

Mesures bàsiques de protecció individual i col·lectiva COVID-19

HIGIENE

- Higiene freqüent de mans.
- Higiene de símptomes respiratoris (evitar tossir directament a l'aire, tapar-se la boca amb la cara interna de l'avantbraç en aquests casos i evitar tocar-se la cara, nas i ulls).
- Neteja i desinfecció de les superfícies.

PRÀCTIQUES SOCIALS

- Prohibició de fer reunions de més de deu persones, tant en l'àmbit públic com en el privat.
- Mantenir **grups de convivència habitual al més estables possible**.
- Reduir els contactes socials diaris per evitar la multiplicació de possibles cadenes de transmissió.
- **Distància** física interpersonal de seguretat.
- **Cridar o cantar** afavoreixen la transmissió.

MASCARETA

- Ús de la **mascareta obligatòria** per a totes les persones majors de 6 anys, independentment del manteniment de la distància física interpersonal de seguretat:
 - A la via pública i en espais exteriors
 - En qualsevol espai tancat d'ús públic o obert al públic
 - Al transport públic

ESPAIS OBERTS / VENTILATS

- Preferència pels espais a l'**aire lliure** per a la realització d'activitats.
- **Ventilació** correcta dels espais tancats.

Aquest deure de protecció és igualment exigible a les **persones titulars de qualsevol activitat econòmica**, empresarial o establiment d'ús públic o que es trobi obert al públic.

Les persones que presentin símptomes compatibles amb la COVID-19 han de contactar amb el sistema públic de salut.