# Coronavirus: le regole per evitare il contagio e proteggere le persone care

**Autore:** Redazione

**Data:** 09 Marzo 2020

Il ministero della Salute, in collaborazione con la Protezione civile, ha creato un piccolo elenco di regole di comportamento da adottare per circoscrivere e **ridurre** la diffusione del Coronavirus. Si tratta di 7 “regole d’oro” che possono aiutarci a ridurre i contagi e vanno assolutamente seguite in ogni parte d’Italia.

1. Lavati spesso le mani con acqua e sapone e pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.

2. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani.

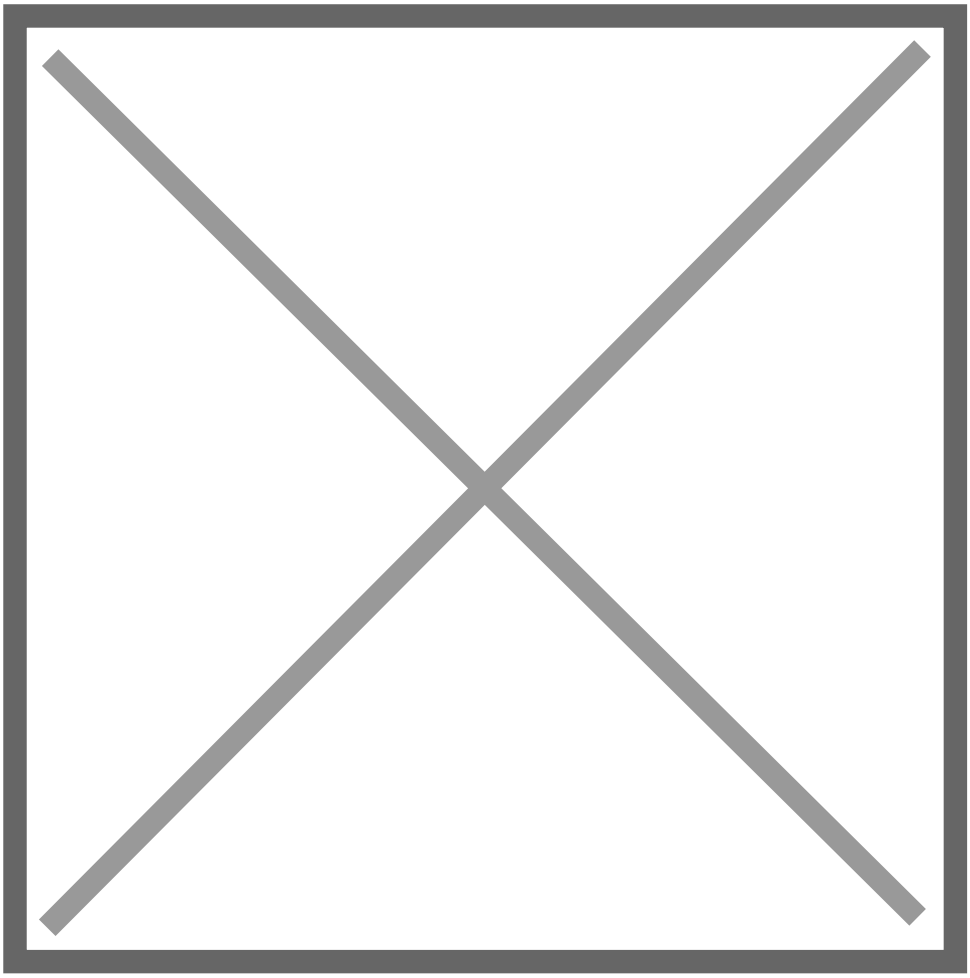
3. Evita i luoghi affollati e mantieni la distanza dagli altri di almeno 1 metro.

4. Se sei anziano o immunodepresso, resta a casa.

5. Quando starnutisci o tossisci, copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non hai fazzoletti monouso, usa la piega del gomito.

6. Evita le **strette di mano**, gli abbracci e l’uso promiscuo di bottiglie e bicchieri.

7. Se hai sintomi simili all’influenza, resta a casa, non recarti al pronto soccorso o presso gli studi medici, ma contatta il tuo medico curante, la guardia medica o i numeri generali.



---

Riferimento articolo: https://www.siciliafan.it/coronavirus-le-regole-per-evitare-il-contagio-e-proteggere-le-persone-care/

Generato il 13/11/2026