



COVID-19: informazioni importanti sul nuovo coronavirus e sulle regole di igiene e di comportamento.

Nuovo coronavirus

Aggiornato al 29 ottobre 2020

COSÌ CI PROTEGGIAMO.



STOP CORONA



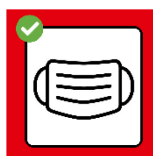
Incontrare meno persone



Tenersi a distanza



Obbligo della mascherina se non è possibile tenersi a distanza.



Obbligo della mascherina nei luoghi accessibili al pubblico al chiuso e all'aperto e sui trasporti pubblici.



Se possibile lavorare da casa.



Lavarsi accuratamente le mani.



Tossire e starnutire in un fazzoletto o nella piega del gomito.



Evitare le strette di mano.



Arieggiare più volte al giorno



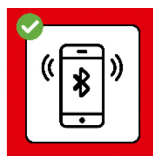
Manifestazioni: pubbliche max. 50 pers. private max. 10 pers. Assembramenti nello spazio pubblico max. 15 pers.



In caso di sintomi, fare immediatamente il test e restare a casa.



Fornire sempre i propri dati di contatto completi per il tracciamento.



Per interrompere le catene di infezione: scaricare e attivare l'app SwissCovid.



Per chi è positivo al test: isolamento. Per chi ha avuto contatti con una persona positiva al test: quarantena.



Prima di andare dal medico o al pronto soccorso, annunciarsi sempre per telefono.

Domande e risposte frequenti sul nuovo coronavirus

Alla fine del 2019 è comparsa una nuova malattia altamente contagiosa denominata «COVID-19». È causata da un nuovo coronavirus che in breve tempo si è propagato in tutto il mondo. Nella presente scheda informativa dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) sono disponibili le risposte alle domande frequenti sul nuovo coronavirus.

Un contagio con il nuovo coronavirus può avere conseguenze gravi, per alcune persone anche letali. Per questo è importante che tutti si proteggano dal nuovo coronavirus.

La responsabilità individuale resta importante: potete proteggervi al meglio da un contagio rispettando le regole di igiene e di comportamento riportate sulla copertina del presente documento e sui manifesti dell'UFSP, tra cui lavarsi regolarmente le mani con il sapone e tenersi a distanza.

Obblighi e divieti importanti in vigore dal 29 ottobre 2020:

- obbligo della mascherina in centri urbani e nuclei di paesi animati, in luoghi chiusi e aree esterne accessibili al pubblico di strutture;
- obbligo a livello nazionale di portare la mascherina in settori dei trasporti pubblici: sui mezzi di trasporto pubblici e sugli aerei, nelle stazioni, alle fermate e negli aeroporti;
- obbligo della mascherina in tutte le scuole medie e professionali;
- obbligo della mascherina sul lavoro in luoghi chiusi, tranne che alla propria postazione di lavoro se è possibile rispettare la distanza raccomandata;
- introduzione dell'insegnamento a distanza nelle università e nelle scuole universitarie;
- divieto di manifestazioni pubbliche con più di 50 persone e di manifestazioni private con più di 10 persone;
- divieto di assembramenti spontanei di più di 15 persone;
- nei ristoranti possono sedere al massimo quattro persone per tavolo (eccezione: genitori con figli);
- obbligo di chiusura dalle ore 23.00 alle ore 6.00 per ristoranti e bar;
- obbligo di stare seduti in ristoranti e bar: alimenti e bevande possono essere consumati soltanto stando seduti;
- divieto di esercizio di club, discoteche e sale da ballo;
- sport nel tempo libero: divieto di attività con più di 15 persone, divieto di sport con contatto fisico, nei locali chiusi vigono l'obbligo della mascherina e il rispetto del distanziamento, all'aperto l'obbligo della mascherina o il rispetto del distanziamento; i bambini della scuola dell'obbligo possono continuare a praticare sport senza limitazioni;
- in ambito culturale (musica, teatro, danza e simili), a livello amatoriale sono permesse attività con fino a 15 persone nel rispetto dell'obbligo della mascherina e delle regole di distanziamento, a livello professionale sono ammesse prove ed esibizioni;
- divieto di esibizione per i cori, le prove sono consentite soltanto ai cori professionali;
- lavoro da casa quando possibile;
- obbligo di quarantena per chi entra in Svizzera.

Avvertenza: in alcuni Cantoni vigono regole più severe.

Contagio e rischi

Perché le regole di igiene e di comportamento sono così importanti?

