



A la nostra escala, #cuidemnosmontornes

La xarxa de suport #cuidemnosmontornes vol promoure, davant la situació provocada pel COVID-19, la complicitat de l'entorn més proper, com és l'escala o la comunitat de veïns i veïnes, per ajudar a aquelles persones més vulnerables, oferint-los ajut en el confinament.

Però també en aquests casos d'ajut i de solidaritat, s'han de tenir en compte les mesures sanitàries de protecció:

- Eviteu el contacte proper amb qualsevol persona. Manteniu una distància de dos mestres.
- Renteu-vos les mans freqüentment (amb aigua i sabó o solucions alcohol·liques 70%), especialment després del contacte directe amb qualsevol persona o el seu entorn.
- Tapeu-vos la boca i el nas si esternudeu o tossiu amb mocadors d'un sol ús o feu-ho sobre la cara interna del colze i utilitzeu. Renteu-vos les mans de seguida (amb solucions alcohol·liques 70% o amb aigua i sabó).
- No compartiu pertinences personals amb ningú. A casa, eviteu compartir menjar i estris (coberts, gots, tovallons, mocadors, etc.) i altres objectes sense netejar-los degudament.
- I a l'escala i a les zones comunes, cal continuar amb la neteja amb aigua i sabó, i la posterior desinfecció amb lleixiu diluït en aigua. La proporció és de 20 ml. (aprox. un tap) per cada litre d'aigua. Cal desinfectar de forma especial les superfícies que es toquen amb les mans i que poden ser transmissores del virus, com els panys de les portes d'entrada, ascensor, baranes, intèrfons, etc.