

## VADEMECUM PER L'ESCURSIONISTA

### NON PUOI PARTECIPARE ALL'ESCURSIONE SE:

- Accusi sintomi influenzali come dolori diffusi, febbre, raffreddore, tosse
- Hai avuto contatti con persone affette da Covid-19 nei 15 giorni precedenti l'escursione
- Non hai tutti i dispositivi di protezione individuali

### PUOI PARTECIPARE ALL'ESCURSIONE SE:

1. Hai preso visione e firmato il **REGOLAMENTO**
2. Hai compilato e sottoscritto l'autodichiarazione e l'informativa sulla privacy
3. Hai tutti i dispositivi di protezione individuale richiesti
  - Mascherina chirurgica con marchio CE (se possibile anche quelle riutilizzabili)
  - Gel disinfettante (NO FAI DA TE)
  - Sacchetto per gli indumenti sudati e per i DPI usati
4. Mantieni **SEMPRE** la distanza minima di sicurezza di 2 metri dagli altri partecipanti
5. **SEGUI LE INDICAZIONI DELLA GUIDA IN OGNI MOMENTO**
6. **USI CORRETTAMENTE LA MASCHERINA.** Sempre a portata di mano (in tasca o sotto il mento); la indossi solo se devi starnutire o tossire, se incontri altri escursionisti, nelle soste, se devi avvicinarti alla guida.
7. **IGIENIZZI** molto spesso le mani
8. Durante la pausa pranzo mantieni sempre la distanza di sicurezza a meno che tu non sia in compagnia di tuoi congiunti o familiari
9. Se hai bisogno della guida indossa la mascherina e richiedi la sua attenzione
10. Non offrire cibi, bevande, oggetti personali, agli altri partecipanti.
11. Evitare foto di gruppo tutti vicini

Se non rispetti tutte le disposizioni date dalla guida, quest'ultima può invitarti a lasciare il gruppo e non sarai più sotto la sua responsabilità!

