



0000000000000000000000
0000000000000000000000

0000000000000000000000
436F726F6E617669727573

00000000 000000000000000000 0000000000000000000000 00000000000000000000 000000000000000000
486F6D65 506F706F6C617A696F6E65 4F70657261746F7269 73616E697461617269 446972657469697669
000000000000000000 00000000000000000000000000
43616D7861676E61 696E666F726D6174697661

0000000000000000000000 00000000000000000000000000
0800 144 144 63616E746F6E616C65

Tutti i giorni dalle 9.00 alle 17.00

Per informazioni generali, sanitarie e sostegno psicologico

Raggiungibile anche tramite l'indirizzo email hotline@fctsa.ch per informazioni generali, oppure sostegnopsi@fctsa.ch per il sostegno psicologico

[F165 Informazioni e suggerimenti per il proprio benessere e salute mentale](#)

0000000000000000000000 00000000000000000000000000
+41 58 463 00 00 6E617A696F6E616C65

Tutti i giorni dalle 6.00 alle 23.00

Per informazioni generali, informazioni sull'app SwissCovid, sulla quarantena e sull'isolamento

[F165 Informazioni sulla quarantena e sull'isolamento](#)

[F165 Informazioni sull'indennità per le persone messe in quarantena](#)

[F165 Informazioni generali](#)

0000000000000000000000 000000 0000000000000000000000 00000000 00000000 0000000000000000
4F62626C69676F 6469 6E6F746966696361 706572 636869 7269656E747261
0000 000000000000 00 0000000000000000 00 0000000000000000
6461 5374617469 65 526567696F6E69 61 7269736368696F

- [Formulario online](#)
- [Notification form for return from a high risk area](#)

00000000 0000000000000000 00 0000000000000000 000000 00000000000000 0000

000000000000

- [Coronavirus - Disposizioni cantonali valide dal 9 ottobre al 30 ottobre 2020 \(RG 5200 del 8 ottobre 2020\)](#)
- [Coronavirus - Disposizioni cantonali valide dal 9 ottobre al 30 ottobre 2020 \(Infografica\)](#)
- [Coronavirus – Anno scolastico 2020/2021 \(RG 3914 del 6 agosto 2020\)](#)

00000000000000000000 000000000000000000000000000000 0000 00000000000000000000

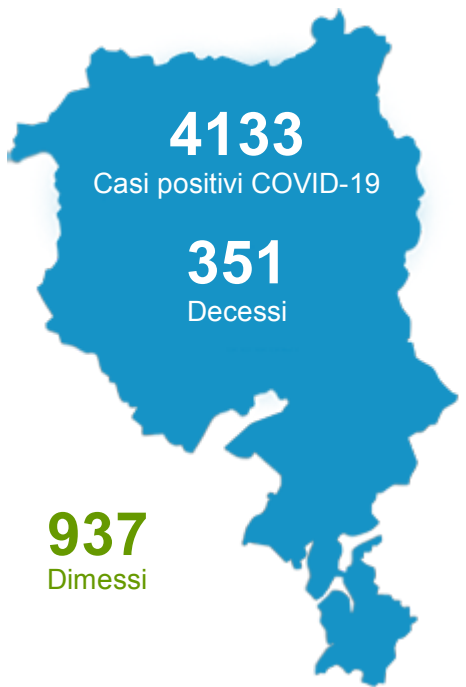
- [Divieti, obblighi e raccomandazioni - Stato dal 1. ottobre 2020 \(Infografica\)](#)

00000000000000 000000000000000000000000000000

- [Grandi manifestazioni in Ticino - Stato dal 1. ottobre 2020 \(Infografica\)](#)
- [Autorizzazione per grandi manifestazioni in Ticino](#)
- [Prescrizioni per la grandi manifestazioni \(UFSP\)](#)

000000 0000000000 00 00000000

- [24.09.2020 - La campagna dell'Ufficio federale della sanità pubblica entra in una nuova fase](#)



ARRIVA IL FREDDO... FACCIAMO COSÌ

Con l'arrivo dell'autunno la vita quotidiana si sposta prevalentemente al chiuso. I nostri comportamenti devono adeguarsi poiché in questa situazione il mantenimento delle distanze interpersonali risulta più difficile.

