

UN INVERNO SICURO MANTENENDO LE DISTANZE

Informazioni e strumenti ausiliari attuali riguardo al coronavirus per fornitori di prestazioni



Gesundheitsamt
Uffizi da sanadad
Ufficio dell'igiene pubblica

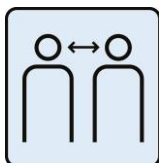
È dato per certo che il virus della COVID-19 ci accompagnerà per l'intera stagione invernale. Gli assembramenti di persone senza protezioni, i contatti ravvicinati e gli spazi chiusi costituiscono terreno fertile per il virus. Questo fatto pone tutti quanti di fronte a una grande sfida. Per contribuire a superarla, l'Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni, in collaborazione con le associazioni economiche e di categoria, ha allestito una panoramica delle direttive, delle raccomandazioni e dei contatti attuali. Questi sono esposti di seguito.

Contenuto

Isolamento e quarantena: come si svolgono?	3
Punti importanti relativi alla gestione del coronavirus	4
Glossario del coronavirus	8
Altri link	13
Contatti	14

Stato: 06.11.2020
Fatte salve eventuali modifiche

Distanziamento e igiene: fattori chiave per un inverno sicuro



Tenersi ad almeno **1,5 metri di distanza**.



Indossare una mascherina

Se non è possibile mantenere le distanze.



In caso di sintomi **rimanere a casa**.



Se possibile lavorare **da casa**.



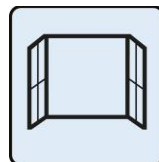
Lavarsi le mani con il sapone regolarmente e accuratamente.



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



Evitare strette di mano e abbracci.



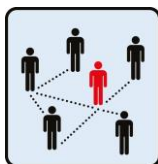
Arieggiare più volte al giorno.



Divieto di assembramenti spontanei di oltre 15 persone negli spazi pubblici.



In presenza di sintomi sottoporsi subito a un **test** e restare a casa.



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



Scaricare e attivare l'app **SwissCovid**.



Obbligo di indossare la mascherina nelle strutture e negli spazi chiusi accessibili al

