

## Pulito è bello

**Alcuni accorgimenti per migliorare la pulizia** Parlane con l'**operatore di riferimento**.





Lavarsi sempre



**Cura l'IGIENE** del tuo corpo



Tieni la casa





REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA azienda per L'assistenza sanitaria **5** Friuli Occidentale



PULITO È BELLO IGIENE PERSONALE E DELLA CASA OPUSCOLO INFORMATIVO



# PULITO É BELLO IGIENE PERSONALE

Norme comportamentali per la prevenzione di infezioni individuali e collettive.

È rispetto per se e per gli altri.





01. STROFINARE le mani palmo a palmo



02. STROFINARE anche il dorso



03. STROFINARE palmo a palmo con dita intrecciate



04. Metti il retro delle DITA sul palmo dell'altra mano



05. SFREGA i pollici di una mano con l'altra



06. SFREGA con le dita unite il palmo dell'altra mano



07. SFREGA i polsi con un movimento circolare



08. Usa un ASCIUGAMANO per chiudere il rubinetto

# **OGNI GIORNO**



FACCIO LA DOCCIA



DOPO OGNI EVACUAZIONE MI FACCIO IL BIDET



NON CAMBIO CON ALTRI IL MIO



**DOPO MANGIATO** MI LAVO I DENTI CON LO SPAZZOLINO E IL DENTIFRICIO





## **IN CASA**

- o tutti i giorni **spalanco** le finestre almeno per un'ora
- o mantengo **pulito l'ambiente** dove vivo
- rispettando i turni delle pulizie

delle malattie.

la camera da letto non è il luogo per conservare del cibo

RICORDA: la pulizia personale e ambientale evita l'isorgere



Pulisci a fondo



Disinfetta con cura **BAGNO e CUCINA** 



Spalanca spesso le FINESTRE



FAI LA RACCOLTA DIFFERENZIATA