



## **Misure di prevenzione della diffusione del contagio**

### **Istruzioni per il lavoro in sicurezza in ufficio dal 15 ottobre 2021**

Il presente documento, nonché le indicazioni e le procedure ivi contenute, sono da considerarsi soggette a revisione in relazione all'andamento epidemiologico, all'evoluzione del quadro normativo nazionale, regionale e territoriale ed alle disposizioni dei competenti enti territoriali di volta in volta applicabili

(14/10/2021 – IN PROGRESS)

- 1) È consentita la permanenza nello stesso ufficio a più di una persona, alle seguenti condizioni:**
  - venga mantenuta la distanza interpersonale di almeno 1 metro tra le postazioni degli occupanti, sia frontalmente che lateralmente,
  - le postazioni di lavoro siano poste in diagonale/di fianco (non una di fronte all'altra),
  - tutti gli occupanti indossino la mascherina per tutto il tempo di permanenza in ufficio,
  - sia garantita la frequente ventilazione degli ambienti tramite l'apertura delle finestre in più riprese durante la giornata lavorativa.
- 2) Nell'impossibilità di rispettare la distanza di 1 metro tra le postazioni, o nel caso in cui le scrivanie siano posizionate una di fronte all'altra, ogni scrivania viene dotata di uno schermo trasparente di separazione in plexiglass.**
- 3) Come ulteriore misura, compatibilmente con il lavoro ibrido come impostato dall'Amministrazione, il Responsabile di Struttura prevederà una turnazione dei lavoratori.**
- 4) Negli uffici in cui è prevista attività di Front office, visto che è previsto il contatto con il pubblico, è necessaria l'adozione di uno schermo trasparente di separazione in plexiglass.**
- 5) Se si è in ufficio da soli la mascherina può essere tolta avendo cura di posizionarla su una superficie non raggiungibile da altre persone, con la parte potenzialmente contaminata rivolta verso l'alto.**

- 6) Non è consentito accedere agli edifici di Ateneo in presenza di febbre superiore ai 37,5° o in presenza di altri sintomi influenzali (ad esempio mal di gola, diarrea, febbricola, raffreddore, congestione nasale, tosse, stanchezza, indolenzimento e dolori muscolari, perdita del gusto e dell'olfatto).**
- 7) L'accesso è consentito solo se si è in possesso del Green pass, che andrà esibito su richiesta da parte del personale preposto**
- 8) La mascherina deve sempre essere indossata negli spazi pubblici esterni all'ufficio (corridoi, bagni, aule, sale riunioni, ecc.).**
- 9) Ciascuno potrà autonomamente provvedere alla pulizia e disinfezione della propria postazione di lavoro (scrivania, tastiera, telefono, mouse, ecc.) utilizzando i prodotti per la pulizia e disinfezione delle superfici messi a disposizione dall'Ateneo, oltre all'intervento programmato in via quotidiana con i servizi di pulizia.**
- 10)È fondamentale rispettare le norme igieniche prescritte per il contenimento della diffusione del contagio:**
- lavare frequentemente le mani con acqua e sapone, asciugandole accuratamente, o con soluzione idroalcolica;
  - mantenere il distanziamento sociale di almeno un metro dai colleghi e dagli utenti;
  - provvedere al rispetto rigoroso delle norme di salute respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto di carta monouso e gettarlo immediatamente dopo l'uso poi lavare le mani);
  - evitare di toccare occhi, naso e bocca con le mani, soprattutto se guantate;
  - smaltire correttamente le mascherine nella raccolta indifferenziata;
  - aerare spesso l'ambiente e pulire frequentemente le superfici della propria postazione di lavoro.
- 11)Per ulteriori informazioni fare riferimento alla pagina di riferimento del sito web di ateneo al link [unica.it](http://unica.it) - COVID-19**



## ALLEGATO 1

# Misure igienico-sanitarie

- 1. Lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani**
- 2. Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute**
- 3. Evitare abbracci e strette di mano**
- 4. Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro**
- 5. Praticare l'igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie)**
- 6. Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva**
- 7. Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani**
- 8. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce**
- 9. Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico**
- 10. Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol**
- 11. È fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali, utilizzare protezioni delle vie respiratorie come misura aggiuntiva alle altre misure di protezione individuale igienico-sanitarie**

## ALLEGATO 2

 **Come lavarsi le mani con acqua e sapone?** 

**LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!**

 Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**

- 

Bagna le mani con l'acqua
- 

applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 

friziona le mani palmo contro palmo
- 

il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 

palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro
- 

dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 

frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa
- 

frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa
- 

Risciacqua le mani con l'acqua
- 

asciuga accuratamente con una salvietta monouso
- 

usa la salvietta per chiudere il rubinetto
- 

...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

**WORLD ALLIANCE**  
**for PATIENT SAFETY**

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.  
October 2006, version 1.