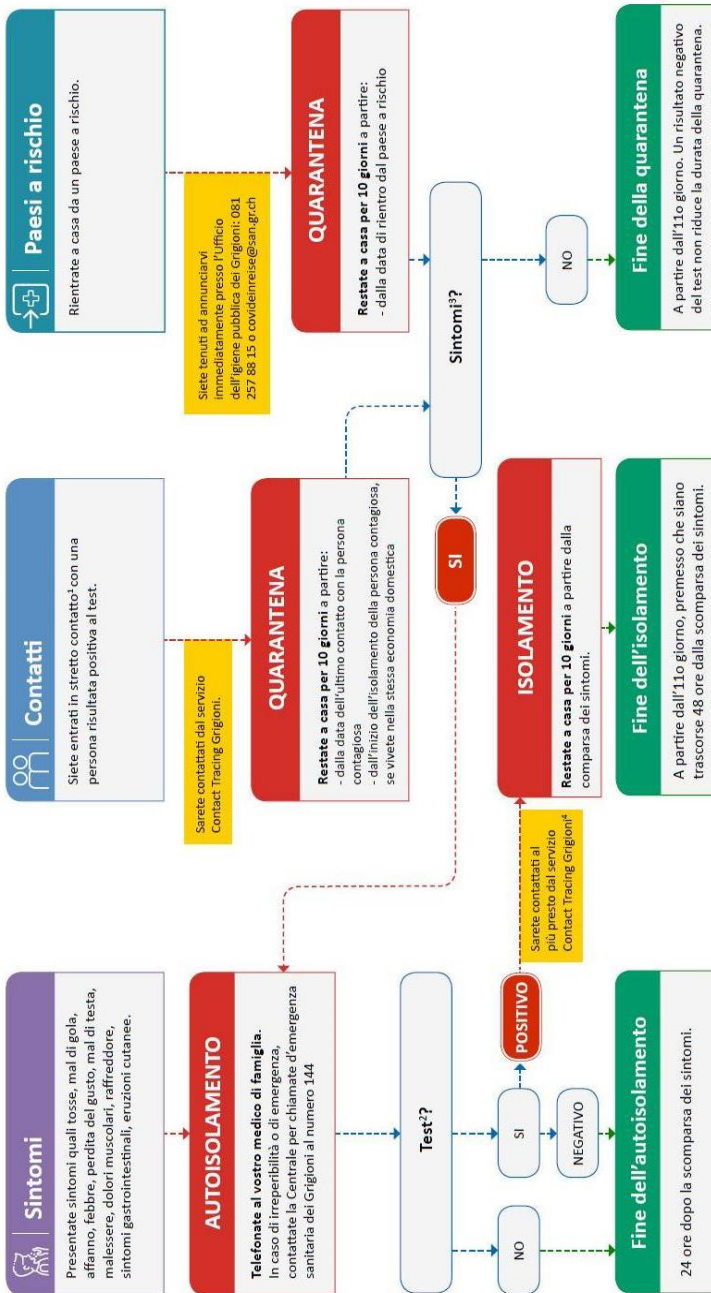


Prima di andare dal medico o al pronto soccorso, **annunciarsi sempre per telefono**.



Ridurre i propri **contatti** sociali.

Isolamento e quarantena: come si svolgono?



1. Contatto stretto significa che si è stati a una distanza inferiore a 1,5 metri e senza protezione (p. es. parete divisoria o quando entrambe le persone indossano una mascherina).
2. È il medico a disporre o meno l'effettuazione di un test.
3. Tosse, mal di gola, affanno, febbre, perdita del gusto, mal di testa, malessere, dolori muscolari, raffreddore, sintomi gastrointestinali, eruzioni cutanee.
4. Se non siete stati contattati entro 48 ore, vi preghiamo di annunciarvi presso il team Covid Care Grigioni: 081.257.88.10 (Lun a sab bis ore 8:00 - 12:30 e 13:30 - 17:00, dom ore 10:00 - 17:00) o covidcare@san.gr.ch.

Punti importanti relativi alla gestione del coronavirus

Protezione degli ospiti

Obbligo di indossare la mascherina

In tutte le strutture e gli spazi chiusi accessibili al pubblico vige l'obbligo di indossare la mascherina. Lo stesso vale per le aree esterne di strutture ed esercizi quali ristoranti, bar e luoghi in cui si svolgono manifestazioni.

Ristorazione

Nei ristoranti e nei bar è permesso consumare pasti e bevande soltanto seduti, indipendentemente se all'interno o all'esterno.

Possono sedersi allo stesso tavolo al massimo 4 persone. Fanno eccezione i nuclei familiari.

Tra le ore 23:00 e le ore 06:00 i locali pubblici devono rimanere chiusi.

Prevenzione La misurazione della temperatura corporea di per sé è poco utile, così come è trascurabile l'utilità dei test rapidi.

Eventualmente agli ospiti si può richiedere un'autocertificazione relativa allo stato di salute unitamente all'impegno / alla richiesta di annunciarsi qualora presentino sintomi.

Procedura in caso di ospite positivo al test

Ricostruire i contatti

Determini se l'ospite ha avuto contatti stretti* con altri ospiti.

***Contatto stretto:**
contatto a meno di 1,5 m di distanza e senza protezione (ad es. parete divisoria o entrambe le persone indossano una mascherina).

Ricostruisca anche se la persona ha eventualmente avuto contatti stretti* con collaboratori del Suo esercizio.

Quarantena

Tutte le persone che hanno avuto contatti stretti* con l'ospite risultato positivo al test devono stare in quarantena per 10 giorni. A tale scopo saranno contattati dal contact tracing dei Grigioni.

Partenza

Partire con il veicolo privato è possibile previo accordo con il contact tracing. Fare rientro a casa con i mezzi pubblici è possibile soltanto previo accordo con il contact tracing.

