



Comune di
MESERO

Via S. Bernardo, 41, 20010 Mesero (MI)

**PROTOCOLLO DI SICUREZZA
ANTICONTAGIO**

Pre e post scuola: Scuola Primaria



Documento realizzato con la collaborazione di:



Rev. 00 – ottobre 2020

Il documento è composto da n. 16 pagine

SOMMARIO

1. Premessa	2
2. Riferimenti normativi	2
3. Area/Edificio all'interno del quale si svolgerà il Progetto	3
Le attività si svolgeranno presso la Scuola dell'infanzia "Don G Airaghi" per i frequentanti dell'infanzia e presso il Centro Socio Culturale di Via Piave per i frequentanti la Scuola Primaria.	3
4. Accessibilità degli spazi	3
5. Spazio disponibile	5
6. Pulizia e sanificazione	6
7. Norme generali di igiene e distanziamento per i partecipanti, gli istruttori e il personale	6
8. Accesso quotidiano, modalità di accompagnamento e ritiro dei bambini	7
9. Regole di sicurezza per addetti, collaboratori, volontari e chi accede alle aree	8
Modalità di accesso di fornitori esterni, manutentori	9
Gestione di una persona sintomatica	9
Allegati	14
Allegato I – Comportamenti da seguire	15
Allegato II – fac simile registro pulizie	16
Allegato III – Come lavarsi correttamente le mani	0

1. Premessa

Il presente Protocollo di sicurezza Covid-19 è stato predisposto nell'ambito della ripresa del servizio di **pre e post scuola** relativo alla **Scuola Primaria promosso dal Comune di Mesero**.

2. Riferimenti normativi

- D.L. 23 febbraio 2020, n. 6 e s.m.i.
- D.L. 17 marzo 2020, 18 e s.m.i.
- D. L. 25 marzo 2020, n. 19 e s.m.i.
- D.L. 08 aprile 2020, n. 22 e s.m.i.
- D.L. 19 maggio 2020, n. 34 e s.m.i.
- Verbale n. 82 del 28 maggio 2020, indicazione del CTS
- Verbale n. 90 del 22 giugno 2020, indicazione del CTS
- Documento di indirizzo e orientamento per la ripresa delle attività in presenza dei servizi educativi e delle scuole materna del 03/08/2020
- Ordinanza della Regione Lombardia n. 596 del 13/08/2020 e s.m.i.

Le regole comportamentali e prescrizioni dovranno essere scrupolosamente osservate dal personale e dai genitori dei bambini frequentanti.

In caso di mancata osservanza delle presenti regole di sicurezza il Coordinatore è autorizzato ad assumere, senza indugio, tutte le decisioni più idonee a tutelare la salute e sicurezza dei collaboratori e dei bambini, oltre a segnalare il fatto al Rappresentante Legale per le successive decisioni di competenza.

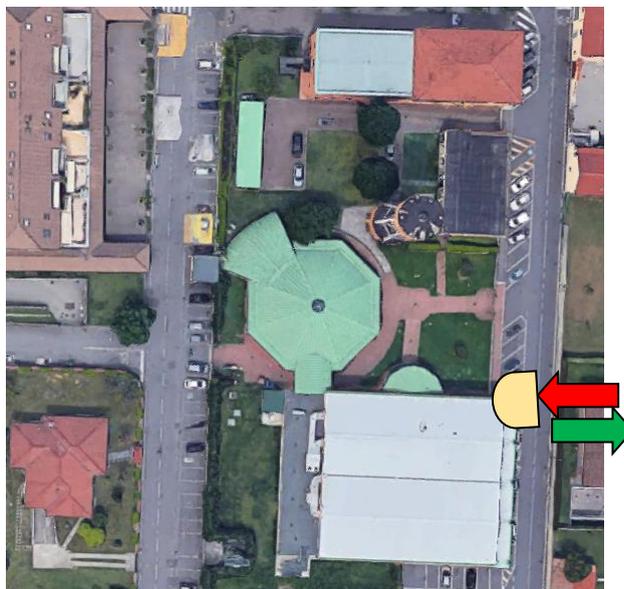
3. Area/Edificio all'interno del quale si svolgerà il Progetto

Le attività si svolgeranno presso il Centro Socio Culturale di Via Piave per i bambini frequentanti la Scuola Primaria.



