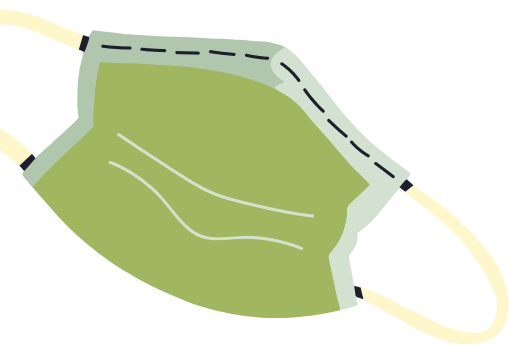


PAUTES PER A UN BON DESCONFINAMENT

MASCARETA



- És obligatòria si no hi ha la distància de seguretat de dos metres.

**Excepte persones amb problemes respiratoris i de menys de 6 anys.*

- En el següent enllaç, trobaràs un vídeo explicatiu de l'ús correcte de la mascareta:

<https://m.youtube.com/watch?v=EKGO6SRjJWU&feature=youtu.be>

MANS



- Renta't les mans freqüentment; amb aigua i gel desinfectant o sabó.

- Al següent enllaç pots aprendre com rentar-te-les:

<https://www.youtube.com/watch?v=oG2XN8HhvUg>

- Altres consells:

- No tocar-te el nas, la boca i els ulls si estàs a lloc públics, cal rentar-se les mans abans.
- Utilitzar mocadors d'un sol ús i canviar sovint les tovalloles de mans.
- Vigilar amb la utilització dels guants i sobretot a l'hora de treure'ls. Utilitza'ls per anar al supermercat. No és aconsellable utilitzar-los per a tot.

FASES



Hi ha 4 fases: La 0, la 1, la 2 i la 3.

Segueix les mesures i el que pots fer a:

- **Canal Salut:** <https://canalsalut.gencat.cat/ca/inici>

- **Web desescalapp:** <https://www.desescalapp.com/>

FEINA

La nostra experiència...



- A l'empresa et fan una formació per a la prevenció del covid-19

- Sempre que es pugui, és millor realitzar teletreball.

- Prendre's la temperatura abans d'anar a treballar.

- Netejar freqüentment el lloc de treball i rentar-se sovint les mans.

- Evitar compartir material i espais de treball (com l'ordinador)

- Ús habitual de la mascareta.

També pots consultar a...



- Truca al 012 i informa't

- Web 324

- Telegram "gencat"

- Web mossos d'esquadra



FUNDACIÓ
TRESC