Protezione dei collaboratori

Mascherine

I Suoi collaboratori dovrebbero indossare una mascherina ogni volta che ciò è possibile. Ciò permette di ridurre le assenze dovute a malattia o a quarantena nel Suo esercizio.

Le persone che hanno avuto un contatto stretto con una persona affetta da COVID-19 non devono mettersi in quarantena se indossano una mascherina con coerenza e in modo corretto.

Test

In presenza di sintomi dovrebbe far sottoporre i Suoi collaboratori al test senza indugio. Essi devono rimanere a casa ed evitare tutti i contatti con altre persone fino all'esito del test. Se il test è negativo, la persona può riprendere il lavoro 24 ore dopo la scomparsa di qualsiasi sintomo.

Comportamento

Presti attenzione al fatto che i Suoi collaboratori mantengano una distanza sufficiente mentre mangiano. Assegni posti fissi per consumare i pasti e preveda più settori a tale scopo.

Si assicuri che le regole relative al distanziamento e all'igiene vengano rispettate anche durante le pause caffè, le pause per una sigaretta e la birra del dopolavoro.

Sensibilizzi i Suoi collaboratori anche riguardo al comportamento da tenere al di fuori del contesto lavorativo.

Come procedere se un collaboratore è risultato positivo al test

Ricostruire i contatti

Ricostruisca con quali altri collaboratori la persona ha avuto contatti stretti, eventualmente con persone di altri esercizi.

Determini se la persona ha avuto contatti stretti* con degli ospiti.

Quarantena

Tutte le persone che hanno avuto contatti stretti* con il collaboratore risultato positivo al test devono stare in quarantena per 10 giorni. A tale scopo saranno contattati dal contact tracing dei Grigioni.

Partenza

Partire con il veicolo privato è possibile previo accordo con il contact tracing. Fare rientro a casa con i mezzi pubblici è possibile soltanto previo accordo con il contact tracing.

Condivisione di una stanza

Le persone che si trovano in isolamento dopo essere risultate positive al test possono condividere una stanza.

È invece problematica la situazione in cui persone in quarantena condividono una stanza, tranne se si tratta del/della partner.

Come procedere in caso di sospetto

Mantenere la calma.

Le persone che manifestano sintomi devono evitare tutti i contatti con altre persone e contattare un medico. Quest'ultimo decide se occorre effettuare un test. Se non viene effettuato un test oppure qualora il test dia esito negativo, la persona può uscire dall'autoisolamento 24 ore dopo la scomparsa di qualsiasi sintomo (vedi schema a pagina 3).

Ospiti

Ospiti che presentano sintomi dovrebbero per quanto possibile rimanere nella loro stanza/nel loro appartamento. Le persone che viaggiano con questi ospiti non sono tenute a mettersi in quarantena fino all'esito del test. Dovrebbero però evitare le aree comuni dell'albergo. Per agevolarle in questo, si raccomanda di portare all'ospite che manifesta sintomi e alle persone che condividono con lui la stanza/l'appartamento i pasti fin davanti alla porta.

Collaboratori

I collaboratori che presentano sintomi devono rimanere a casa. Le persone entrate in contatto con questi collaboratori possono continuare a lavorare fino all'esito del test.

Eventi

Le direttive concernenti gli eventi cambiano costantemente. La preghiamo perciò di informarsi in merito allo stato attuale utilizzando il link in fondo al presente documento.

Al momento attuale, alle manifestazioni nelle strutture accessibili al pubblico sono ammessi al massimo 50 partecipanti. Inoltre è sempre richiesto un piano di protezione. Ciò riguarda tutte le manifestazioni sportive, culturali e di altro genere.

In caso di manifestazioni all'aperto, l'obbligo di indossare la mascherina va interpretato con meno rigidità.

È vietato svolgere manifestazioni di ballo.

In presenza di file di posti a sedere, ad esempio in teatri e cinema, un posto su 2 deve essere mantenuto libero.

I mercati e le fiere in spazi chiusi sono vietati.