 **World Health Organization**

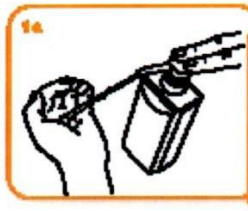
All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

## ALLEGATO 3

**Come frizionare le mani con la soluzione alcolica?**

**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!  
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**

Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



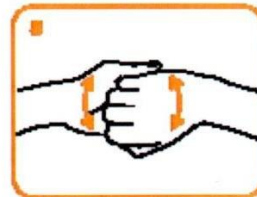
frizionare le mani palmo contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



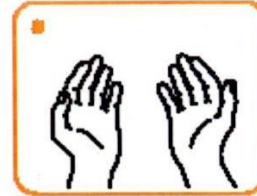
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

**WORLD ALLIANCE  
for PATIENT SAFETY**

WHO acknowledges the Hôpitala Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.  
October 2009, version 1.



All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.



## ALLEGATO 4 - COME INDOSSARE LE MASCHERINE

---

### MASCHERINA TIPO FFP2/FFP3 PRIVA DI VALVOLA

#### *Per indossare la mascherina*

- Lavare accuratamente le mani,
- appoggiare sul palmo della mano la mascherina e far passare i laccetti oltre il dorso della mano (tenere il nasello<sup>1</sup> rivolto verso l'alto),
- portare la mascherina sul volto, la base sul mento e il nasello sopra il naso, in modo da coprirlo,
- tenendo la mascherina sul volto, tirare l'elastico superiore e farlo passare dietro la testa sopra le orecchie,
- tenendo la mascherina sul volto, tirare l'elastico inferiore e farlo passare dietro la testa sotto le orecchie nella parte superiore del collo,
- con entrambe le mani, aggiustare il nasello affinché aderisca perfettamente al naso,
- provare ad inspirare e verificare che la mascherina aderisca perfettamente,
- con uno specchio, verificare che la mascherina aderisca perfettamente coprendo bocca e naso.

#### *Per togliere la mascherina*

- Lavare accuratamente le mani,
- poggiare il palmo della mano sulla mascherina e sollevare l'elastico inferiore portandolo oltre il viso,
- sollevare l'elastico superiore portandolo oltre il viso,
- inserire la mascherina in una bustina pulita per conservarla protetta dalla polvere,
- lavare accuratamente le mani.

#### *Per smaltire la mascherina*

- Inserire la mascherina in una bustina, chiudere la bustina con un nodo stretto
- gettare la bustina nel contenitore per rifiuti posizionato all'uscita
- lavare accuratamente le mani.

**Nota:** la mascherina è efficace per tempo limitato, evitare l'uso quando la situazione non lo richiede.

---

---

<sup>1</sup> Per nasello si intende la barretta metallica visibile nella parte superiore interna della mascherina

## ALLEGATO 4 - COME INDOSSARE LE MASCHERINE

---

### MASCHERINA DI TIPO CHIRURGICO

#### *Per indossare la mascherina*

- Lavare accuratamente le mani,
- appoggiare sul palmo della mano la mascherina e far passare i laccetti oltre il dorso della mano (tenere il nasello<sup>2</sup> rivolto verso l'alto),
- portare la mascherina sul volto, la base sul mento e il nasello sopra il naso, in modo da coprirlo,

#### *con elastici*

- tenendo la mascherina sul volto, tirare l'elastico superiore e farlo passare dietro un orecchio quindi dietro l'altro,
- con entrambe le mani, aggiustare il nasello affinché aderisca perfettamente al naso,
- provare ad inspirare e verificare che la mascherina aderisca perfettamente,
- con uno specchio, verificare che la mascherina sia posizionata correttamente coprendo bocca e naso,

#### *Per togliere la mascherina*

- Lavare accuratamente le mani
- poggiare il palmo della mano sulla mascherina e sollevare l'elastico inferiore portandolo oltre il viso,
- sollevare l'elastico superiore portandolo oltre il viso,
- inserire la mascherina in una bustina pulita per conservarla protetta dalla polvere,
- lavare accuratamente le mani.

#### *Per smaltire la mascherina*

- Inserire la mascherina in una bustina, chiudere la bustina con un nodo stretto,
- gettarla nel contenitore per rifiuti posizionato all'uscita,
- lavare accuratamente le mani

**Nota:** la mascherina è efficace per tempo limitato, evitare l'uso quando la situazione non lo richiede.

---

<sup>2</sup> Per nasello si intende la barretta metallica visibile nella parte superiore interna della mascherina