Il nuovo coronavirus è un nuovo virus, contro il quale gli esseri umani non hanno ancora **difese immunitarie**. Per questo possono esserci **numerosi contagi e casi di malattia**. Bisogna perciò rallentare il più possibile la diffusione del virus e proteggere soprattutto le persone che hanno un rischio più elevato di ammalarsi gravemente.

Si tratta di:

- persone anziane (il rischio di decorso grave in caso di contagio con il nuovo coronavirus aumenta con l'avanzare dell'età; le malattie preesistenti incrementano ulteriormente il rischio)
- donne incinte
- adulti già affetti da una o più delle seguenti malattie:
 - **ipertensione arteriosa**
 - **malattie cardiovascolari**
 - **diabete**
 - **malattie croniche delle vie respiratorie**
 - **cancro**
 - **malattie e terapie che indeboliscono il sistema immunitario**
 - **forte sovrappeso (obesità, IMC pari o superiore a 40)**

Se non siete sicuri di far parte delle persone particolarmente a rischio, rivolgetevi al vostro medico.

Se tutti rispettiamo le regole di igiene e di comportamento, contribuiamo a proteggere meglio queste persone e consentiamo al nostro sistema sanitario di continuare a curare adeguatamente i pazienti con malattie gravi. I posti letto e i respiratori dei reparti di cure intense sono infatti limitati.

Avete più di 65 anni, siete incinte o soffrite di una delle malattie sopra indicate? Così potete proteggervi.

Per proteggervi al meglio da un contagio continuate a rispettare le regole di igiene e di comportamento. Valgono le raccomandazioni seguenti:

- lavatevi regolarmente e accuratamente le mani con il sapone;
- tenetevi a una distanza di almeno 1,5 metri dalle altre persone;
- rispettate l'obbligo della mascherina sui mezzi pubblici;
- rispettate le regole di igiene e di comportamento anche quando incontrate amici o familiari. Ad esempio, non toccate le stesse posate quando vi servite il cibo, non bevete dallo stesso bicchiere, ecc.;
- evitate gli orari di punta in luoghi molto frequentati (p.es. mezzi pubblici o stazioni ferroviarie durante gli orari dei pendolari, la spesa del sabato). Se tuttavia vi trovate in questi luoghi e non riuscite a mantenere la distanza necessaria, vi raccomandiamo di indossare la mascherina igienica).

Avete uno o più sintomi di malattia come tosse (perlopiù secca), mal di gola, affanno, dolori al petto, febbre o perdita improvvisa dell'olfatto e/o del gusto? **Chiamate immediatamente il vostro medico o un ospedale, anche durante il fine settimana.** Descrivete i vostri sintomi e dite che siete una persona particolarmente a rischio.

Se siete incinte potreste essere particolarmente a rischio di ammalarvi gravemente di COVID-19. A cosa dovete prestare attenzione?

Se siete incinte dovrete proteggervi per quanto possibile da un'infezione da nuovo coronavirus. Perciò vi consigliamo di seguire le nostre raccomandazioni per le persone particolarmente a rischio (v. risposta precedente).

Secondo l'ordinanza sulla protezione della maternità, il vostro datore di lavoro deve garantire che, in quanto donne incinte, siate protette nel miglior modo possibile da un contagio da nuovo coronavirus sul posto di lavoro. Se ciò non fosse possibile, deve offrirvi delle alternative. Qualora la continuazione del lavoro non sia più possibile, il vostro ginecologo può prescrivervi un divieto di occupazione.

Se siete incinte, secondo le più recenti conoscenze la malattia da nuovo coronavirus può avere un decorso grave, in particolare se siete, ad esempio, sovrappeso, in età avanzata o affette da particolari malattie. Attualmente i quesiti aperti sul nesso tra gravidanza e COVID-19 sono ancora numerosi. Per precauzione, la madre e il bambino devono essere particolarmente protetti.

Se avvertite sintomi della malattia, chiamate subito il vostro ginecologo per informarvi sulla procedura da seguire.

Come si trasmette il nuovo coronavirus?

Il virus si trasmette perlopiù attraverso un contatto stretto e prolungato, cioè quando si resta a meno di 1,5 metri di distanza da una persona infetta senza protezione (protezione significa ad es. che entrambe le persone indossano la mascherina). Più il contatto è stretto e prolungato, più è probabile un contagio.