4. Accessibilità degli spazi

L'area è accessibile da via Piave e risulta dotata di un punto di accesso (freccia rossa). I bambini verranno accompagnati fino alla zona triage (gialla) per poi accedere all'area dedicata. L'uscita (freccia verde) avverrà sempre sulla stessa via. In tale area verranno installati cartelli informativi di mantenimento del distanziamento.



Punto di uscita



Punto di ingresso



Triage

I bambini della scuola primaria verranno accompagnati presso la struttura; ci si comporterà come segue:

Pre- ingresso scuola: i bambini verranno accompagnati dal Centro Socio al plesso scolastico di competenza dal personale facente capo al servizio, dagli agenti di Polizia Locale e da eventuali volontari, negli orari di accesso delle diverse classi (8,10/8,20/8,30). Durante il tragitto i bambini saranno opportunamente distanziati;

Post – uscita scuola: i bambini verranno attesi all'uscita del plesso scolastico di riferimento negli orari differenziati per classe (16,10/16,20/16,30) e accompagnati al Centro Socio Culturale dal personale facente capo al servizio, dagli agenti di Polizia Locale e da eventuali volontari. Durante il tragitto i bambini saranno opportunamente distanziati.



5. Spazio disponibile

Le attività si svolgeranno presso lo spazio centrale del Centro Socio Culturale.

L'attività verranno svolte nei seguenti orari:

SPAZIO ACCOGLIENZA PRIMARIA

-pre-scuola: 7.30-9.30.

-post-scuola: 16.10-18.00.

I bambini verranno suddivisi per classe, mantenendo una distanza di 2 m tra i vari gruppi, e di almeno 1 m tra alunni della stessa classe, al fine di mantenere sempre costante la suddivisione tra i partecipanti.

Gli alunni dovranno rimanere al proprio posto, e solo in quel momento avranno la possibilità di togliere la mascherina (qualora prevista).

Non ci sarà la possibilità di avere attività che prevedano l'unione e il rapportarsi tra bambini di gruppi diversi.

6. Pulizia e sanificazione

Gli ambienti utilizzati verranno puliti e sanificati dal personale ausiliario nei momenti di non utilizzo delle aule o comunque al termine delle attività ricreative.

Per quanto riguarda le attrezzature e i bagni, il personale ausiliario effettuerà la pulizia dopo ogni uso e l'igienizzazione a fine giornata o comunque sempre prima dell'uso.

La sanificazione dei servizi igienici verrà effettuata con soluzioni a base di ipoclorito di sodio allo 0,1% o altro prodotto virucida autorizzato.

Per ogni area al coperto oggetto di attività/utilizzo viene predisposto un registro che dovrà essere firmato ad ogni operazione di sanificazione effettuata.

Nei bagni sarà presente materiale monouso per l'asciugatura delle mani.

7. Norme generali di igiene e distanziamento per i partecipanti, gli istruttori e il personale

Considerando che l'infezione virale legata al Coronavirus si realizza per droplets (goccioline di saliva emesse tossendo, starnutendo o parlando) o per contatto (toccare, abbracciare, dare la mano o anche toccando bocca, naso e occhi con le mani precedentemente contaminate), verranno applicate le seguenti disposizioni sia per il personale che per i bambini:

- lavarsi frequentemente le mani in modo non frettoloso;
- non tossire o starnutire senza protezione;
- mantenere il distanziamento fisico di almeno un metro dalle altre persone;
- non toccarsi il viso con le mani.
- indossare la mascherina

Si raccomanda a ciascun collaboratore di prestare particolare attenzione alla pulizia dei materiali di lavoro (attrezzature), utilizzando i prodotti specifici messi a disposizione dall'organizzatore oltre a garantire un ampio arieggiamento dei locali, per le attività svolte all'interno. Tutte le superfici calpestabili degli ambienti, nonché i sanitari, saranno puliti e igienizzati quotidianamente con soluzioni a base di ipoclorito di sodio o altri prodotti virucidi autorizzati.

