

Recomanacions per a empresaris

Visites externes

/ Evitar el contacte



/ Limitar al màxim les visites no imprescindibles



/ Punt d'entrada únic



/ Rentat de mans, hidrogel, guants i mascareta



/ No permetre accés si +37°C



Condicions de treball

/ Evitar aglomeracions (1,5 m o mampara)



/ Proporcionar material protecció individual i estris desinfectats



/ Temperatura inici / final jornada (+37,5°C aïllar)



/ Estar en contacte amb al servei de prevenció de riscos laborals

/ Elaborar pla (quadrilles, tornos, responsables, zones, vigilar símptomes...)



Mesures d'higiene

/ Evitar compartir estris de treball (galledes...)



/ Reforçar la neteja de mans amb sabó, hidrogel



/ Ventilació diària (finestres)



/ Desinfectar WC i zones comunes sovint



Desplaçaments

/ Fomentar vehicles individuals (bicicleta)



/ Respectar els límits d'ocupació dels vehicles i ús de guants i mascareta



Allotjament

/ Desinfecció zones comunes

/ Delimitar espais



/ Mantenir la distància 1,5 m

/ Asignar horaris d'ús de les zones comunes.



/ Ventilació freqüent dels espais

/ Evitar zones comunes

Recomanacions per a persones que treballen a la verema

Hàbits higiene personal



/ No tocar-se la cara (ulls, nas, boca)



/ Cobrir-se la boca al tossir/esternudar



/ Evitar el contacte



/ Dutxa diària



/ Netejar mòbil, claus, ulleres

Hàbits higiene lloc de treball



/ Distància mínima 1,5 m



/ Mesurar temperatura inici / final jornada (desinfectar termòmetre)



/ Utilitzeu recipients individuals per beure



/ Rentar mans i hidrogel sovint



/ Utilitzar guants i mascareta

Hàbits higiene allotjament



/ Distància mínima 1,5 m



/ Evitar zones comunes



/ No compartir utensilis



/ Rentar mans i hidrogel sovint



/ A l'arribada, deixar sabates fora, rentar roba +60° (o guardar en una bossa) i dutxa

Hàbits desplaçament



/ Fomentar vehicles individuals (bicicleta)



/ Respectar els límits d'ocupació dels vehicles



/ Evitar el contacte

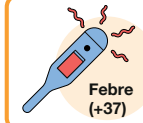


/ Utilitzar guants i mascareta dins el vehicle

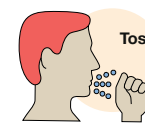
Què he de fer en cas de tenir símptomes de COVID-19?



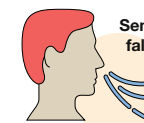
Quins són els símptomes?



Febre (+37)



Tos



Sensació de falta d'aire



Malestar general

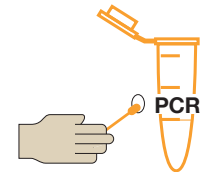
Si creus que pots estar afectat pel coronavirus SARS-CoV-2:

061 /Salut Respon

Contactar amb el teu CAP corresponent per a la valoració d'Atenció Primària i t'indicaran passos a seguir.



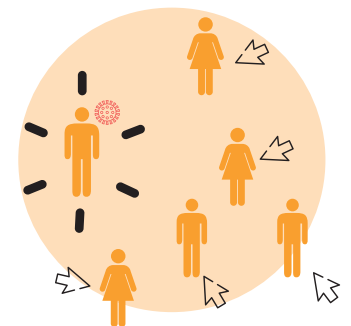
/ El teu metge o metgessa **avalua els símptomes** i, si és necessari, **et fa la prova PCR.**



Podràs consultar els resultats a través de **La Meva Salut.**

► Cal que **identifiquis** les persones amb qui has estat en **contacte estret** des de les **48 hores prèvies** als símptomes i les reportis.

► Ho podràs fer conjuntament amb el teu **professional sanitari** o a través del **formulari** que rebràs per missatge SMS o per correu electrònic.



TRIA UN ESTIU AMB PREVENCIÓ



POSA'T LA
MASCARETA



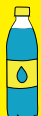
RENTA'T
LES MANS



RESPECTA
LA DISTÀNCIA



NO COMPAR-
TEIXIS ESTRIS,
BEGUDA O
MENJAR



HIDRATA'T



FES SERVIR
CREMA
SOLAR



EVITA LA
CALOR



REFRESCA
L'AMBIENT

Si et trobes malament o tens símptomes de la COVID-19, truca ràpidament al 061 Salut Respon. **Tria /Salut.**

/Salut

 Generalitat de Catalunya **75** Milions de futurs

Recursos sanitaris a la teva disposició

Dona't **d'alta** a l'espai de salut digital **La Meva Salut:**



- ▶ a través d'aquest formulari canalsalut.gencat.cat/lamevasalut-registre
- ▶ o trucant al **900 053 723** (de dilluns a divendres, de 8 h a 20 h)

Si tens símptomes, has de:

- ▶ contactar amb el teu centre d'atenció primària,
- ▶ trucar al **061 /Salut Respon**
- ▶ o fer una eConsulta a través de **La meva /Salut**

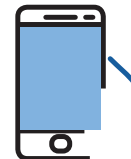
Fes seguiment dels símptomes:

- ▶ descarrega't l'aplicació **STOP COVID19 CAT**
- ▶ o accedeix a aquest enllaç covid19xat.catsalut.cat

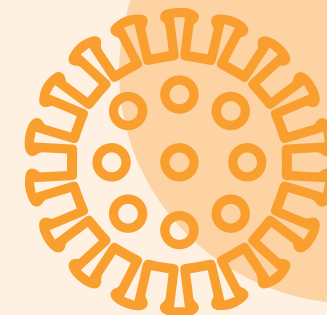


Cuida la teva salut emocional:

- ▶ accedeix a aquest enllaç GestioEmocional.cat



Per a més informació, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus



Per una verema saludable i segura davant la **COVID-19**