Test

Per lottare contro l'epidemia è importante individuare per quanto possibile tutti i contagi da nuovo coronavirus. Per ciò si dovrebbe effettuare un test subito dopo il manifestarsi dei sintomi.

In presenza di sintomi si dovrebbe procedere ai test senza indugio

La Confederazione si assume i costi sia per i test PCR sia per i test antigenici rapidi, se è soddisfatto uno dei criteri seguenti:

- Si hanno sintomi compatibili con la COVID-19.
- Si riceve una segnalazione mediante l'app SwissCovid di un contatto con una persona infetta.
- Il servizio cantonale o un medico ordina l'esecuzione del test perché si è in quarantena.

La Confederazione non assume i costi se:

- Il risultato negativo serve per un viaggio.
- Il test è effettuato su richiesta del datore di lavoro.
- Il test viene svolto all'estero.



[Scheda informativa relativa all'assunzione dei costi](#)

Analisi e prestazioni mediche a ciò correlate

Tipi di test

Test PCR

Mediante striscio naso-faringeo o faringeo, il test PCR permette di determinare entro 24-48 ore un contagio da coronavirus. Lo striscio viene effettuato dal medico o negli ospedali.

Test antigenico rapido

I test antigenici rapidi forniscono un risultato entro 15-20 minuti. Essi vengono effettuati da personale medico specializzato mediante striscio naso-faringeo. Nei Grigioni per il momento i test rapidi saranno effettuati presso gli studi medici, gli ospedali e i centri di test.

Un test antigenico rapido può essere preso in considerazione in presenza di sintomi del nuovo coronavirus se sono soddisfatti tutti i seguenti criteri:

- I sintomi sono comparsi da meno di 4 giorni.
- Non si appartiene alla categoria delle persone particolarmente a rischio.
- Non si lavora nel settore sanitario con contatti diretti coi pazienti.
- Si è trattati in regime ambulatoriale.

Riguardo ai test voglia tenere presente le [disposizioni precise dell'Ufficio federale della sanità pubblica \(UFSP\)](#).

Glossario del coronavirus

C - CASI ATTIVI



Una panoramica del numero attuale di casi nei Grigioni è disponibile online su

www.gr.ch/coronavirus.

C - CONTACT TRACING

Al fine di mantenere sotto controllo l'epidemia evitando in tal modo di sovraccaricare gli ospedali, occorre sottoporre a test e isolare i casi sospetti nonché mettere in quarantena i relativi contatti. Per raggiungere questo obiettivo è necessario tracciare se possibile ogni singolo nuovo contagio e ricostruire i contatti: dove si è trattenuta la persona negli ultimi giorni, con chi ha avuto contatti stretti, chi altro potrebbe eventualmente aver contagiato? Il tracciamento della catena dei contagi, il cosiddetto contact tracing, è fondamentale per contenere l'epidemia.

C - CONTATTO STRETTO

Contatto stretto significa che Lei ha avuto contatto con una persona infetta a meno di 1,5m di distanza e senza protezione (ad es. parete divisoria o entrambe le persone indossano una mascherina). Quanto più tempo è durato il contatto con una persona infetta, tanto maggiore è la probabilità di un contagio.

Le autorità cantonali e le persone contagiate valutano insieme chi rientri tra i "contatti stretti". Le autorità cantonali prenderanno contatto con Lei qualora una persona infetta abbia indicato Lei come "contatto stretto". In tal caso Le sarà comunicato cosa fare.

C - CONTINUAZIONE DEL PAGAMENTO DELLO STIPENDIO

Se una persona deve mettersi in isolamento perché si è ammalata di nuovo coronavirus e il medico le ha rilasciato un certificato medico, ha diritto alla continuazione del pagamento dello stipendio o a un'indennità giornaliera per malattia.

La continuazione del pagamento dello stipendio è disciplinata dal Codice delle obbligazioni (CO). Il datore di lavoro è tenuto a pagare lo stipendio per almeno tre settimane.

Le persone che devono interrompere la propria attività lavorativa a seguito di una misura di quarantena hanno diritto a un'indennità di perdita di guadagno.