- L'accesso in struttura avverrà secondo quanto previsto dal protocollo scolastico.
- Gli educatori dovranno arrivare prima dell'arrivo dei bambini e devono subito lavarsi le mani o disinfettarle con apposito gel. Dovranno raggiungere la struttura indossando la mascherina.
- I diversi gruppi devono essere sempre mantenuti separati e non svolgeranno mai attività in comune, dislocandoli in aree separate.

Il datore di lavoro mette a disposizione dei propri collaboratori i seguenti DPI da utilizzare nello svolgimento delle attività:

- Mascherine chirurgiche;
- Visiera di protezione;
- Gel idroalcolico.

8. Accesso quotidiano, modalità di accompagnamento e ritiro dei bambini

Risulta fondamentale che l'arrivo e l'uscita dei bambini si svolga senza comportare assembramento nell'ingresso della classe.

In maniera cautelativa l'accoglienza verrà organizzata nell'area esterna e verranno segnati con appositi riferimenti a terra le distanze da rispettare.

- L'adulto accompagnatore e il bambino accederanno all'area esterna tramite l'ingresso indicato e si dirigeranno verso il "Punto triage" assegnato. All'ingresso ci saranno idonee indicazioni.
- Il punto di triage di accoglienza sarà dotato di gel idroalcolico per l'igiene delle mani del bambino e degli educatori/istruttori.
- verrà verificata la temperatura corporea con termometro a infrarossi manuale al bambino.
- Dopo che l'educatore avrà fatto accedere il bambino alla struttura, dovrà compilare il registro presenze in cui sarà riportato:
 - Il nominativo del bambino;

In questo modo si avrà la possibilità di garantire la tracciabilità dei contatti.

- I bambini dovranno essere trattenuti al proprio domicilio in presenza di febbre superiore a 37,5°C o di altri sintomi (es. tosse, raffreddore, congiuntivite).
- I bambini saranno sottoposti a misurazione della febbre con termometro senza contatto prima dell'accesso e, in caso di febbre superiore ai 37,5°C o di presenza delle altre sintomatologie sopra citate, non potranno essere ammessi.
- In caso di insorgenza di febbre superiore a 37,5°C o di altra sintomatologia (tra quelle sopra riportate), si provvede all'isolamento immediato del minore e ad informare immediatamente i familiari. In caso di utilizzo di locale chiuso per l'isolamento del soggetto sintomatico, successivamente si procederà con specifica sanificazione.
- L'uscita avverrà secondo lo stesso percorso dell'accesso.
- Per il pre scuola, successivamente i bambini verranno accompagnati presso l'ingresso principale della scuola o del centro socioculturale;
- per quanto riguarda il post scuola, il bambino, dopo aver igienizzato le mani, potrà uscire dalla classe.
- i genitori in nessun caso potranno accedere alla classe: dovranno attendere all'esterno.
- Prima dell'uscita i bambini dovranno igienizzarsi le mani.

9. Regole di sicurezza per addetti, collaboratori, volontari e chi accede alle aree

Le seguenti indicazioni dovranno essere osservate da tutti i lavoratori, volontari e da chiunque entri nella scuola:

- Obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37.5°C) o altri sintomi influenzali e chiamare il proprio medico di famiglia e l'autorità sanitaria; comunicando, nel caso di febbre e problemi respiratori, di non recarsi al pronto soccorso, ma di contattare il proprio medico o il numero unico di emergenza 112;
- consapevolezza e accettazione del fatto di non poter fare ingresso o di poter permanere negli ambienti della scuola e di doverlo dichiarare tempestivamente laddove, anche successivamente all'ingresso, sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, temperatura, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, ecc.) in cui i provvedimenti dell'Autorità impongono di informare il medico di famiglia e l'Autorità sanitaria e di rimanere al proprio domicilio;
- Impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità e del Soggetto organizzatore nel fare accesso agli ambienti (in particolare, mantenere la distanza di sicurezza, osservare le regole di igiene delle mani e tenere comportamenti corretti sul piano dell'igiene);