L'applicazione rigorosa delle misure di prevenzione comportamentali (distanza, igiene delle mani, mascherina) diventa determinante per evitare di contrarre il nuovo coronavirus o di diffonderlo involontariamente ad altre persone. Inoltre, valutando accuratamente le diverse circostanze incontrate, ognuno può adattare il proprio comportamento e ridurre ulteriormente la sua esposizione al virus.



Mascherina sempre a portata di mano

È obbligatoria laddove prescritto e sempre raccomandata quando la distanza non è garantita. Ma si può fare di più, quando possibile, ad es. evitando gli orari più affollati sui mezzi di trasporto pubblico. Un beneficio per tutti.



Lavarsi frequentemente le mani o disinfettarle

Appena si rientra a casa, arrivando e lasciando il lavoro, entrando e uscendo da un negozio... lavare o disinfettare accuratamente le mani è fondamentale per evitare di contaminare oggetti o superfici. Un gel disinfettante tascabile, sempre con sé, è quel che serve.



Mantenere le distanze

Evitiamo i luoghi affollati, ad es. facciamo la spesa in orari meno frequentati. E evitiamo il contatto diretto, come le strette di mano. Io qui, tu lì, perfetto così.



Quarantena e isolamento

La quarantena e l'isolamento sono essenziali per controllare la diffusione del nuovo coronavirus. Rispettarli è una responsabilità verso gli altri, prima ancora che per se stessi.

- [Scarica il flyer](#)
- [Isolamento e quarantena](#)

Arriva il freddo...

Arriva il freddo...

Valutiamo le situazioni e rispettiamo le regole



Tenersi a distanza



Lavarsi le mani



Usare la mascherina



Evitare luoghi affollati

- [Scarica il nuovo flyer](#)

Uso delle mascherine nello spazio pubblico



- [Come indossare correttamente una mascherina? Guarda il video](#)
- [FAQ: obbligo della mascherina su mezzi pubblici](#)

Campagna informativa "Distanti ma vicini"



- [Vai alla campagna informativa](#)



Evitare luoghi affollati



In caso di sintomi rimanere a casa



**Per informazioni chiamare la HOTLINE
0800 144 144
Tutti i giorni dalle 9.00 alle 17.00**



Tenersi a distanza



Lavarsi frequentemente le mani



Usare la mascherina

44 69 72 65 74 74 69 76 65 65 69 6E 66 6F 72 6D 61 7A 69 6F 6E 69

FO
CO

50 6F 70 6F 6C 61 7A 69 6F 6E 65

53 74 72 75 74 74 75 72 65 65 73 65 72 76 69 7A 69 64 69 61 63 63 6F 67 6C 69 65 6E 7A 61 65 78 74 72 61 2D
66 61 6D 69 67 6C 69 61 72 65 28 61 73 69 6C 69 6E 69 64 6F 2C 63 65 6E 74 72 69 65 78 74 72 61 73 63 6F 6C 61 73 74 69 63 69
65 66 61 6D 69 67 6C 69 65 64 69 75 72 6E 65 29



53 63 75 6F 6C 65

41 70 70 6C 69 63 61 7A 69 6F 6E 65 6D 6F 62 69 6C 65

Per un accesso diretto alle informazioni e ai servizi offerti dall'Amministrazione Cantonale, sono disponibili le seguenti applicazioni per "smartphone" da installare sui vostri dispositivi personali.



Primi soccorsi

- [Vedi in App Store](#)
- [Vedi in Google Play](#)



Restò

- [Vedi in App Store](#)
- [Vedi in Google Play](#)



RL Ticino

- [Vedi in App Store](#)
- [Vedi in Google Play](#)



Polizia e Territorio

- [Vedi in App Store](#)
- [Vedi in Google Play](#)

0000000000000000
436F6E646976696469

È possibile condividere questa pagina sui Social network o inoltrarla via email.

8130E8