C – COVID-19

COVID-19 è il nome della malattia scatenata dal virus SARS-CoV-2, un particolare tipo di virus appartenente alla famiglia dei coronavirus. La malattia COVID-19 è soggetta all'obbligo di notifica. I medici notificano le persone malate al medico cantonale e all'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP). L'11 marzo 2020 l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) ha dichiarato lo stato di pandemia in relazione alla COVID-19.

C – COVID CARE APP GRAUBÜNDEN

Nei Grigioni, in alternativa all'assistenza telefonica, i pazienti COVID-19 e i loro contatti, tutti registrati nel contact tracing, possono scegliere una soluzione tramite app. Tramite messaggi push l'app chiede quotidianamente alle persone interessate i dati relativi alla salute e li trasmette all'Ufficio dell'igiene pubblica. Qualora lo stato di salute dovesse peggiorare, il COVID Care Team dell'Ufficio dell'igiene pubblica prende contatto con la persona interessata. L'app non dispone di una funzione di tracciamento, quindi non registra il luogo in cui la persona si trova, e non raccoglie nemmeno dati di altro genere. Essa serve unicamente a consentire una comunicazione più semplice ed efficiente tra tutti gli interessati, sgravando in tal modo il COVID Care Team nell'attività di contact tracing.

I – ISOLAMENTO

Le persone risultate positive al test del nuovo coronavirus devono mettersi in isolamento in conformità alle istruzioni della competente autorità cantonale. Isolamento significa rimanere a casa ed evitare qualsiasi contatto con altre persone. Qualora si condivida l'economia domestica con altre persone: si sistemi in una stanza da solo/a.

L - LAVORO RIDOTTO

Il 12 agosto 2020 il Consiglio federale ha deciso di mantenere la procedura semplificata per il preannuncio di lavoro ridotto nonché la procedura sommaria per il conteggio dell'indennità per lavoro ridotto (ILR) fino a fine dicembre del 2020. Pertanto fino al 31 dicembre 2020 per la gestione dell'ILR fa stato esclusivamente il "processo ILR COVID-19" e per l'ILR occorre utilizzare esclusivamente i moduli COVID-19, indipendentemente dal motivo per cui viene richiesta l'ILR.



Ulteriori informazioni riguardo all'indennità per lavoro ridotto:

www.kiga.gr.ch

M - MANIFESTAZIONI

Dal 29 ottobre 2020 vige il limite massimo di 50 partecipanti per manifestazioni in strutture pubbliche.



Ulteriori informazioni riguardo alle manifestazioni:
www.gr.ch/coronavirus
> Manifestazioni

O - OBBLIGO DI INDOSSARE LA MASCHERINA

Dal 29 ottobre 2020 in Svizzera è stato esteso l'obbligo di indossare la mascherina:

- negli spazi chiusi accessibili al pubblico
- su tutti i trasporti pubblici
- sui marciapiedi di fermate del tram e del bus o nelle stazioni ferroviarie, negli aeroporti o in altre aree d'accesso ai trasporti pubblici
- nei settori dell'amministrazione pubblica accessibili al pubblico
- nelle aree esterne di strutture ed esercizi, quali ad esempio negozi, ristoranti e bar
- in aree pedonali animate
- sul posto di lavoro, tranne nel caso in cui sia possibile mantenere la distanza tra le postazioni di lavoro
- nelle scuole a partire dal grado secondario II

Sono esclusi dall'obbligo di indossare la mascherina i minori di 12 anni e le persone che non possono indossarla per ragioni mediche.

P - PIANI DI PROTEZIONE

Tutte le strutture accessibili al pubblico, compresi le scuole dell'obbligo e gli istituti di formazione post-obbligatoria, nonché le manifestazioni continuano a necessitare di un piano di protezione.