Modalità di accesso di fornitori esterni, manutentori

- L'accesso ai fornitori o manutentori è consentito solo per comprovate esigenze ma viene comunque ridotto e volto ad evitare assembramenti all'interno dei luoghi di lavoro.
- Se possibile, gli autisti dei mezzi di trasporto devono rimanere a bordo dei propri mezzi; non è consentito l'accesso per nessun motivo. Per le necessarie attività di approntamento di carico e scarico, il trasportatore dovrà attenersi alla rigorosa distanza di almeno un metro.
- Tutti gli utenti esterni (fornitori e manutentori) sono sottoposti al controllo della temperatura in ingresso (la rilevazione della temperatura non dovrà essere registrata, in ottemperanza alla normativa sulla privacy).
- Qualora fosse necessario l'ingresso di fornitori/visitatori esterni, gli stessi dovranno sottostare a tutte le regole previste dal presente protocollo e dal protocollo relativo agli ambienti scolastici.

Gestione di una persona sintomatica

Si riportano di seguito vari scenari possibili:

Nel caso in cui un bambino presenti un aumento della temperatura corporea al di sopra di 37,5°C o un sintomo compatibile con COVID-19, in ambito scolastico

- L'operatore scolastico che viene a conoscenza di un bambino sintomatico deve avvisare il referente scolastico per COVID-19.
- Il coordinatore o altro componente del personale scolastico deve telefonare immediatamente ai genitori/tutore legale.
- Ospitare il bambino in una stanza dedicata o in un'area di isolamento.
- Procedere all'eventuale rilevazione della temperatura corporea, da parte del personale scolastico individuato, mediante l'uso di termometri che non prevedono il contatto.
- Il minore non deve essere lasciato da solo ma in compagnia di un adulto che preferibilmente non deve presentare fattori di rischio per una forma severa di COVID-19 come, ad esempio, malattie croniche preesistenti e che dovrà mantenere, ove possibile, il distanziamento fisico di almeno un metro e la mascherina chirurgica fino a quando l' bambino non sarà affidato a un genitore/tutore legale.
- Dovrà essere dotato di mascherina chirurgica chiunque entri in contatto con il caso sospetto, compresi i genitori o i tutori legali che si recano in Istituto per condurlo presso la propria abitazione.

- Fare rispettare, in assenza di mascherina, l'etichetta respiratoria (tossire e starnutire direttamente su di un fazzoletto di carta o nella piega del gomito). Questi fazzoletti dovranno essere riposti dallo stesso bambino, se possibile, ponendoli dentro un sacchetto chiuso.
- Pulire e disinfettare le superfici della stanza o area di isolamento dopo che l'bambino sintomatico è tornato a casa.
- I genitori devono contattare il PLS/MMG per la valutazione clinica (triage telefonico) del caso.
- Il PLS/MMG, in caso di sospetto COVID-19, richiede tempestivamente il test diagnostico e lo comunica al DdP.
- Il Dipartimento di prevenzione provvede all'esecuzione del test diagnostico.
- Il Dipartimento di prevenzione si attiva per l'approfondimento dell'indagine epidemiologica e le procedure conseguenti.
- Se il test è positivo, si notifica il caso e si avvia la ricerca dei contatti e le azioni di sanificazione straordinaria della struttura scolastica nella sua parte interessata. Per il rientro in comunità bisognerà attendere la guarigione clinica (cioè la totale assenza di sintomi). La conferma di avvenuta guarigione prevede l'effettuazione di due tamponi a distanza di 24 ore l'uno dall'altro. Se entrambi i tamponi risulteranno negativi la persona potrà definirsi guarita, altrimenti proseguirà l'isolamento. Il coordinatore deve fornire al Dipartimento di prevenzione l'elenco dei compagni di classe nonché degli insegnanti del caso confermato che sono stati a contatto nelle 48 ore precedenti l'insorgenza dei sintomi. I contatti stretti individuati dal Dipartimento di Prevenzione con le consuete attività di contact tracing, saranno posti in quarantena per 14 giorni dalla data dell'ultimo contatto con il caso confermato. Il DdP deciderà la strategia più adatta circa eventuali screening al personale scolastico e agli alunni.
- Se il tampone naso-oro faringeo è negativo, in paziente sospetto per infezione da SARS-CoV-2, a giudizio del pediatra o medico curante, si ripete il test a distanza di 2-3 gg. Il soggetto deve comunque restare a casa fino a guarigione clinica e a conferma negativa del secondo test.
- In caso di diagnosi di patologia diversa da COVID-19 (tampone negativo), il soggetto rimarrà a casa fino a guarigione clinica seguendo le indicazioni del PLS/MMG che redigerà una attestazione che il bambino/studente può rientrare scuola poiché è stato seguito il percorso diagnostico-terapeutico e di prevenzione per COVID-19 di cui sopra e come disposto da documenti nazionali e regionali.

