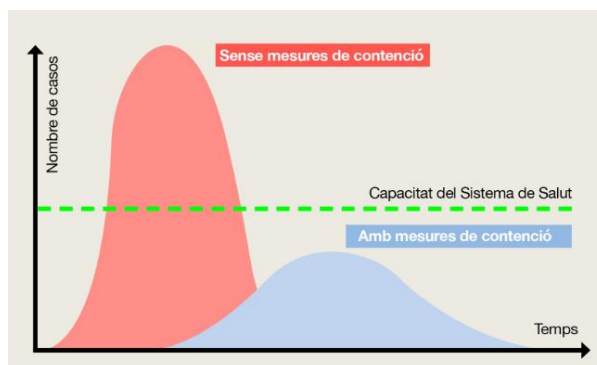


Adaptació d'hàbits socials al lloc de treball amb motiu de la COVID-19

La recomanació del distanciament de seguretat persegueix reduir el risc de contagi i impedir que les infeccions tinguin lloc de manera massiva. És a dir, que encara que es produeixin, ho facin d'una manera esglaonada i amb l'objectiu fonamental de no col·lapsar els serveis de salut.



Recomanacions

- Com a norma general, eviteu els contactes propers típics de salutació social i mantingueu una distància mínima de seguretat entre persones de 1,5 m.
- Eviteu les reunions de treball de caràcter presencial, especialment si impliquen la mobilitat de treballadors i treballadores o de personal sense adscripció a la UAB.
- És convenient anul·lar les reunions amb més de 10 persones en espais tancats que no disposin de ventilació mecànica, o aquelles on no es pugui garantir el manteniment de les distàncies de seguretat establertes entre els assistents.
- Cal prioritzar que es facin en línia, en espais oberts o distribuïnt grups petits en llocs diferents.
- Si la reunió presencial és del tot indispensable, cal que apliqueu les mesures higièniques i mantingueu una distància mínima de seguretat entre persones assistents de 1,5 metres.
- De manera general, ventileu un mínim de 10 minuts a l'inici i durant la jornada, tan si es disposa de ventilació mecànica com si no un mínim de tres cops durant la jornada.
- Sempre que sigui possible es fomentarà el teletreball per minimitzar el risc d'exposició i interacció amb altres. Això sí, procurant no tenir visites ni fer-les fora del vostre domicili.
- Eviteu tocar-vos els ulls, el nas i la boca amb les mans si no estan netes.
- Es farà servir el sistema de marcatge amb la targeta. Seria convenient anul·lar els sistemes de marcatge dactilar

- Retireu, en la mesura que sigui possible, els objectes que presentin dificultats per a la seva neteja (apliqueu una política de taula neta i ordenada).
- Netegeu i desinfecteu regularment amb els productes habituals les superfícies dures i compartides; sobretot, les que entren més en contacte amb les mans (taules, teclats d'ordinador, ratolins, telèfons, etc.).
- Aïlleu-vos a casa amb símptomes lleus, per indicació mèdica és una responsabilitat que té la ciutadania per evitar el contagi de les amistats i del veïnat.

També podeu ajudar a evitar que la por es converteixi en un fenomen viral que interfereixi en la ja prou complexa situació sanitària promovent:

- Les bones pràctiques preventives entre els companys i les companyes.
- Accepteu que l'evolució de la situació fa necessari que algunes de les mesures previstes també evolucionin i s'adaptin constantment.
- Feu un seguiment de canals de comunicació fiables i contrastats.

Recordeu sempre que la millor manera d'evitar contagis, com passa amb altres malalties infeccioses, és seguir les recomanacions d'higiene i de protecció individual que us recomanem reiteradament.

Aquesta informació està en revisió permanent. 01/07/2020