Il nuovo coronavirus si trasmette nei modi seguenti:

- attraverso **goccioline e aerosol**: quando una persona contagiata respira, parla, starnutisce o tossisce, le goccioline contenenti il virus possono finire direttamente sulle mucose del naso, della bocca o degli occhi delle persone che le stanno vicino (<1,5 m).
La trasmissione a più lunga distanza tramite goccioline microscopiche (aerosol) è possibile, ma non frequente. Questo tipo di trasmissione potrebbe avere luogo soprattutto durante la pratica di attività che richiedono una respirazione più intensa, ad esempio lavoro fisico o sport, o quando si parla ad alta voce o si canta. Lo stesso vale se si resta a lungo in locali poco o non arieggiati, soprattutto se di piccole dimensioni;
- attraverso **superfici e mani**: quando una persona contagiata tossisce o starnutisce, emette goccioline infettive che finiscono sulle sue mani o sulle superfici vicine. Le persone sane che toccano con le mani queste goccioline e poi si toccano la bocca, il naso o gli occhi possono contagiarsi.

A partire da quando una persona è contagiosa?

Nota bene: chi si infetta con il nuovo coronavirus è contagioso per molto tempo, vale a dire:

- già **due giorni prima della comparsa** dei sintomi, ossia prima di accorgersi di essere stato contagiato;
- **se si hanno sintomi, si è particolarmente contagiosi**;
- **fino ad almeno 48 ore dopo** che ci si sente di nuovo completamente sani. Continuate dunque a tenervi a distanza e a lavare regolarmente le mani con il sapone.

Sintomi, diagnosi e trattamento

Quali sono i sintomi della malattia provocata dal nuovo coronavirus?

Quelli più frequenti sono:

- tosse (perlopiù secca);
- mal di gola;
- affanno;
- dolori al petto;
- febbre;
- dolori muscolari;
- perdita improvvisa dell'olfatto e/o del gusto.

Possono inoltre comparire i seguenti sintomi:

- mal di testa;
- malessere, debolezza generale;
- sintomi gastrointestinali (nausea, vomito, diarrea, mal di pancia);
- raffreddore;
- dolori muscolari;
- eruzioni cutanee.

I sintomi di malattia variano sensibilmente e possono essere anche lievi. Possono però presentarsi complicazioni, come una polmonite.

Se avvertite uno o più sintomi frequenti, potreste esservi infettati con il nuovo coronavirus.

In questo caso:

- **Restate a casa ed evitate qualsiasi contatto con altre persone.**
- **Fate l'autovalutazione sul coronavirus** (check.ufsp-coronavirus.ch) o chiamate il vostro medico. Rispondete al meglio a tutte le domande dell'autovalutazione online o che il medico vi pone per telefono. Al termine riceverete una raccomandazione pratica ed eventualmente l'istruzione di sottoporvi al test.
- **Leggete le istruzioni sull'«Isolamento»** (www.bag.admin.ch/nuovo-coronavirus-downloads) e attenetevi scrupolosamente.

Se avete più di 65 anni, siete incinte o soffrite già di una malattia, in caso di uno o più dei sintomi frequenti telefonate immediatamente a un medico, anche nel fine settimana.

Non sapete come comportarvi?

Fate l'autovalutazione sul coronavirus all'indirizzo check.ufsp-coronavirus.ch: dopo aver risposto ad alcune domande riceverete una raccomandazione pratica dell'UFSP (in italiano, tedesco, francese o inglese).

Alla pagina coronavirus.unisante.ch/evaluation del Cantone di Vaud trovate un'**autovalutazione sul coronavirus in altre otto lingue**.

L'autovalutazione non sostituisce la consulenza, la diagnosi e il trattamento di un professionista della salute. I sintomi descritti nell'autovalutazione possono essere associati anche ad altre malattie, che richiedono un iter diverso.

In caso di sintomi forti, che peggiorano o vi preoccupano, rivolgetevi sempre a un medico.

Nostro figlio di meno di 12 anni presenta sintomi. Come dobbiamo comportarci? Può andare a scuola o frequentare la struttura di custodia?

Sulla base delle conoscenze attuali, anche i bambini possono essere contagiati dal nuovo coronavirus. Rispetto agli adolescenti e agli adulti, tuttavia, i bambini fino a 12 anni presentano sintomi e trasmettono il virus ad altre persone più raramente.

