene respiratoria (**starnutare e/o tossire in un fazzoletto** evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);
- evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;
- non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;**
- coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;**
- non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;**
- pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;
- usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate.



Città di TORTONA



Protezione Civile Tortona



CONSIGLI & SERVIZI

PER LA PREVENZIONE
E LA GESTIONE DI
COVID-19 CORONAVIRUS

Art. 2 del D.P.C.M. 04/03/2020

Cosa FARE

In caso di febbre alta - tosse -
raffreddore -difficoltà respiratorie
contatta **TELEFONICAMENTE**
il tuo medico di famiglia

In caso di sintomi o dubbi, rimani in
casa, non recarti al pronto soccorso
o presso gli studi medici, **CHIAMA**
AL TELEFONO il tuo medico di
famiglia o la guardia medica.
Oppure chiama il
numero verde regionale
800192020

In caso di necessità sanitarie urgenti
tra le ore 20 e le ore 8 del mattino
e nei giorni di sabato e domenica
contatta **TELEFONICAMENTE**
la Guardia Medica
al nr. 0131 865956

Per interventi di Pronto Soccorso
Contatta il nr. 112

Per informazioni di carattere
non sanitario, chiama
nr. verde regionale 800333444

Progetto SpesAnziani

Il Comune di Tortona, in collaborazione con SCNV, CISA, Protezione Civile comunale, Servizio Farmaceutico ASL AL, offre agli ANZIANI e alle persone sole la **possibilità di ordinare** telefonicamente **SPESA e FARMACI** indispensabili, **con consegna a domicilio**.

Chi può richiedere il servizio: persone anziane (oltre 65 anni), disabili o invalide, che vivono da sole e non hanno alcun supporto familiare;

Come richiedere il servizio: **telefonare al numero 0131864249 o 3669321149**, dal lunedì al venerdì, dalle ore 9.00 alle ore 11.00;

Come funziona il servizio:

- 1) la persona interessata prenota la propria spesa di prodotti di prima necessità e di farmaci indispensabili, una volta alla settimana;
- 2) operatori * ben identificabili raccolgono l'ordine al domicilio del richiedente;
- 3) il giorno successivo gli operatori consegnano la spesa al domicilio.

Quanto costa:
il servizio è gratuito.

*N.B. Gli operatori sono volontari comunali accreditati e OSS incaricati dal Cisa.
Per eventuali verifiche tel.0131.864229

