



## **LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE PER UN'ESCURSIONE SICURA CON PARADISOMONTAGNA**

**01**

---

**Mantenere il distanziamento fisico tra le persone minimo di 2 metri**

**03**

---

**Coprire naso e bocca con mascherina (di tipo chirurgico o altro dispositivo di protezione facciale senza valvola) quando la distanza tra le persone si riduce a meno di 2 metri**

**02**

---

**Mantenere il distanziamento fisico tra le persone maggiore di 2 metri durante lo svolgimento dell'attività praticata**

**04**

---

**Disinfettare frequentemente le mani (utilizzando disinfettante con percentuale alcolica almeno del 60%), specie dopo aver tossito o starnutito**

**05**

---

**Utilizzare attrezzatura e indumenti personali per l'attività praticata**

**06**

---

**Evitare scambi di cibo e bevande (munirsi di sacchetto per contenimento rifiuti da cibo e bevande personali)**