Situazione 1: il bambino e il contatto stretto presentano sintomi

Se vostro figlio presenta sintomi di un possibile contagio da nuovo coronavirus ed è stato a stretto contatto con una persona sintomatica (persona con più di 12 anni), la procedura da seguire dipende dal risultato del test del contatto stretto:

- **In caso di risultato positivo del test del contatto stretto:** vostro figlio deve restare a casa e sottoporsi al test in accordo con il pediatra. Quest'ultimo vi istruirà su come procedere;
- **In caso di risultato negativo del test del contatto stretto:** vostro figlio può tornare a scuola o nella struttura di custodia se non ha avuto febbre per 24 ore o la tosse è migliorata visibilmente.

Situazione 2: il bambino presenta sintomi senza aver avuto contatti con persone malate

Se vostro figlio presenta sintomi di un possibile contagio da nuovo coronavirus e non è stato a stretto contatto con una persona sintomatica (persona con più di 12 anni), la procedura da seguire dipende dai sintomi e dallo stato di salute del bambino:

- **Vostro figlio presenta lievi sintomi da raffreddamento** (raffreddore e/o mal di gola e/o tosse leggera) **e il suo stato di salute generale è buono:** può continuare a frequentare la scuola o la struttura di custodia.
- **Vostro figlio ha la febbre e il suo stato di salute generale è buono:** deve restare a casa e può tornare a scuola o nella struttura di custodia se non ha avuto più febbre per 24 ore. Contattate il pediatra se la febbre di vostro figlio persiste per tre o più giorni. Se vostro figlio presenta altri sintomi (disturbi gastrointestinali, mal di testa, dolori articolari e perdita dell'olfatto e/o del gusto), discutete con il pediatra la procedura da seguire;
- **Vostro figlio ha una tosse forte e il suo stato di salute generale è buono:** deve restare a casa e può tornare a scuola o nella struttura di custodia se la tosse è migliorata visibilmente nell'arco di tre giorni. Contattate il pediatra se la tosse forte di vostro figlio persiste per più di tre giorni. Se vostro figlio presenta altri sintomi (disturbi gastrointestinali, mal di testa, dolori articolari e perdita dell'olfatto e/o del gusto), discutete con il pediatra la procedura da seguire;
- **Vostro figlio ha la febbre o una tosse forte e/o il suo stato di salute generale non è buono:** contattate direttamente il pediatra per discutere la procedura da seguire.

Come si tratta un'infezione da nuovo coronavirus?

Il trattamento si limita ad alleviare i sintomi. La persona ammalata viene isolata per proteggere le altre persone. Nei casi più gravi sono necessarie cure mediche intense, talvolta anche con respirazione artificiale.

Avete disturbi, vi sentite malati o avvertite sintomi che non sono correlati al nuovo coronavirus?

Disturbi di salute, malattie e sintomi non associati al nuovo coronavirus devono essere presi sul serio e curati. Cercate assistenza e non aspettate oltre: telefonate a un medico.

Quando devo sottopormi al test del nuovo coronavirus?

Vi sentite malati o avvertite sintomi della malattia da nuovo coronavirus? Restate a casa, fate l'autovalutazione sul coronavirus (check.ufsp-coronavirus.ch) o telefonate al vostro medico. Rispondete al meglio a tutte le domande del questionario di autovalutazione online o del medico. Al termine riceverete una raccomandazione pratica su come procedere ed eventualmente l'istruzione di sottoporvi al test. Restate a casa finché non è disponibile il risultato del test.

Dove posso fare il test?

I test sono svolti dai medici, negli ospedali o in centri appositamente designati. Potete fare l'autovalutazione sul coronavirus (check.ufsp-coronavirus.ch). Se il risultato dell'autovalutazione raccomanda di sottoporsi al test, riceverete istruzioni su come procedere.

La pagina www.ch.ch/it/coronavirus rimanda alle pagine Internet cantonali, sulle quali sono disponibili informazioni sul nuovo coronavirus e contatti utili.

In quali casi la Confederazione assume i costi di un test PCR?

Dal 25 giugno 2020 la Confederazione assume le spese del test diagnostico per il SARS-CoV-2 a condizione che siano soddisfatti i criteri dell'UFSP. Questo avviene, ad esempio, se avete sintomi compatibili con la COVID-19 e il vostro medico vi prescrive il test per diagnosticare un'infezione da nuovo coronavirus. Anche la segnalazione mediante l'app SwissCovid di un contatto con una persona infetta vale come criterio.