Ulteriori informazioni riguardo ai piani di protezione:
www.bag.admin.ch

Q - QUARANTENA

Durante la quarantena si rimane a casa e si evita il contatto con altre persone. Una persona che si è trovata a contatto stretto con una persona contagiata dal nuovo coronavirus deve rimanere in quarantena per 10 giorni secondo le istruzioni dell'autorità cantonale competente. In questo modo può evitare di contagiare inconsapevolmente altre persone.

R – IL VALORE R0

Il tasso di riproduzione indica il numero medio di persone che vengono contagiate da una persona infetta in un determinato periodo di tempo. Se il valore è inferiore a 1, la persona infetta contagia in media meno di un'altra persona. Il numero di nuovi contagi diminuisce. Se è superiore a 1, la malattia si diffonde ulteriormente. Già variazioni minime dei decimali possono avere importanti conseguenze e il numero dei contagi può raddoppiare entro breve tempo.

S – APP SWISSCOVID

L'app SwissCovid per telefoni cellulari (Android/iPhone) contribuisce a contenere il nuovo coronavirus. Essa integra il classico contact tracing, ossia il tracciamento dei contatti da parte dei Cantoni, e contribuisce in tal modo a interrompere le catene di contagio. L'app SwissCovid è disponibile nell'Apple Store e in Google Play Store. L'utilizzo dell'app SwissCovid avviene su base volontaria ed è gratuito. Quanto maggiore è il numero di persone che installano e utilizzano questa app, tanto più essa contribuisce a contenere il nuovo coronavirus.

S - SINTOMI DI UN CONTAGIO DA CORONAVIRUS

I sintomi in caso di contagio da nuovo coronavirus sono molto variegati.

I sintomi più frequenti sono: malattia acuta delle vie respiratorie (mal di gola, tosse [di solito secca], difficoltà respiratorie, dolori al torace), febbre, perdita improvvisa dell'olfatto e/o del gusto.

Possono inoltre manifestarsi i sintomi seguenti: mal di testa, stato di debolezza generalizzata, malessere, dolori muscolari, raffreddore, sintomi gastro-intestinali (nausea, vomito, diarrea, mal di pancia), eruzioni cutanee.

L'intensità dei sintomi è variabile, possono anche essere deboli. Sono possibili anche complicazioni come una polmonite. Prenda contatto con il medico qualora si manifestino dei sintomi che La preoccupano

S - SOSTEGNO ALL'ECONOMIA E AL TURISMO

Il Cantone dei Grigioni vuole sostenere al meglio l'economia e il turismo in questa situazione difficile. A questo scopo il Governo ha istituito una task force composta da rappresentanti del Dipartimento dell'economia pubblica e socialità, del Dipartimento delle finanze e dei comuni nonché della Banca Cantonale Grigione.

Informazioni riguardo a misure di sostegno per l'economia, i datori di lavoro e i lavoratori nonché le PMI si trovano su:



www.gr.ch/coronavirus

> Lavoro ed economia

T - TASSO DI POSITIVITÀ

È la quota di test positivi al Sars-CoV-2 rispetto al totale di tutti i test effettuati. Questo tasso esprime principalmente l'efficacia della strategia dei test: una percentuale bassa indica che sono stati effettuati test su vasta scala che hanno interessato piuttosto persone con sintomi leggeri.

T - TEST

Rimanga a casa se si sente malato/a o se presenta sintomi. Effettui l'autovalutazione sul coronavirus oppure telefoni al Suo medico. Risponda nel modo più preciso possibile a tutte le domande dell'autovalutazione online o a quelle poste dal medico al telefono. Al termine riceverà una raccomandazione riguardo a come comportarsi e se del caso l'indicazione di sottoporsi al test. I test vengono effettuati da medici e negli ospedali. I costi del test vengono assunti dalla Confederazione, se sono soddisfatti i criteri dell'UFSP. Rimanga a casa fino a quando avrà ricevuto l'esito del test.