Nel caso in cui un alunno presenti un aumento della temperatura corporea al di sopra di 37,5°C o un sintomo compatibile con COVID-19, presso il proprio domicilio

- L'alunno deve restare a casa.
- I genitori devono informare il PLS/MMG.
- I genitori dello studente devono comunicare l'assenza scolastica per motivi di salute.
- Il PLS/MMG, in caso di sospetto COVID-19, richiede tempestivamente il test diagnostico e lo comunica al DdP.
- Il Dipartimento di prevenzione provvede all'esecuzione del test diagnostico.
- Il Dipartimento di Prevenzione si attiva per l'approfondimento dell'indagine epidemiologica e le procedure conseguenti.
- Il DdP provvede ad eseguire il test diagnostico e si procede come indicato al paragrafo precedente.

Nel caso in cui un operatore scolastico presenti un aumento della temperatura corporea al di sopra di 37,5°C o un sintomo compatibile con COVID-19, in ambito scolastico.

- Assicurarsi che l'operatore scolastico indossi, come già previsto, una mascherina chirurgica; invitare e ad allontanarsi dalla struttura, rientrando al proprio domicilio e contattando il proprio MMG per la valutazione clinica necessaria. Il Medico curante valuterà l'eventuale prescrizione del test diagnostico.
- Il MMG, in caso di sospetto COVID-19, richiede tempestivamente il test diagnostico e lo comunica al DdP.
- Il Dipartimento di prevenzione provvede all'esecuzione del test diagnostico.
- Il Dipartimento di Prevenzione si attiva per l'approfondimento dell'indagine epidemiologica e le procedure conseguenti.
- Il Dipartimento di prevenzione provvede all'esecuzione del test diagnostico e si procede come indicato precedentemente
- In caso di diagnosi di patologia diversa da COVID-19, il MMG redigerà una attestazione che l'operatore può rientrare scuola poiché è stato seguito il percorso diagnostico-terapeutico e di prevenzione per COVID-19 di cui al punto precedente e come disposto da documenti nazionali e regionali.
- Si sottolinea che gli operatori scolastici hanno una priorità nell'esecuzione dei test diagnostici.

Nel caso in cui un operatore scolastico presenti un aumento della temperatura corporea al di sopra di 37.5°C o un sintomo compatibile con COVID-19, al proprio domicilio

- L'operatore deve restare a casa.
- Informare il MMG.
- Comunicare l'assenza dal lavoro per motivi di salute, con certificato medico.
- Il MMG, in caso di sospetto COVID-19, richiede tempestivamente il test diagnostico e lo comunica al DdP.
- Il DdP provvede all'esecuzione del test diagnostico.
- Il DdP si attiva per l'approfondimento dell'indagine epidemiologica e le procedure conseguenti.
- Il DdP provvede ad eseguire il test diagnostico e si procede come indicato precedentemente.
- In caso di diagnosi di patologia diversa da COVID-19, il MMG redigerà una attestazione che l'operatore può rientrare scuola poiché è stato seguito il percorso diagnostico-terapeutico e di prevenzione per COVID-19 di cui al punto precedente e come disposto da documenti nazionali e regionali.

- Si sottolinea che gli operatori scolastici hanno una priorità nell'esecuzione dei test diagnostici.

Nel caso di un numero elevato di assenze in una classe

- Il coordinatore deve comunicare al DdP se si verifica un numero elevato di assenze improvvise di studenti in una classe (es. 40%; il valore deve tenere conto anche della situazione delle altre classi) o di insegnanti.
- Il DdP effettuerà un'indagine epidemiologica per valutare le azioni di sanità pubblica da intraprendere, tenendo conto della presenza di casi confermati nella scuola o di focolai di COVID-19 nella comunità.