Se i criteri dell'UFSP non sono soddisfatti, la Confederazione non assume le spese per il test. Questo avviene, ad esempio, se fate il test perché avete bisogno del risultato per poter intraprendere un viaggio, oppure se il test è effettuato soltanto su esplicita richiesta del datore di lavoro.

Assembramenti, manifestazioni e attività nel tempo libero

Quali manifestazioni sono vietate?

Sono vietati gli assembramenti spontanei di **più di 15 persone** nello spazio pubblico. Per spazio pubblico s'intendono ad esempio i luoghi pubblici, i sentieri e i parchi.

Quali regole vigono per le manifestazioni pubbliche e private?

Alle manifestazioni private che hanno luogo nella cerchia familiare o di amici in luoghi non accessibili al pubblico (p. es. a casa) possono partecipare **al massimo 10 persone**. Se possibile, andrebbero però evitate.

Sono vietate le manifestazioni, segnatamente quelle religiose, sportive e culturali, con **più di 50 persone**. Sono escluse dal divieto le assemblee parlamentari e comunali. Continuano a essere ammesse le dimostrazioni politiche e la raccolta di firme per referendum e iniziative, come finora con le necessarie misure di protezione.

Quali regole vigono per le attività sportive e culturali nel tempo libero?

Le attività sportive e culturali praticate nel tempo libero in luoghi chiusi con fino a 15 persone sono ammesse se può essere mantenuta la distanza necessaria e se è portata la mascherina. È possibile rinunciare all'uso della mascherina soltanto in locali molto ampi, come campi da tennis al chiuso o grandi sale. All'aperto deve essere rispettata unicamente la regola del distanziamento. Gli sport con contatto fisico sono vietati. Le regole non si applicano ai ragazzi che non hanno ancora compiuto i 16 anni.

Nel settore sportivo e culturale professionale sono ammessi, rispettivamente, gli allenamenti e le competizioni e le prove e le esibizioni. Tutte le attività dei cori amatoriali sono vietate perché con il canto viene emessa una grande quantità di goccioline. Sono per contro consentite le prove dei cori professionali.

Quali regole vigono per bar e ristoranti?

- I gruppi di ospiti possono comprendere al massimo quattro persone per tavolo; questa limitazione non si applica ai genitori con figli;
- tra le ore 23.00 e le ore 6.00 queste strutture devono restare chiuse;
- per gli ospiti vige l'obbligo di stare seduti; gli alimenti e le bevande possono essere consumati soltanto stando seduti.

Quali regole vigono per discoteche e sale da ballo?

L'esercizio di discoteche e sale da ballo e lo svolgimento di manifestazioni di ballo sono vietati.

Telelavoro

Se possibile lavorate da casa. In questo modo riducete i contatti e quindi la diffusione del virus.

Per i lavoratori che non possono lavorare da casa vale la legge sul lavoro: il datore di lavoro è obbligato a proteggere la salute dei lavoratori con misure adeguate.

Maggiori informazioni

Dove posso reperire maggiori informazioni nella mia madrelingua?

Sulla piattaforma web [migesplus.ch](https://www.migesplus.ch) troverete maggiori informazioni affidabili sulla COVID-19 e anche su altri temi della salute: <https://www.migesplus.ch/it/temi/nuovo-coronavirus-covid-19>

Trovare aiuto

Cosa devo fare se in ospedale non si parla o si capisce la mia lingua?

Chiedete sin da subito un interprete. Esistono anche servizi di interpretariato telefonici. Se si ricorre a interpreti professionisti, i vostri familiari non devono accompagnarvi e possono così proteggersi da un contagio. In caso di interventi medici, avete il diritto di capire ed essere capiti.

Dovete restare a casa e avete bisogno di generi alimentari o medicinali?

O vorreste aiutare qualcuno?

Guardatevi intorno:

- Potreste chiedere aiuto a qualcuno?
- Potreste aiutare qualcuno?

Altre possibilità:

- Rivolgetevi al vostro Comune o alla vostra amministrazione comunale
- Utilizzate l'app «Five up»
- Visitate la pagina <http://www.hilf-jetzt.ch> / www.aide-maintenant.ch

Continua a valere l'imperativo di seguire le regole di igiene e di comportamento.

Siete preoccupati e vorreste parlare con qualcuno?

- Trovate informazioni su: www.salutepsi.ch; www.dureschnufe.ch; www.santepsy.ch
- Consulenza telefonica: 143 (Telefono Amico)

A casa vi sentite minacciati e cercate aiuto o protezione?