Criteri dell'UFSP:
www.bag.admin.ch

T - TEST DEL CORONAVIRUS

Si sente malato/a o presenta sintomi compatibili con il nuovo coronavirus? Rimanga a casa ed effettui l'autovalutazione sul coronavirus oppure telefoni al Suo medico. Risponda nel modo più preciso possibile a tutte le domande dell'autovalutazione online o a quelle poste dal medico al telefono. Al termine riceverà una raccomandazione riguardo a come comportarsi e se del caso l'indicazione di sottoporsi al test. Rimanga a casa fino a quando avrà ricevuto l'esito del test.

Dal 25 giugno 2020 la Confederazione si assume i costi del test, se sono soddisfatti i criteri dell'UFSP. Ciò è il caso ad esempio se presenta sintomi compatibili con la COVID-19 e se il Suo medico ha disposto un test

per determinare un contagio da nuovo coronavirus. Anche una segnalazione mediante l'app SwissCovid di un contatto con una persona infetta è considerata come un tale criterio.

Se i criteri dell'UFSP non sono soddisfatti, la Confederazione non si assume i costi per il test. Ciò può essere il caso ad esempio se il risultato serve per un viaggio oppure se il test viene effettuato solo su richiesta del Suo datore di lavoro.



Autovalutazione sul coronavirus:
check.bag-coronavirus.ch

V - VACCINO

Al momento non esiste ancora un vaccino omologato contro l'agente patogeno SARS-CoV-2 e la malattia COVID-19 da esso scatenata. In tutto il mondo sono in corso numerosi progetti di ricerca i quali tuttavia si trovano ancora in differenti fasi di sviluppo. Al momento attuale non è possibile formulare previsioni affidabili riguardo alle tempistiche relative alla disponibilità di un vaccino efficace.

Altri link

Sulle piattaforme indicate di seguito si trovano informazioni e raccomandazioni operative concernenti il tema del coronavirus destinate alle aziende.



HotellerieSuisse

Una panoramica delle principali domande e risposte quale aiuto.

www.hotelleriesuisse.ch



Unione grigionese delle arti e mestieri

Informazioni sul coronavirus destinate alle imprese.

www.kgv-gr.ch



GastroSuisse

Informazioni e promemoria importanti.

www.gastrosuisse.ch



Grigioni Vacanze

Compendio relativo a un modo intelligente di comunicare con gli ospiti.

www.graubuenden.ch



Gruppo d'interesse turismo dei Grigioni

Esempi di best practice e misure di attuazione per un turismo invernale sicuro.

www.itgr.ch



Sito web dedicato al coronavirus del Cantone dei Grigioni:

www.gr.ch/coronavirus



Sito web dedicato al coronavirus dell'UFSP:

www.bag.admin.ch



Sito web dedicato al coronavirus relativo alle campagne:

bag-coronavirus.ch



Ordinanza COVID-19

Contatti

Infoline dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) per questioni di carattere generale

T +41 58 463 00 00, ogni giorno, ore 6:00 - 23:00

Infoline per persone che entrano in Svizzera

T +41 58 464 44 88, ogni giorno, ore 6:00 - 23:00

COVID Care Team Grigioni

T +41 81 257 88 10, Lu - Sa ore 8:00 - 12:30 e ore 13:30 - 17:00 | Do ore 10:00 - 17:00

E-mail covidcare@san.gr.ch

COVID: entrata nei Grigioni

T +41 81 257 88 15, Lu - Ve ore 8:00 - 12:30 e ore 08:00 - 12:30 e ore 13:30 - 17:00

E-mail covideinreise@san.gr.ch

Servizio di comunicazione coronavirus Grigioni

T +41 81 254 16 00, Lu - Ve ore 08:00 - 17:00

E-mail kfsinfo@amz.gr.ch

Ufficio per l'industria, arti e mestieri e lavoro (UCIAML)

T +41 81 257 67 00, Lu - Ve ore 8:00 - 12:30 e ore 14:00 - 16:00

Infoline SECO per le imprese

T +41 58 462 00 66, Lu - Ve ore 09:00 - 12:00

Note

A series of 20 horizontal dashed lines providing a template for handwritten notes.



Gesundheitsamt
Uffizi da sanadad
Ufficio dell'igiene pubblica