



Parco Pineta

Il cuore verde della Lombardia



DECALOGO COMPORTAMENTALE SUGGERITO PER ESCURSIONISTI E TURISTI IN EPOCA DI COVID-19

Per le attività di fruizione in questa "Fase 2" invitiamo ciascun appassionato a comportamenti consapevoli e responsabili con un supplemento di prudenza, prevenzione, distanziamento sociale, per la tutela della salute di tutti.

- 1** Nel Parco Pineta e nei 4 PLIS situati nella Valle dell'Orona è presente una vastissima e articolata rete di sentieri e mete, differenziate per difficoltà ed impegno richiesto per raggiungerle. Valutate attentamente queste variabili in base al vostro stato fisico ed agli spostamenti necessari per raggiungere il punto di partenza dell'escursione. Sugeriamo di frequentare quei percorsi immersi nel verde e non lontani da casa ma altrettanto affascinanti, evitando lunghi spostamenti.
- 2** Se ti muovi in auto, parcheggia a debita distanza dalle altre vetture e, se non è possibile, attendi che i passeggeri delle altre autovetture si siano allontanati a sufficienza prima di scendere. Fai lo stesso quando dovrai risalire.
- 3** L'uso della mascherina durante lo svolgimento di attività sportiva/motoria non è obbligatorio, ma porta comunque con te nello zaino una mascherina facciale, un paio di guanti monouso e un flacone di gel disinfettante/igienizzante a base alcolica. Quando incroci altre persone ricordati di indossare sempre la mascherina facciale, oppure in alternativa usa uno scaldacollo per coprire bocca e naso.
- 4** Durante lo svolgimento dell'attività escursionistica mantieni sempre una distanza di 2 metri circa da colui che ti precede, mentre per attività di ciclo-escursionismo mantieni una distanza di 10 metri circa. In natura spesso vi è una ventilazione sostenuta e le goccioline che escono dalla bocca e dal naso attraverso la respirazione possono viaggiare più lontano.
- 5** Quando arrivi presso aree di sosta o punti di ritrovo, non appoggiare lo zaino su tavoli, panche e sedie, ma appoggialo a terra. Lo stesso vale per gli indumenti utilizzati (magliette sudate, giacche o altro). Non scambiarti borracce, posate o bicchieri con gli altri escursionisti.
- 6** Se c'è un gruppo di persone in un'area di sosta, indossa la mascherina e mantieni la distanza di almeno 1 metro. Se hai un colpo di tosse o starnutisci utilizza un fazzoletto usa e getta (da riportare poi a casa) oppure, se sprovvisto, usa la piega del gomito.
- 7** Le persone anziane, essendo più esposte, devono adottare comportamenti mirati alla massima cautela ed i soggetti con sintomatologia da infezione respiratoria e febbre (maggiore di 37,5°C) devono rimanere a casa.
- 8** Tutti devono avere massima prudenza per evitare di perdersi o di incorrere in incidenti che necessitino dell'intervento dei soccorsi.
- 9** Rispetta sempre le indicazioni comportamentali delle disposizioni nazionali, regionali e locali, e le norme igieniche fornite dalle Autorità Sanitarie per la Tutela della salute, e in caso di ogni dubbio leggi le FAQ sul sito del Governo, al link: www.governo.it/it/faq-fasedue.
- 10** La riduzione del contagio da coronavirus dipende largamente dai nostri comportamenti e dal nostro senso di responsabilità e rispetto verso gli altri.