- Numeri di telefono e indirizzi e-mail per richiedere consulenza anonima e protezione in tutta la Svizzera su www.aiuto-alle-vittime.ch; www.opferhilfe.ch; www.aide-aux-victimes.ch
- In caso di **emergenza** chiamate la polizia: numero di telefono **117**

Altri numeri telefonici importanti:

- **Numero di emergenza** dell'ambulanza: **144**, attivo in tutta la Svizzera 24 ore su 24 per tutte le emergenze mediche.
- **Infoline** sul nuovo coronavirus: **058 463 00 00**, per domande sul nuovo coronavirus

- **Se non avete un medico di famiglia:** rivolgetevi a **Medgate** al numero **0844 844 911**, attivo 24 ore al giorno, 7 giorni su 7, 365 giorni l'anno.



Mascherine

In Svizzera in molti luoghi vige l'obbligo della mascherina. In generale, se siete fuori casa, l'obbligo vale se non potete tenervi costantemente a distanza dalle altre persone. La mascherina deve coprire sempre il naso e la bocca.

L'uso della mascherina in pubblico serve in primo luogo a proteggere gli altri. Una persona infetta può essere contagiosa già due giorni prima della comparsa dei sintomi, senza saperlo. Se perciò tutti indossano la mascherina in uno spazio ristretto, ogni persona è protetta dalle altre. L'uso della mascherina non garantisce una protezione totale, ma permette comunque di rallentare la diffusione del nuovo coronavirus.

Dove vige l'obbligo della mascherina?

- **Obbligo della mascherina sui mezzi pubblici e sugli aerei:** nei seguenti mezzi pubblici e settori del trasporto pubblico dovete portare la mascherina:
 - treni, tram, autobus;
 - impianti di risalita e funivie;
 - battelli;
 - aeromobili (tutti i voli di linea e i voli charter in partenza o in arrivo in Svizzera);
 - marciapiedi delle stazioni ferroviarie, fermate di tram e autobus, anche se si trovano all'aperto;
 - stazioni ferroviarie, aeroporti o altre aree di accesso ai trasporti pubblici, anche se si trovano all'aperto.
- **Obbligo della mascherina nei settori accessibili al pubblico:** in tutti i settori accessibili al pubblico delle strutture vige l'obbligo della mascherina. Ciò vale sia nei settori al chiuso sia in quelli all'aperto. Tra questi rientrano ad esempio:
 - negozi, centri commerciali, banche e uffici postali;
 - musei, biblioteche, sale cinematografiche, teatri e sale da concerto;
 - giardini zoologici e botanici e parchi di animali;
 - ristoranti, bar, sale da gioco e alberghi (ad eccezione delle stanze);
 - zone di entrata e spogliatoi di piscine, impianti sportivi e palestre;
 - istituzioni sanitarie, studi medici e aree di ospedali e case di cura accessibili al pubblico;
 - chiese e luoghi religiosi;
 - strutture sociali, consultori e centri di quartiere;
 - aree della pubblica amministrazione accessibili al pubblico, come ad esempio i servizi sociali, i tribunali nonché i locali chiusi accessibili al pubblico in cui si riuniscono i Parlamenti o le assemblee comunali;
 - mercati, inclusi i mercatini natalizi.
- **Obbligo della mascherina nello spazio pubblico:** nello spazio pubblico, ad esempio strade, marciapiedi, parchi e parchi giochi, vige l'obbligo della mascherina come segue:
 - nelle aree pedonali animate dei centri e dei nuclei dei paesi;
 - ovunque vi sia un numero di persone tale da non poter rispettare la distanza di 1,5 metri dalle altre persone. Ciò vale anche se siete in giro e incontrate amici e conoscenti senza potervi tenere a distanza.
- **Obbligo della mascherina al lavoro nei luoghi chiusi:** al lavoro dovete portare la mascherina in tutti i luoghi chiusi. Eccezioni ammesse: se lavorate in un locale separato o potete rispettare la distanza di 1,5 metri dalle altre persone, oppure se per motivi di sicurezza non potete portare la mascherina.
- **Obbligo della mascherina nelle scuole secondarie di livello II:** nelle scuole secondarie di livello II, come ad esempio i licei, le scuole professionali e le scuole specializzate, vige l'obbligo della mascherina. Gli allievi, gli insegnanti e il resto del personale devono portare la

mascherina. L'obbligo della mascherina vige durante le ore di lezione e nel perimetro scolastico.

