

VADEMECUM PER L'ESCURSIONISTA

NON PUOI PARTECIPARE ALL'ESCURSIONE SE:

- Accusi sintomi influenzali come dolori diffusi, febbre (oltre o pari a 37,5°C), raffreddore, tosse
- Hai avuto contatti con persone affette da Covid-19 nei 15 giorni precedenti l'escursione
- Non hai tutti i dispositivi di protezione individuali

PUOI PARTECIPARE ALL'ESCURSIONE SE:

1. Hai letto ed accettato il REGOLAMENTO per l'iscrizione
2. Hai tutti i dispositivi di protezione individuale (DPI) richiesti:
 - Mascherina monouso o riutilizzabili
 - Guanti monouso (facoltativi) in lattice o in nitrile
 - Gel disinfettante (NO FAI DA TE)
 - Sacchetti per gli indumenti sudati e per i DPI usati
3. Mantieni SEMPRE la distanza minima di sicurezza in base alle norme regionali
4. SEGUI LE INDICAZIONI DELLA GUIDA IN OGNI MOMENTO
5. USI CORRETTAMENTE LA MASCHERINA. Sempre a portata di mano
6. IGIENIZZI molto spesso le mani

Se dopo l'escursione (anche qualche giorno) accusi sintomi simil-influenzali e, dopo analisi, scopri di essere positivo al Covid-19, ti chiedo di avvisare la guida che avrà premura, nel rispetto della privacy, di allertare gli altri partecipanti. È un gesto questo di altissimo senso civico che aiuterebbe a limitare ulteriori contagi.