Catena di trasmissione non nota

- Qualora un alunno risultasse contatto stretto asintomatico di un caso di cui non è nota la catena di trasmissione, il DdP valuterà l'opportunità di effettuare un tampone contestualmente alla prescrizione della quarantena. Il tampone avrà lo scopo di verificare il ruolo dei minori asintomatici nella trasmissione del virus nella comunità.

Allegati

Allegato I – Comportamenti da seguire

Allegato II – Fac simile registro pulizie

Allegato III – Come lavarsi correttamente le mani

#COVID19

LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE

 <p>Lava spesso le mani con acqua e sapone o, in assenza, frizionale con un gel a base alcolica</p>	 <p>Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani. Se non puoi evitarlo, lavati comunque le mani prima e dopo il contatto</p>	 <p>Quando stamutisci copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non ne hai, usa la piega del gomito</p>
 <p>Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol</p>	 <p>Copri mento, bocca e naso possibilmente con una mascherina in tutti i luoghi affollati e ad ogni contatto sociale con distanza minore di un metro</p>	 <p>Utilizza guanti monouso per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali</p>
 <p>Evita abbracci e strette di mano</p>	 <p>Evita sempre contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro</p>	 <p>Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri</p>

#RESTIAMOADISTANZA



Ministero della Salute



www.salute.gov.it/nuovocoronavirus

Allegato III – Come lavarsi correttamente le mani

Lavare frequentemente le mani è importante, soprattutto quando trascorri molto tempo fuori casa, in luoghi pubblici. Il lavaggio delle mani è particolarmente importante in alcune situazioni, ad esempio:

PRIMA DI

- mangiare
- maneggiare o consumare alimenti
- somministrare farmaci
- medicare o toccare una ferita
- applicare o rimuovere le lenti a contatto
- usare il bagno
- cambiare un pannolino
- toccare un ammalato

DOPO

- aver tossito, starnutito o soffiato il naso
- essere stati a stretto contatto con persone ammalate
- essere stati a contatto con animali
- aver usato il bagno
- aver cambiato un pannolino
- aver toccato cibo crudo, in particolare carne, pesce, pollame e uova
- aver maneggiato spazzatura
- aver usato un telefono pubblico, maneggiato soldi, ecc.
- aver usato un mezzo di trasporto (bus, taxi, auto, ecc.)
- aver soggiornato in luoghi molto affollati, come palestre, sale da aspetto di ferrovie, aeroporti, cinema, ecc.

Il lavaggio delle mani ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso una azione meccanica. Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone. In assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (hand sanitizers), a base alcolica. Si ricorda che una corretta igiene delle mani richiede che si dedichi a questa operazione non meno di 40-60 secondi se si è optato per il lavaggio con acqua e sapone e non meno di 30-40 secondi se invece si è optato per l'uso di igienizzanti a base alcolica. Questi prodotti vanno usati quando le mani sono asciutte, altrimenti non sono efficaci. Se si usano frequentemente possono provocare secchezza della cute. In commercio esistono presidi medico-chirurgici e biocidi autorizzati con azione battericida, ma bisogna fare attenzione a non abusarne. L'uso prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di questi prodotti, aumentando il rischio di infezioni.



Ministero della Salute

Direzione generale della comunicazione
e dei rapporti europei e internazionali
Ufficio 2

stampa

Centro Stampa Ministero della Salute

Finito di stampare nel mese di gennaio 2020

www.salute.gov.it



Ministero della Salute

Previene
le infezioni
con il corretto
lavaggio
delle mani

PHOTO: P. TAVANI

con acqua e sapone

occorrono
60 secondi



- 1 Bagna bene le mani con l'acqua
- 2 Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 3 Friziona bene le mani palmo contro palmo
- 4 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
- 7 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 9 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 10 Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua
- 11 Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso
- 12 Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

- 1 Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 2 Friziona le mani palmo contro palmo
- 3 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 4 Friziona bene palmo contro palmo
- 5 Friziona bene i dorsi delle mani con le dita
- 6 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 7 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 9 Una volta asciutte le tue mani sono pulite



con la soluzione alcolica

occorrono
30 secondi