Sono previste deroghe per bambini piccoli e altre persone?

I bambini d'età inferiore ai 12 anni non sono soggetti all'obbligo della mascherina. Inoltre sono esentate le persone che per motivi particolari, soprattutto medici, non possono indossare la mascherina.

Se non indosso la mascherina posso coprire il viso e il naso con una sciarpa o un fazzoletto?

No, portando una sciarpa o un fazzoletto non si ottempera all'obbligo della mascherina. Una sciarpa non protegge sufficientemente né da un contagio né altre persone. Si deve indossare una mascherina igienica o una mascherina in tessuto fabbricata industrialmente.

Viaggio / Entrata in Svizzera

Dal 6 luglio 2020, se entrate in Svizzera dopo avere soggiornato in determinate regioni siete obbligati a mettervi in quarantena per 10 giorni.

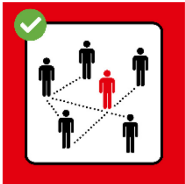
Questo provvedimento si basa sull'ordinanza sui provvedimenti per combattere il coronavirus (COVID-19) nel settore del traffico internazionale viaggiatori e vale per l'entrata in Svizzera da Stati o regioni con rischio elevato di contagio da coronavirus.

Notificate la vostra entrata entro due giorni all'[autorità cantonale competente](#) e seguite le sue istruzioni



Chi si sottrae alla quarantena o non osserva l'obbligo di notifica commette una contravvenzione ai sensi della legge sulle epidemie, punibile con una multa fino a 10 000 franchi.

L'elenco degli Stati o delle regioni con rischio elevato di contagio da coronavirus, i contatti delle autorità cantionali e le deroghe all'obbligo di quarantena sono disponibili su: www.bag.admin.ch/entrata.



I test del coronavirus e il tracciamento dei contatti fermano le catene di infezione.

Perché questi due provvedimenti sono tanto importanti?

Per poter tornare a una vita quasi «normale», tutte le persone che hanno sintomi di malattia devono fare il test del nuovo coronavirus, anche se i sintomi sono lievi. Oltre al test, è importante che tutti forniscano i propri dati di contatto per il tracciamento, ad esempio al ristorante, poiché le persone infette possono essere già contagiose anche quando stanno ancora bene. Così i test e il tracciamento dei contatti fermano le catene di infezione.

Se il test del coronavirus è positivo, inizia il tracciamento dei contatti

- Insieme alla persona infetta, le autorità cantionali ne rintracciano i contatti stretti.
- Le autorità informano i contatti di una possibile infezione e su come procedere.
- Anche se non hanno sintomi, queste persone devono mettersi in quarantena per dieci giorni a partire dall'ultimo contatto con la persona contagiosa.
- Se durante questo periodo non viene riscontrata alcuna infezione, le autorità terminano la quarantena.



App SwissCovid

Con l'aiuto dell'app SwissCovid per telefoni cellulari intendiamo contenere la diffusione incontrollata del nuovo coronavirus. Più persone la scaricheranno, più l'app contribuirà allo scopo. Chi è stato per un certo tempo in prossimità di almeno una persona che successivamente è risultata positiva al test del nuovo coronavirus, viene informato via app della possibilità di un contagio e su come procedere. La sfera privata resta protetta, l'utilizzo dell'app è volontario e gratuito. L'app può essere scaricata dall'App Store di Apple e da Google Play Store.

L'app SwissCovid aiuta a fermare più velocemente le catene di trasmissione

L'app SwissCovid per telefoni cellulari (Android/iPhone) contribuisce a contenere il nuovo coronavirus. Abbinata al tracciamento dei contatti classico svolto dai Cantoni per ricostruire le infezioni, contribuisce a interrompere le catene di trasmissione.

L'app SwissCovid è disponibile nell'Apple Store e in Google Play Store (in italiano, tedesco, francese, romancio, albanese, bosniaco, croato, inglese, portoghese, serbo, spagnolo, tigrino, turco)

- [Google Play Store per Android](#)
- [Apple Store per iOS](#)

L'uso dell'app SwissCovid è volontario e gratuito. Più persone la installeranno e la utilizzeranno, più efficace sarà il suo contributo al contenimento del nuovo coronavirus.

Come funziona l'app SwissCovid?

