

17 dicembre 2021 13:41

**Feste di fine anno. Come non infettarsi o infettare i propri cari**di [Redazione](#)

Questo Natale 2021 sarà il secondo in

pandemia e, anche se siamo abituati a gesti e comportamenti di prevenzione per frenare la diffusione del virus, le feste di fine anno favoriscono il relax. Crediamo sia innegabile che è durante le riunioni con famiglia e amici che il coronavirus circola più facilmente. La quinta ondata epidemica, in gran parte grazie alla variante Delta, non ha ancora raggiunto il suo apice. Con l'arrivo della variante altamente contagiosa di Omicron, alcuni scienziati ritengono che ci sarà un'altra ondata da inizio 2022.

La risposta è nota: generalizzare il telelavoro, espansione della vaccinazione, tamponi e sequenziamento delle varianti in circolazione, ecc. Oltre a queste misure generali, è bene ricordarne alcune a livello individuale.

**Cosa fare per limitare la diffusione del coronavirus a Natale**

Per proteggere te stesso e i tuoi ospiti, si consiglia di **indossare la mascherina** in luoghi chiusi e frequentati.

Durante le riunioni private, dove è difficile mantenere la mascherina, **aerare il locale** per una decina di minuti all'ora e ridurre il numero degli ospiti permette di limitare il rischio di creare una fonte di contaminazione.

Fare un **tampone prima e dopo l'evento** utilizzando i vari test disponibili in farmacia o al supermercato (dove in genere costano meno) può essere anche una soluzione per incontrarsi in tranquillità.

**Baci e abbracci vanno evitati**, anche quelli ai più piccoli. Che ultimamente sono più colpiti dal virus perché non ancora tutti vaccinati e, quando sono a scuola, non sono molto attenti come gli adulti.

Il **lavaggio delle mani** e la **disinfezione delle superfici** sono sempre importanti.

Non esiste una ricetta miracolosa per una protezione garantita dal coronavirus. Ma combinate, tutte queste misure possono ridurre il rischio di infettare i propri cari o di essere infettati durante gli incontri di Natale e Capodanno.

**CHI PAGA ADUC**

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

**[La sua forza sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile](#)**

**DONA ORA** (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)