Installate l'app SwissCovid sul vostro telefono cellulare Apple o Android. Poi non dovrete fare altro che portarlo con voi con la funzione Bluetooth attivata. Nell'ambito della portata di Bluetooth, il telefono cellulare scambia gli ID casuali (codici di identificazione) con tutti gli altri telefoni cellulari che hanno un'app compatibile installata. Gli ID casuali vengono salvati sul telefono cellulare per 14 giorni e poi eliminati automaticamente.

L'app misura in forma anonima la durata dei contatti e la distanza da altri telefoni cellulari e registra i **contatti stretti** (meno di 1,5 metri di distanza per più di 15 minuti in un giorno). In questi casi, infatti, è possibile che il virus sia stato trasmesso.

Così avviene la segnalazione

Se risulta positivo al test del nuovo coronavirus, un utente dell'app SwissCovid riceve dal servizio del medico cantonale un cosiddetto codice Covid. La funzione di segnalazione dell'app può essere attivata soltanto con questo codice. In tal modo, gli altri utenti dell'app con cui la persona è stata a stretto contatto durante la fase contagiosa (due giorni prima della manifestazione dei sintomi) ricevono una segnalazione. Con l'inserimento del codice, la segnalazione avviene in modo automatico e anonimo.

Le persone informate possono rivolgersi all'infoline che appare nell'app e chiarire la procedura da seguire. La sfera privata rimane sempre protetta. Se una persona che ha ricevuto una segnalazione è già sintomatica, deve rimanere a casa, evitare il contatto con altre persone, fare l'autovalutazione sul coronavirus o rivolgersi al proprio medico.

Con questo comportamento solidale, possiamo contribuire a interrompere la catena di trasmissione del contagio.

Protezione della personalità

I dati raccolti dall'app SwissCovid vengono salvati soltanto localmente sul proprio telefono cellulare. L'app SwissCovid non invia dati personali o sulla posizione ad archivi o server centrali. Nessuno può dunque risalire alle persone con cui si è stati in contatto e a dove il contatto è avvenuto. Una volta superata la pandemia da coronavirus o se l'app dovesse dimostrarsi inefficace, il sistema sarà disattivato.

Ho ricevuto dall'app SwissCovid una segnalazione di possibile contagio. Ho diritto di sottopormi al test?

Sì. Se avete ricevuto una segnalazione di possibile contagio avete diritto a sottoporvi al test del coronavirus gratuitamente.

Si tratta infatti di un test pensato per individuare persone contagiate che tuttavia non presentano ancora sintomi. Il test va effettuato al più presto dopo 5 giorni dal possibile contagio.

In caso risultiate positivi, sarete contattati dal servizio cantonale competente che vi informerà su come procedere. Questa misura contribuisce a contenere la diffusione del virus.

Continuo a percepire lo stipendio se in seguito a una segnalazione di possibile contagio decido di mettermi in quarantena?

In caso riceviate una segnalazione di possibile contagio, telefonate all'infoline SwissCovid (il numero telefonico vi viene mostrato nell'app in caso di segnalazione). Questo servizio vi fornirà le risposte a queste domande.

In linea di principio, in caso rimaniate a casa a seguito di una segnalazione di un possibile contagio, il datore di lavoro non è tenuto a continuare a versare lo stipendio.

Solo se l'isolamento è disposto dalle autorità cantonali lo stipendio è garantito.

**Cos'è il nuovo coronavirus?
Che cosa sono il SARS-CoV-2 e la COVID-19?**

Il nuovo coronavirus è stato scoperto in Cina alla fine del 2019 a seguito di un numero insolitamente elevato di casi di polmonite nella città di Wuhan, nella Cina centrale. Il virus ha preso il nome di SARS-CoV-2 e appartiene alla stessa famiglia di agenti patogeni che causano la Sindrome respiratoria medio-orientale (MERS) e la Sindrome respiratoria acuta grave (SARS).

L'11 febbraio 2020, l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) ha denominato ufficialmente la malattia causata dal nuovo coronavirus «COVID-19», acronimo di «COronaVirus Disease 2019», in italiano «malattia da coronavirus 2019».

In base alle informazioni attualmente disponibili si ritiene che il virus sia stato trasmesso all'essere umano da animali e che ora si diffonda da persona a persona. L'epidemia ha avuto probabilmente origine in un mercato del pesce e di altri animali nella città di Wuhan, nel frattempo chiuso dalle autorità cinesi.

Per maggiori informazioni: www.ufsp-coronavirus.ch
www.bag.admin.ch/nuovo-coronavirus
(Tedesco, Francese, Italiano, Inglese)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH