



PLA DE CONTIGÈNCIA

Centre Ocupacional

Les Sureres

ÍNDEX

CAPÍTOL 0. DADES DE L'EMPRESA

CAPÍTOL 1. INTRODUCCIÓ

CAPÍTOL 2. DESCRIPCIÓ DETALLADA DE L'ACTIVITAT DEL MEDI FÍSIC ON ES DESENVOLUPA

- 2.1 Descripció de cada una de les activitats desenvolupades objecte del Pla
- 2.2 Descripció del centre o establiment, dependències i instal·lacions on es desenvolupen les activitats del Pla.
 - 2.2.1. Descripció del centre i el seu emplaçament
 - 2.2.2 Composició del centre
 - 2.2.3 Descripció de les instal·lacions generals del centre
 - 2.2.4 Espai exterior
 - 2.2.5 Descripció dels accessos i condicions d'accessibilitat per a l'ajuda externa
- 2.3 Classificació i descripció d'usuaris
 - 2.3.1 Plantilla
 - 2.3.2 Presència de personal a les diferents hores del dia
 - 2.3.3 Residents que realitzen les seves activitats fora del centre
- 2.4 Descripció dels processos de treball i llocs de treball
- 2.5 Responsable del Pla i organització

CAPÍTOL 3. BASE LEGAL DEL PLA

CAPÍTOL 4. ABAST DEL PLA . NATURESA DE LES ACTIVITATS I AVALUACIÓ DEL RISC D'EXPOSICIÓ

CAPÍTOL 5. DESENVOLUPAMENT DEL PLA

- 5.1 Situació de partida
- 5.2 Inventari dels mitjans humans i materials disponibles en el centre enfront del COVID-19
 - 5.2.1 Mitjans humans.
 - 5.2.1.1 Funcions i responsabilitats
 - 5.2.2 Mitjans tècnics
- 5.3 Accions i mesures previstes
- 5.4 Anàlisi previ.

5.5 Mesures i accions a dur a terme

5.5.1 Mesures higièniques bàsiques

5.5.2 Mesures tècniques. Distanciament interpersonal

5.5.3 Mesures organitzatives

5.5.4 Mesures de prevenció del risc de difusió de la contaminació.

5.5.5 Mesures de prevenció del risc i de danys derivats en persones de risc i especialment sensibles .

5.5.6 Mesures d'actuació davant la sospita o activació d'un possible cas.

5.5.7 Persones treballadores que realitzin activitats fora del centre

5.5.8 Coordinació d'Activitats Empresarials amb contractes, subcontractes, clients , usuaris o altres persones presents en el centre alienes a l'empresa.

CAPÍTOL 6. ESPECIFICACIONS PER AL RETORN A L'ACTIVITAT (MESURES ESPECÍFIQUES DE L'ACTIVITAT)

CAPÍTOL 7. SEGUIMENT DEL PLA

CAPÍTOL 8. VIGÈNCIA I ACTUALITZACIÓ DEL PLA

ANNEXOS

CAPÍTOL 0. DADES DE L'EMPRESA

PLA D'ACTUACIÓ PER A LA REINCORPORACIÓ A L'ACTIVITAT DE POST COVID-19 DATA: Maig de 2020			
EMPRESA	FUNDACIÓ PRIVADA DEL MARESME	CIF	G60703303
ADREÇA	PLAÇA DELS BOUS 3-5 MATARÓ 08301		
CORREU ELECTRÒNIC	fundacio@fundaciomaresme.cat	TELÈFON	937904748
ACTIVITAT	ATENCIÓ A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL I A LES SEVES FAMÍLIES	NÚM. TREBALLADORS	263
SITUACIÓ	Mantinguda l'activitat per ser sector essencial o crític		
	x Sector no essencial però amb activitat durant l'estat d'alarma		
	Sense activitat durant l'estat d'alarma		
CLASIFICACIÓN EXPOSICIÓN AL SARS-CoV-2 EN EL ÁMBITO LABORAL	Exposició de risc		
	Exposició de baix risc		
	X Baixa probabilitat d'exposició		

CAPÍTOL 1. INTRODUCCIÓ

Segons l'opinió d'especialistes en salut pública i epidemiòlegs que s'estan difonent en els mitjans de comunicació, les mesures a adoptar pel Govern de cara al restabliment de l'activitat dependran de com avanci l'epidèmia i que es descobreixi quanta gent realment ha passat la malaltia, per a conèixer el grau d'immunització de la població.

Les primeres indicacions sobre aquest tema apunten al fet que les mesures de tornada a la normalitat s'aplicaran a poc a poc; igual que no tothom va deixar de treballar alhora, no tots tornaran als seus llocs al mateix temps. S'aniran permetent més activitats i s'anirà comprovant amb una vigilància molt estricta si hi ha algun rebrot, amb la possibilitat que hi hagi mesures que s'hagin de revertir.

La reincorporació podrà ser diferent en quan a sectors d'edat, de patologies prèvies, o fins i tot diferenciada quant al nivell d'avanç del control de l'epidèmia en les diferents comunitats autònomes o poblacions d'Espanya. I amb mesures que potenciïn el teletreball sempre que sigui possible.

És per això que, una vegada que finalitzi la situació creada per l'estat d'alarma i l'aplicació de les mesures per a les activitats essencials, tots haurem de tornar, d'una forma o una altra, amb major o menor ritme de progrés, a la nostra activitat quotidiana en funció de l'aixecament de les mesures que estableixi el Govern.

El present document estableix un Pla de contingència i actuació davant COVID-19, per a definir els elements essencials i pautes a aplicar i tenir en compte per al manteniment de l'activitat en la

mesura en què les normes dictades pel Govern i les Autoritats Sanitàries el vagin fent possible. Aquest Pla contempla les accions a realitzar per a dur a terme aquest procés de reincorporació a l'activitat, així com les pertinents mesures organitzatives, col·lectives i individuals a adoptar. Aquestes mesures estaran sempre dirigides a la prevenció de la infecció per COVID-19 i a la resposta davant l'eventual aparició de casos o contactes estrets amb persones contagiades.

CAPÍTOL 2. DESCRIPCIÓ DETALLADA DE L'ACTIVITAT DEL MEDI FÍSIC ON ES DESENVOLUPA

2.1 Descripció de cada una de les activitats desenvolupades objecte del Pla

El centre ocupacional és l'alternativa, des de l'àmbit de serveis socials, a la integració d'aquelles persones que no poden incorporar-se al sistema de treball i de mercat ordinari, ni a un Centre Especial de Treball, per no arribar a un determinat nivell de capacitat productiva i que consegüentment no poden cenyir-se a una relació laboral.

El Centre Ocupacional és un servei i establiment de serveis socials, que té per objecte facilitar als seus usuaris, mitjançant una atenció diürna de tipus rehabilitador integral, els serveis de teràpia ocupacional. Atén a persones adultes, a partir dels 18 anys, que pateixen una discapacitat intel·lectual amb un grau de disminució igual o superior al 65%. Aquestes tenen un nivell de retard mental entre moderat i sever i una necessitat de suport en pràcticament totes les AVD (Suport Extens i Generalitzat).

2.2 Descripció del centre o establiment, dependències i instal·lacions on es desenvolupen les activitats del Pla.

2.2.1 Descripció del centre i el seu emplaçament.

El Centre ocupacional Les Sureres és un servei situat al Carrer Riu Segre, número 25 de Mataró.

Es tracta d'una construcció de l'any 1960, reformada. La parcel·la té 6.174m² amb dues edificacions aïllades: la Llar Les Sureres i el Centre Ocupacional Les Sureres. EL CO Les Sureres és un edifici principalment en planta baixa, amb solament un petit espai en planta primera destinat a oficina.

2.2.2 Composició del centre

L'edifici comparteix ús amb la Llar Les Sureres que es troba dins de la mateixa parcel·la, però a més de 25 metres de distància.

En la planta baixa trobem el vestíbul, a mà esquerra trobem l'escala que condueixen al despatx de planta primera, a mà dreta trobem un bany i tres tallers. També un petit espai que s'utilitza com a zona de descans per a les persones usuàries. Seguint recte trobem 2 banys més i dos vestuaris, un espai polivalent, el menjador i la cuina. Tots els tallers tenen sortida directa a l'exterior.

Les superfícies aproximades són:

Planta baixa:

- Accés: 9.75m²
- Tallers: 95m²
- Serveis: 13m²
- Vestuaris: 15m²
- Espai de descans: 10m²
- Distribuïdor: 34m²
- Espai polivalent: 13m²
- Menjador: 50m²
- Cuina: 6m²
- Magatzem: 6m²
- Despatx: 24m²

2.2.3 Descripció de les instal·lacions generals del centre

Instal·lació	Característiques específiques de la instal·lació
Aire Condicionat / Calefacció	El centre no disposa d'Aire condicionat. La calefacció és de gas amb radiadors.
Electricitat	L'energia és subministrada per l'empresa Fecsa Endesa a través de la comercialització de Hola Luz.
Lampisteria	El centre s'alimenta d'aigua de xarxa sense dipòsits intermedis.

2.2.4 Espai Exterior

El Centre Ocupacional Les Sureres disposa d'un espai exterior natural, amb sender i bosc compartit amb la Llar Les Sureres.

2.2.5 Descripció dels accessos i condicions d'accessibilitat per a l'ajuda externa

Trobem espai d'aparcament reservat just davant de l'entrada. Es pot accedir a la parcel·la mitjançant una porta per als vianants o una porta corredissa amb accés per a vehicles. L'accés per als vianants és compartit amb la Llar. A més el Centre Ocupacional disposa d'un accés independent per a vehicles. Una vegada dins de la parcel·la trobem el camí principal, des de l'accedim a la llar a mà dreta i seguint pel camí arribem al centre ocupacional.

2.3 Classificació i descripció d'usuaris

2.3.1 Plantilla

LLOC DE TREBALL	NÚMERO DE TREBALLADORS	UBICACIÓ
AUXILIARS MONITOR/A	3	CO LES SURERES
MONITOR/A	3	CO LES SURERES
TREBALLADORA SOCIAL	1	CO LES SURERES
COORDINADORA CENTRE	1	CO LES SURERES

2.3.2 Presència de personal a les diferents hores del dia

Personal treballador: En funció de la seva jornada laboral dins de l'horari d'obertura del centre (entre les 9:00 i les 17:00) els treballadors fan una part de la jornada de treball intern (formació, reunions, informes...) sense persones usuàries a qui atendre.

El gruix de la jornada laboral és fa en modalitat d'atenció directa, per tant amb persones ateses.

Persones ateses: els usuaris i les usuàries són les persones ateses al servei. Estan de manera presencial en l'horari entre les 9:00 i les 17:00.

Visitants: Considerem visitants aquelles persones que venen al centre i no són persones ateses, per tant estem parlant de persones que han d'accedir a l'edifici per circumstàncies diverses i que no tenen a veure amb la pròpia activitat del centre (industrials per fer reparacions, estudiants que visiten el centre,...)

2.3.3 Personal que realitza les seves activitats fora del centre

Tot el personal desenvoluparà la seva jornada laboral en el centre.

2.4 Descripció dels processos de treball i llocs de treball (de l'avaluació de riscos)

Es distingeixen dos funcions diferenciades: tasques de gestió i tasques de monitoratge.

Les tasques de gestió consisteixen en:

- Elaboració i seguiment dels programes individuals de cada persona usuària .
- Coordinació de l'equip de professionals.
- Atenció a les famílies de les persones ateses.
- Realització de gestions varies (tant a nivell intern amb altres departaments de la Fundació, com externs) relacionades amb aspectes diversos que afecten al funcionament del centre tant a nivell general com a nivell estrictament pedagògic.

Les tasques de monitoratge consisteixen en:

- Atenció als usuaris/àries del centre, les quals poden ser persones amb mobilitat reduïda o persones amb trastorn de conducta. Aquesta atenció consisteix en ajudar-los a realitzar moviments o acompanyar-los en desplaçaments per centre. Ocasionalment s'ha de fer algun tipus de contenció física a l'usuari i es poden donar casos d'episodis d'agressió/violència.
- Realitza sessions individuals.
- Ajuda a les sessions de psicomotricitat, mobilitzant a les persones usuàries amb problemes de mobilitat reduïda.
- Ajuda en les activitats de dutxa, acompanyant i ensenyant a la persona atesa.
- S'encarrega esporàdicament del servei de menjador que consisteix en fer el repartiment del menjar.

2.5 Responsable del Pla i organització

Atenent els principis establerts en la Llei de Prevenció de Riscos Laborals, el desenvolupament d'aquelles activitats de prevenció que garanteixin un major nivell de protecció de la seguretat i salut dels treballadors, incloses les recomanades en aquest pla i esdevingudes de la situació excepcional que està esdevenint en la societat, serà responsabilitat de l'empresa.

Per a això, i durant el desenvolupament i implantació del present Pla, emprarà els recursos, tant econòmics i materials com a humans, que consideri necessaris per a tal fi.

En aquest sentit pot comptar amb l'organització/modalitat preventiva habitual o qualsevol altre recurs que consideri oportú.

La persona responsable de vetllar el correcte desenvolupament del Pla de contingència és la Dolors Cuevas.

CAPÍTOL 3. BASE LEGAL DEL PLA

La Normativa d'aplicació general, relació no exhaustiva i oberta a actualitzacions o publicacions posteriors, a l'efecte de l'abast i contingut del present Pla és:

- Reial decret 463/2020, de 14 de març, pel qual es declara l'estat d'alarma per a la gestió de la situació de crisi sanitària ocasionada pel COVID-19.
- Reial decret llei 10/2020, de 29 de març, pel qual es regula un permís retribuït recuperable per a les persones treballadores per compte d'altri que no prestin serveis essencials, amb la finalitat de reduir la mobilitat de la població en el context de la lluita contra el COVID-19.
- Llei 31/1995 de Prevenció de Riscos Laborals.
- R. D. 39/1997, pel qual s'aprova el Reglament dels Serveis de Prevenció.
- R. D. 664/1997, de 12 de maig, sobre la protecció dels treballadors contra els riscos relacionats amb l'exposició a agents biològics durant el treball.
- R. D. 773/1997, de 30 de maig, sobre disposicions mínimes de seguretat i salut relatives a la utilització pels treballadors d'equips de protecció individual.
- R. D. 486/1997, de 14 d'abril, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut en els llocs de treball.
- "Procediment d'actuació per als serveis de prevenció de riscos laborals enfront de l'exposició al SARS-CoV-2" (actualització 8 d'abril de 2020). MINISTERI DE SANITAT.
- Guia bones pràctiques en els centres de treball enfront del COVID-19. PRESIDÈNCIA DEL GOVERN, 11 d'abril de 2020.

CAPÍTOL 4. ABAST DEL PLA . NATURESA DELES ACTIVITATS I AVALUACIÓ DEL RISC D'EXPOSICIÓ

Atès que el contacte amb el virus pot afectar entorns sanitaris i no sanitaris, correspon a les empreses avaluar el risc d'exposició en què es poden trobar les persones treballadores en cadascuna de les tasques diferenciades que realitzen i seguir les recomanacions que sobre el particular emeti el servei de prevenció, seguint les pautes i recomanacions formulades per les autoritats sanitàries.

Qualsevol presa de decisió sobre les mesures preventives a adoptar en cada empresa haurà de basar-se en informació recaptada mitjançant l'avaluació de risc d'exposició específica que es realitzarà sempre d'acord amb la informació aportada per les autoritats sanitàries.

D'aquesta manera, i d'acord amb el document elaborat pel MINISTERI DE SANITAT, "PROCEDIMENT D'ACTUACIÓ PER ALS SERVEIS DE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS ENFRONT DE L'EXPOSICIÓ AL SARS-CoV-2" (actualització 8 d'abril de 2020), en funció de la naturalesa de les activitats i els mecanismes de transmissió del coronavirus SARS-CoV-2, podem establir els diferents escenaris d'exposició en els quals es poden trobar els treballadors, que es presenten en la Taula 1, amb la finalitat d'establir les mesures preventives requerides:

EXPOSICIÓ DEL RISC	EXPOSICIÓ DE BAIX RISC	BAIXA D'EXPOSICIÓ	PROBABILITAT
Personal sanitari assistencial i no assistencial que atén a una persona simptomàtica	Personal sanitari que la seva activitat laboral no inclou contacte estret amb una persona simptomàtica per exemple: - Acompanyants per a trasllat - Celadors, personal de neteja	Treballadors sense atenció directa al públic o a més de dos metres de distància o amb mesures de protecció col·lectiva que eviten el contagi per exemple: - Personal administratiu - Tècnics de transport col·lectiu amb barrera col·lectiva - Personal de seguretat	
Tècnics de transport sanitari si hi ha contacte directe amb la persona simptomàtica traslladada	Personal de laboratori responsable de les proves de diagnòstic virològic		
Situacions en les que no es pot evitar un contacte estret en el Treball amb una persona simptomàtica	Personal no sanitari que tingui contacte amb material sanitari, possiblement contaminats Ajuda domiciliària de contactes asimptomàtics		
EXPOSICIÓ DEL RISC			
En funció de l'avaluació específica del risc d'exposició de cada cas: components d'EPI de protecció biològica i en certes circumstàncies de protecció enfront aerosols i esquitxades	En funció de l'avaluació específica del risc en cada cas: Components d'EPI de protecció biològica	No necessari us d'EPIS. En certes situacions (falta de cooperació d'una persona simptomàtica): - Protecció respiratòria - Guants de protecció	

CAPÍTOL 5. DESENVOLUPAMENT DEL PLA

5.1 Situació de partida

Des de la posada en marxa del Decret de tancament des Centres Ocupacionals, el 16 de març de 2020, l'equip de gestió va decidir funcionar, d'entrada, de la següent manera:

Les dues educadores de suport fan l'atenció a la llar. Una fa de 09:00 a 16:30 h. i l'altre de 09:30 a 17:00 h. així podem fer els traspassos llar-taller còmodament. Fins el dia 3 d'abril de 2020, de 08:30 a 16:30 una persona fa suport des del taller per si es necessita fer alguna actuació més concreta amb alguna de les persones ateses de la llar. Si fos el cas, la persona ha d'entrar a la llar amb mascareta i guants i romandre només el temps necessari. Intentem no creuar-nos si no és un cas de força major. Només l'Eulàlia Ibañez, donat que és qui té nenes petites, no entra a la roda i només farà teletreball.

Treballem amb el TEAMS. Hem penjat tots els documents conjunts amb els que necessitem treballar i avancem amb Perfils de les persones ateses, Fitxes personals de Benestar emocional i Escales San Martin.

Si els educadores/es necessiten material, com els PAI's, se'ls hi envien al correu electrònic directament.

Quan la persona treballa al centre, aprofita per fer ENTIGEST, preparar material, etc. Tot allò que durant el dia a dia fent atenció directa, costa molt.

El personal tècnic fa teletreball.

Després de les vacances de primavera, es decideix que ningú assisteixi al centre per fer suport, donat que la tornada d'un educador que estava de baixa, provoca que una educadora amb més experiència entri a fer atenció a la llar.

Les dues educadores de suport fan l'atenció a la llar quatre dies a la setmana, el dia que descansen són substituïdes per l'Eulàlia Ibañez.

Des del dia 11/05/2020 hem començat a fer una hora de passeig amb les persones ateses que ho necessiten. L'Eulàlia Ibañez fa l'acompanyament els dilluns i els divendres de 10 a 12 h. i la Cristina Pereyra els fa dimecres en el mateix horari.

Aquest passeig també es fa amb una persona atesa que viu a casa seva amb la seva mare. Els divendres de 12 a 13 h. la Cristina Pereyra realitza l'acompanyament.

5.2 Inventari dels mitjans humans i materials disponibles en el centre enfront del COVID-19

5.2.1 Mitjans humans.

Tots els treballadors de l'equip són els mitjans humans que tenim per fer front al COVID-19.

Estem parlant de professionals especialistes (psicòloga, treballadora social, monitores, auxiliars de monitor). Veure apartat plantilla.

També comptem amb professionals per a la neteja diària.

5.2.1.1 Funcions i responsabilitats

- Direcció del centre de treball: Dolors Cuevas
- Coordinador del pla de contingència: Dolors Cuevas
- Resta de treballadors:
 - Atenció presencial:
 - Cristina Pereyra (referent de l'UBG i educadora referent)
 - Eulàlia Ibañez (educadora referent)
 - Imma Font (educadora de suport)
 - Imma Castro (educadora de suport)
 - Josep Antón (educador referent)
 - Meritxell Reixach (treballadora social)
 - Dolors Cuevas (coordinadora i psicòloga)

5.2.2 Mitjans tècnics

- Cartells (higiene de mans, bones pràctiques, EPI requerit...)

Es disposarà de cartells informatius elaborats, en format de lectura fàcil, per l'equip de pedagogues de l'agrupació d'atenció diürna.

- Sabó
- Tovallols de paper per a la higiene de mans

PUREBAC FOAM C-6X1L SABO ESCUMA



Caixa de 6 cartutxos. Cartutxos d'1 litre.

Efectiva escuma antibacteriana per al rentat de mans pell sana,

- Dispensadors de solució hidroalcohòlica
- Material de neteja (lleixiu, detergent amb efecte virucida, etc.)
- Contenidors de residus, amb tapa d'obertura amb pedal
- Equips de protecció individual.



Caixa de 6 rulls. 155 metres. (620 serveis)

Paper reciclat certificat cat Ecolabel. El producte està fet reciclant les fibres contingudes en els envasos de cartró per a begudes, que no havent tingut processos de blanquejat, conserven la seva caraterístic color natural.

5.3 Accions i mesures previstes

Quant a les mesures a adoptar per a aquesta reincorporació, s'haurà d'evitar que la voluntat i/o necessitat de reactivar l'activitat, suposi un risc d'augment de les infeccions, la qual cosa derivaria en noves mesures de contenció i en repercussions econòmiques encara majors.

En aquest procés s'ha de ser caut i definir un pla específic amb mesures d'higiene col·lectiva i individual, mesures tècniques i organitzatives mesures sanitàries de desinfecció i control i "noves tecnologies".

Es prendran decisions per a una incorporació dels treballadors de manera seqüencial, prestant especial atenció al confinament de persones amb major risc.

Per al des confinament o tornada al treball, normalment hauria de seguir-se l'ordre invers al que es va seguir per a les fases de confinament.

També s'estableixen les mesures organitzatives necessàries davant possibles baixes del personal a conseqüència de la pandèmia, identificant els recursos humans disponibles i estimant una cadena de substitucions per als llocs essencials en la continuïtat de les tasques.

→ Mesures higièniques bàsiques.

- Neteja i posada a punt del centre per a la seva obertura.

→ Mesures organitzatives.

- Disposar del Pla de contingència aprovat per la l'equip de Direcció o Direcció de RRHH i pel Comitè de seguretat i salut.
- Senyalització dels espais d'ús restringit.

→ Mesures de prevenció del risc de difusió contaminació.

- Disposar de tots els EPI's necessaris.
- Proves PCR negatives dels professionals i de les persones ateses.

5.4 Anàlisi.

Naturalesa de les activitats i Avaluació del Risc d'exposició al COVID-19

S'oferiran activitats d'ajust personal i ocupació terapèutica, de 09:00 a 17:00 h. Hi haurà servei de menjador. Les activitats es faran al propi centre i sortides al parc forestal.

El rati actual, segons necessitats de les persones ateses, serà 1 educador/a referent i 1 educador/a de suport per cada grup d'entre 9 i 12 persones usuàries. No s'atendran al mateix temps persones que viuen al domicili familiar i persones que viuen a les llars residències.

Hem organitzat els grups prioritzant unitats de convivència

Implantació prèvia de mesures generals de protecció enfront de l'exposició del Coronavirus (SARS-COV-2).

Disposar del Pla de contingència aprovat per la Direcció de RRHH i pel Comitè de seguretat i salut. Informar-ne a tot l'equip.

Senyalització dels espais d'ús restringit.

Adopció de Mesures higièniques necessàries:

Es posarà sabó amb virucida a tots els dispensadors de sabó de mans i es disposarà de dispensadors de gel hidroalcohòlic a l'entrada principal (entrada per professionals) i a l'entrada del taller 3 (entrada per persones ateses).

Es disposarà de tres catifes amb virucida per a les tres entrades amb la finalitat de desinfectar el calçat en el moment de l'entrada al taller.

Establiment de mesures sanitàries per a la prevenció del risc i de danys derivats en persones de risc i especialment sensibles:

Es pactarà amb el departament de neteja el nou pla de neteja, incidint en una neteja més acurada en els espais de treball. S'ha de tenir especial atenció a les manetes de les portes, interruptors, taules i cadires.

El material de taller, ordinadors i tauletes els netejaran els mateixos educadors/es amb un producte especial després de cada utilització.

Anàlisi de la distribució i organització espacial, per a garantir la distància de seguretat de 2 metres en els locals designats a l'activitat laboral (tant si es tracta de persones treballadores o usuàries).

No hi haurà cap problema per a garantir les distàncies de seguretat. Redistribució de mobiliari per a la mobilitat de les persones usuàries amb i sense dificultats de mobilitat (cadires de roda, etc.)

Espais d'ús restringit: zona del passadís de l'entrada principal. Només per a ús del personal.

El menjador es farà servir com a taller per el grup de persones usuàries que venen de diferents unitats de convivència. Disposarem de mampares per a fer la separació entre persones usuàries que comparteixin taula.

El taller 1, al que s'accedirà directament des del carrer sense entrar al centre, és l'espai reservat pels residents de la Llar Les Sureres.

Els tallers 2 i 3 seran els espais que utilitzaran els residents de la Llar Sant Emili.

Recepció: Important que les famílies acompanyants de les persones ateses no entrin al taller. Hauran de seguir el protocol d'higiene; temperatura, vaporitzador, catifa, etc.) establert pel centre. Hauran d'esperar fins haver pres la temperatura del seu familiar i/o tutelat per si dona dècimes.

Personal extern: En cas de ser necessari l'entrada al recinte o al centre de personal extern, haurà de seguir les recomanacions establertes com són l'ús de mascareta i mantenir una distància prudencial mínima d'un metre i mig. Hauran de seguir el protocol d'higiene; temperatura, vaporitzador, catifa, etc.) establert pel centre. L'estada al centre ha de ser el just per dur a terme la gestió mínima i necessària.

Ingesta d'aliments: Pel benestar emocional i físic de les persones ateses es procurarà mantenir el break del matí.

Anàlisi de mesures organitzatives necessàries per a garantir la continuïtat de l'activitat (flexibilització d'horaris, reducció de nombre de treballadors presents al mateix temps en els llocs de treball, eliminació de reunions o sortides no essencials, etc.)

Tot l'equip desenvoluparà les seves funcions de forma presencial. S'adaptaran els horaris del personal per a garantir l'atenció a les persones usuàries.

Cristina Pereyra i Maribel Jiménez atendran a les persones usuàries que venen de la Llar Sant Emili, amb un rati màxim de 10 persones.

Josep Antón i Imma Castro atendran a les persones usuàries de la Llar Les Sureres que faran activitats a la llar i al taller.

Meritxell Milà i Imma Font atendran al grup de persones usuàries que viuen en família o a altres Llars residència.

En cas de que es decideixi que algunes persones de diferents grups interactuïn, es farà seguint totes les normes de seguretat, distància social i ús de mascareta.

Meritxell Reixach desenvoluparà les tasques de treball social de forma presencial els dimarts, tot el dia, i els divendres al matí.

Dolors Cuevas realitzarà tasques de gestió i seguiment psicològic de forma presencial, de dilluns a divendres.

Elaboració de Procediments de treball per a reduir la durada, freqüència i intensitat de l'exposició al risc, identificant operacions essencials i eliminant retardant la resta d'operacions.

De moment no es contempla una reducció d'horari d'atenció a menys que així ho marqui el departament.

Opció del teletreball de determinats llocs i/o activitats de l'empresa

De moment no es contempla el teletreball a menys que així ho marqui el departament.

Valoració de la necessitat d'equips de protecció individual en les tasques o processos que es determinin pel nivell de risc

- Mascaretes FFP2 (KN95)
- Mascaretes quirúrgiques
- Guants
- Barret
- Pantalla protectora
- Bata

Realització de Formació i informació en l'empresa als treballadors sobre de les mesures front l'exposició al Coronavirus (SARS-COV-2).

Es disposa de tots els protocols informatius sobre mesures per evitar el contagi.

Establiment de mesures sanitàries per a la prevenció del risc de difusió de la contaminació (estat de salut, controls d'accés).

Es farà control de temperatura a l'arribada al centre abans d'entrar. En cas de que una de les persones ateses o un professional presenti febre (37,5), ha de marxar cap a casa i comunicar-ho a l'ABS corresponent per demanar instruccions a seguir.

Diferenciar com actuar davant dos casos possibles:

- A la rebuda la família ha d'esperar a la primera presa temperatura de la persona atesa. En cas de que presenti febre, se l'ha d'endur. Es notifica al CAP de referència.
- Al llarg de la jornada, si la persona atesa al centre presenta febre, se l'aïlla i es truca a la família per a que la vinguin a buscar. Es notifica al CAP de referència.

Establiment de mesures sanitàries per a la prevenció del risc i de danys derivats en persones de risc i especialment sensibles

Certificat metge conforme la persona usuària no és persona de risc.

Important que totes les persones que assisteixin al Centre Ocupacional puguin dur prèviament l'informe del metge autoritzant la seva assistència ja que nosaltres no som facultatius mèdics per dir quins casos cal i quin no. És assumir una responsabilitat com a centre molt important a nivell mèdic i no som metges.

Establiment de mesures sanitàries d'actuació davant la "sospita o activació" d'un possible cas en l'empresa

Mentre arriben els familiars o tutors/es per a recollir a la persona atesa amb símptomes, la persona serà aïllada en un altre taller o espai.

Existència d'activitats que es realitzin fora del centre (desplaçaments, ...)

Només es portaran a terme sortides que no comportin contacte amb altres persones, com per exemple, sortides al Parc forestal.

Altres aspectes a considerar en la tornada a l'activitat (participació de treballadors en les decisions relacionades amb COVID-19, dificultats amb proveïdors, restriccions de desplaçaments,...)

Es continuen fer les reunions d'equip i d'equip de gestió per prendre qualsevol tipus de decisió. Aquestes reunions es faran de forma presencial.

Assignació de recursos humans i materials per a la gestió i coordinació de les activitats excepcionals de prevenció durant la crisi del Covid-19 (implantació mesures, registres de documentació, control baixes, control personal intern i extern...)

La Dolors Cuevas, com a responsable del Pla de contingència, és qui se'n carrega d'aquests temes.

Existència de flota de vehicles o trànsit del mateix en les instal·lacions

Es disposarà de furgoneta per fer el transport de les persones usuàries des del CO Jaume Isern fins al CO Les Sureres. Es prioritza l'ús de la furgoneta per el CO.

Senyalització i infografies en el centre de treball

Es disposa de cartells informatius elaborats, en format de lectura fàcil, per l'equip de pedagogues de l'agrupació d'atenció diürna.

Necessitat de desenvolupament de documentació específica relativa a processos o activitats (lectura fàcil, ...)

En cas de necessitat de documentació específica, es demanarà a l'equip de pedagogues de l'Agrupació.

5.5 Mesures i accions a dur a terme

S'analitzaran les mesures de possible aplicació en diferents escenaris probables.

5.5.1 Mesures higièniques bàsiques

Tenen com a finalitat el prevenir el potencial risc de contaminació o contagi propi o aliè, en l'àmbit del treball.

- Informació a les persones treballadores i a les persones ateses que han de mantenir distanciament social de 2 metres i reforçar les mesures d'higiene personal en tots els àmbits de treball i enfront de qualsevol escenari d'exposició. Es potenciarà l'ús de cartells i senyalització que fomenti les mesures d'higiene.
- Informació a les persones treballadores i a les persones ateses que la higiene de mans és la mesura principal de prevenció i control de la infecció i que han de realitzar periòdicament una higiene d'elles per a la prevenció i control de la infecció.
- Informació a les persones treballadores i a les persones ateses que han d'adoptar mesures d'higiene respiratòria:
 - En tossir o esternudar, tapar-se la boca i nas amb un mocador i rebutjar-lo a una galleda d'escombraries amb tapa i pedal. Si no es disposa de mocadors emprar la part interna del colze per a no contaminar les mans.
 - Evitar tocar-se els ulls, el nas o la boca.
 - Després d'haver tossit o esternutat i abans de tocar-se la boca, el nas o els ulls, renti's les mans de manera acurada amb aigua i sabó durant almenys 20 segons. Si no disposa d'aigua i sabó, utilitzi solucions desinfectants amb alcohol.
- És recomanable l'ús de mascareta (conforme a l'especificació UNE-0064-1) en cas de no tenir accés a unes altres (mascareta quirúrgica), quan treballes amb altres persones al voltant.

- Ha de posar-se a disposició de les persones treballadores i de les persones ateses les instruccions i normes de prevenció a aplicar en el centre de treball. En cas de les persones ateses, en format de lectura fàcil.

- S'assegurarà que les persones treballadores i les persones ateses tinguin fàcil accés a aigua i sabó, així com, paper d'un sol ús per a assecat i papereres en els llocs de treball. És disposarà de dispensadors sabonosos i/o de solució alcohòlica desinfectant.
- Hauria de disposar-se en els llocs de treball, especialment en els quals existeixi atenció al públic o persones, de caixes de mocadors d'un sol ús i contenidors per a la seva eliminació (galleda d'escombraries amb tapa i pedal).
- És fonamental reforçar la neteja i desinfecció de llocs i equips de treball. És crucial assegurar una correcta neteja de les superfícies i dels espais. Aquests virus s'inactiven després d'uns minuts de contacte amb desinfectants comuns, utilitzant sempre dilució recentment preparada o que es conservi en un recipient ben tancat entre ús i ús.
 - El lleixiu i els productes de neteja amb efecte desinfectant (els que s'utilitzen habitualment per a la neteja de cuines i banys) són dos elements bàsics indispensables que compleixen la funció de desinfectants. El lleixiu es recomana per a totes aquelles zones com a sanitaris, aixetes, lavabos, radiadors i superfícies de contacte. La neteja pot fer-se amb el detergent habitual i la desinfecció amb solució d'hipoclorit sòdic (lleixiu) amb una concentració al 0,1% (veure paràgraf següent), o productes de neteja amb efecte desinfectant.
 - La solució de lleixiu es prepara de la següent forma: posar 20 mil·lilitres del lleixiu que té en el centre de treball (no importa la marca), tiri'ls en una ampolla de litre i ompli amb l'aigua de l'aixeta fins a completar. Es tanca i se li dona la volta diverses vegades. Ja la té preparada. Mulli la baieta en aquesta dissolució per a netejar i desinfectar les superfícies. Netegi a baieta amb aigua de l'aixeta després de cada ús i torni a impregnar-la amb aquesta dissolució de lleixiu.
 - Especialment han de desinfectar-se amb major freqüència els elements que deuen ser tocats per diferents persones: manetes de les portes, botons, pantalles tàctils d'ús no individual, expenedors de vending, banys, eines o màquines d'ús col·lectiu (atenció impressores!!)... Independentment d'això, es reforçarà la instrucció de la rentada de mans després de tocar aquestes superfícies d'ús multitudinari.
 - En els centres de treball dels quals es disposi de finestres amb possibilitat d'obertura, es marcaran pautes per a mantenir una ventilació i renovació d'aire adequada. S'han de fer tasques de ventilació periòdica en les instal·lacions i, com a mínim, de manera diària i per espai de més de cinc minuts.
 - S'ha de revisar almenys diàriament el funcionament de dispensadors de sabó, gel desinfectant, paper d'un sol ús, etc., procedint a reparar o substituir aquells que presentin avaries. Es recomana disposar d'un registre d'aquestes accions. També s'ha de vigilar el funcionament i la neteja de sanitaris i aixetes.
 - Es reforçaran les mesures de neteja en els centres i espais que poden ser visitats per múltiples persones (recepcions, espais comuns...):
 - Les portes d'entrada.
 - Les manetes.
 - Els ascensors i els botons, pantalles tàctils d'ús compartit, etc.
 - Els passamans de les escales.
 - Les zones d'autoservei.
 - És convenient reforçar les tasques de neteja en tots els espais, amb especial incidència en superfícies, en particular aquelles que es toquen amb més freqüència com a finestres o poms de portes, així com tots els aparells d'ús habitual per part dels treballadors, des de comandaments de maquinària a taules i ordinadors. És particularment important, la

desinfecció periòdica de les taules o taulells de preparació de comandes, així com dels embalatges abans del seu lliurament a repartidors i clients.

- És necessari netejar l'àrea de treball utilitzada per una persona treballadora i/o per una persona usuària en cada canvi de torn.
 - En tot cas, s'ha d'assegurar una correcta protecció del personal encarregat de la neteja. Totes les tasques han de realitzar-se amb màscara i guants d'un sol ús. Per a les tasques de neteja, és recomanable fer ús de guants de vinil/ acrilonitril. En cas d'ús de guants de làtex, es recomana el seu ús sobre un guant de cotó.
 - Una vegada finalitzada la neteja, i després de treure's guants i màscara, és necessari que el personal de neteja realitzi una completa higiene de mans, amb aigua i sabó, d'almenys 40-60 segons.
 - En el cas dels uniformes de treball o similars, es traslladaran fins al punt on es faci la seva rentada habitual, recomanant-se una rentada amb un cicle complet a una temperatura d'entre 60 i 90 graus.
 - La gestió dels residus ordinaris continuarà realitzant-se de la manera habitual, respectant els protocols de separació de residus.
 - Es recomana que els mocadors d'un sol ús que el personal utilitzi per a l'assecat de mans o per al compliment de la "etiqueta respiratòria" siguin rebutjats en papereres o contenidors protegits amb tapa i, si pot ser, accionats per pedal.
 - Tot material d'higiene personal –mascaretes, guants de làtex, etc.—ha de dipositar-se en el cubell de "rebuig" (agrupació de residus d'origen domèstic que s'obté una vegada efectuades les recollides separades).
 - En cas de que un professional o una persona atesa presenti símptomes mentre es trobi en el taller, caldrà aïllar el contenidor on hagi dipositat mocadors o altres productes usats. Aquesta bossa d'escombraries haurà de ser extreta i col·locada en una segona bossa d'escombraries, amb tancament, per al seu dipòsit en la fracció "rebuig"
- Si escau s'haurà d'establir-se un protocol de neteja i desinfecció de vehicles, tant propis com externs quan vagin a ser utilitzats per diverses persones diferents.
- Si escau s'haurà d'establir-se un protocol de neteja i desinfecció dels vials de l'empresa.

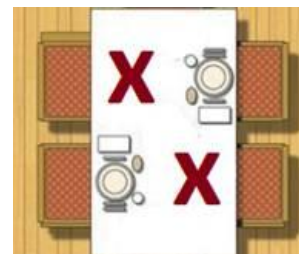
5.5.2 Mesures tècniques. Distanciament interpersonal

Amb la finalitat de reduir el risc d'exposició al nivell més baix possible qualsevol mesura de protecció ha de garantir que protegeixi adequadament al personal treballador i a les persones ateses d'aquells riscos per a la seva salut o la seva seguretat que no puguin evitar-se o limitar-se prou mitjançant l'adopció de mesures tècniques, mesures organitzatives i, en últim lloc, mesures de protecció individual.

En els locals destinats a l'activitat laboral ha de procurar-se la NO aglomeració de les persones i el manteniment de les distàncies interpersonals de seguretat en tots els possibles "eixos de relació" (laterals, anterior i posterior). Per a això, com a mesures generals:

- S'analitzarà la distribució i organització espacial, així com dels processos de treball, com ara el treball en recintes i pavellons tancats, sales de preparació i selecció, etc., per a garantir les distàncies de seguretat.
- Ha de propiciar-se que durant tota la jornada es pugui conservar la norma de mantenir sempre una distància prudencial entre els treballadors o altres persones (2 metres).
- En el cas de creuaments inevitables per espais estrets (passadissos, per exemple) sense utilitzar protecció respiratòria, es realitzaran en el menor temps possible, sense parar-se, i girant la cara cap al costat contrari on està l'altra persona.
- Com a norma general, les tasques que no puguin fer-se conservant 2 metres de separació, o alternativa de barrera física, han de fer-se amb mascareta o suspendre's.
 - Aquelles tasques que hagin de realitzar-se en col·laboració entre diverses persones en les quals no pugui conservar-se aquesta distància de seguretat, haurien de realitzar-se amb, almenys, màscara quirúrgica.
- Implementar les mesures necessàries per a minimitzar el contacte entre les persones treballadores i les persones ateses que puguin concórrer en el seu lloc de treball.
 - La disposició dels llocs de treball, l'organització de la circulació de persones i la distribució d'espais (mobiliari, prestatgeries, passadissos, etc.) en el centre de treball ha de modificar-se, en la mesura que sigui possible, amb l'objectiu de garantir el manteniment de les distàncies de seguretat de 2 metres.
 - Disposar mesures d'aïllament, tancament, barreres físiques, etc.
 - Col·locar senyals en el sòl, amb cinta adhesiva o similar, per a assegurar que es respecten els 2 m. De separació.
- Haurien de clausurar-se les fonts d'aigua, i beure aigua embotellada exclusivament. Cada professional i cada persona atesa hauria de portar sempre la seva pròpia ampolla d'aigua, o bé mantenir-la identificada.
- En la mesura del possible, evitar compartir material d'oficina, equips i eines (especialment en els casos en què no emprin guants).
 - Quan això no sigui possible, es desinfectaran els equips després de cada utilització per a cada treballador/a.
 - Col·locar plàstics o film transparent sobre els elements compartits (teclats, ratolins, telèfon, recolza braços i reposacaps, cadires, volant, palanques, claus de corredisses, comandaments de grues...), que retiraran les persones treballadores del torn següent, higienitzaran els elements, i tornaran a cobrir aquests elements amb plàstic o film.
 - No usar l'auricular dels telèfons fixos, només mans lliures per a evitar compartir auricular. En el cas de no disposar de mans lliures, o telèfon mòbil se seguiran les mateixes pautes que amb teclats, ratolins, ...
 - En els locals destinats a oci, descans, menjadors col·lectius o cafeteries, haurà de limitar-se l'aforament, procurant crear torns d'horari per a l'ús d'aquestes instal·lacions, aplicant a més les següents mesures:
- Menjadors, sales de cafè, locals d'oci o descans, ...

- Intentar no obrir els menjadors d'empresa, o si això no és possible, disposar mesures per a assegurar que es respecten distàncies i es minimitza el risc de contagi per contacte, establint plans d'escalonament.
- S'haurà de regular l'ús de les sales de menjador, sales de descans/entrepà i sales de cafè, establint l'aforament de les mateixes que permeti guardar les obligacions generals i especialment la distància de 2 metres.
- Per a assegurar això, podran adoptar-se mesures com:
 - Es pot augmentar els torns de menjar, el nombre de pauses, alternar les mateixes, etc. perquè durant les mateixes coincideixi el menor nombre possible de persones. Això pot comportar l'ajust temporal de la seva durada o la seva distribució.
 - Designar persones que controlin que es respecta l'aforament màxim de les sales en aquests horaris.
 - Retirar les cadires en número suficient per a assegurar amb les que queden que es respecten els 2 metres de distància.
 - En els menjadors en els quals hi hagi autoservei, cada treballador hauria de servir-se preferentment amb els seus propis coberts.
 - Els coberts haurien d'estar enfundats per a evitar que l'usuari els toqui.
 - On hi hagi personal que serveixi els menjars, haurien de disposar-se de manera que durant el servei es puguin mantenir els dos metres entre el treballador i la persona que li serveix. Si no és possible, col·locar pantalles transparents entre els uns i els altres (pantalles de metacrilat, o bé amb un plàstic penjat del sostre que arribi fins a l'altura de les boques de tots dos seria suficient).
 - Protegir el menjar de les possibles secrecions involuntàries tant del treballador com del que li serveix.
 - Col·locar senyals en el terra, amb cinta adhesiva o similar, per a assegurar que es respecten els 2 m. en llocs on és previsible que pugui haver-hi cues.
 - En les màquines d'autoservei i cafè, col·locar cartells que recordin la rentada de mans abans i després de prémer els botons.
 - La neteja de botons de màquines d'autoservei i cafè, taules, cadires, manetes, ha de ser extremada, idealment després de cada torn de menjar i abans del següent.



→ Lavabos

- Limitar el nombre de persones que poden accedir al mateix de manera simultània, facilitant l'ús de gel de mans amb virucida i/o d'hidrogels desinfectants.
- Es procurarà evitar l'ús de "assecadors de mans" i es posarà a la disposició tovalloletes de paper d'un sol ús de fàcil accés.

- Les instal·lacions dels lavabos, hauran de ser desinfectats de manera periòdica i/o diverses vegades en cada torn de treball, a determinar segons les característiques i freqüència d'ús.

→ Vestuaris

- Estudiar la possibilitat que provisionalment es tanquin els vestuaris, i el treballador acudeixi amb la roba de treball des de casa. Almenys haurà d'estudiar-se aquesta opció per a la major part de la plantilla per a la qual sigui possible.
- Si els vestuaris han de romandre en ús per a tota o part de la plantilla, s'ha de disposar de les mesures pertinents per a mantenir la distància de 2 m dins dels vestuaris, i reforçar les mesures de neteja, amb els mitjans esmentats anteriorment.
 - Disposar mesures per a limitar l'aforament, similars a les descrites per als menjadors, a més de reforçar l'entrada i sortida escalonada dels treballadors.
 - Reforçar la neteja en aquestes zones, en particular: bancs, cadires, penja-robes, terres, tapes, manetes, dutxes, banys, portes, manetes... amb solucions desinfectants.
 - Guardar la roba de carrer dins de la taquilla en bosses de plàstic perquè no hi hagi contacte entre la roba de carrer i la de treball.

En aquells establiments o zones amb concentracions elevades de públic s'atendrà les següents consideracions:

- L'aforament màxim haurà de permetre complir amb les mesures extraordinàries dictades per les autoritats sanitàries, concretament amb el requisit de distàncies de seguretat (2 m).
- Quan sigui possible, es fomentarà l'habilitació de mecanismes de control d'accés en les entrades dels locals. Aquest control d'accés ha de garantir el compliment estricte de l'aforament màxim calculat per a aquesta situació extraordinària.
- Quan sigui aplicable, s'establiran mesures per a organitzar a les persones que romanguin en l'exterior de l'establiment en espera d'accedir a ell quan ho permeti l'aforament. Tot el públic, inclòs el que espera en l'exterior de l'establiment, ha de guardar rigorosament la distància de seguretat.
- S'informarà clarament els usuaris/clients sobre les mesures organitzatives i sobre la seva obligació de cooperar en el seu compliment.

5.5.3 Mesures organitzatives

S'aborden en aquest apartat aquelles mesures d'organització/regulació de l'activitat laboral que pugui suposar la prevenció de l'amuntegament en les instal·lacions:

- Han d'establir-se procediments de treball per a reduir la durada, freqüència i intensitat de l'exposició al risc, identificant operacions essencials i eliminant retardant la resta d'operacions.

→ Organitzar el treball de manera que es redueixi el nombre de treballadors exposats establint regles per a evitar i reduir la freqüència i el tipus de contacte de persona a persona.

- En la mesura que sigui possible es disposarà una reincorporació gradual dels treballadors (essencials, determinats torns, els treballadors en teletreball els últims...). Els professionals s'incorporaran al taller amb 5 min. De diferència a l'hora d'entrar i de sortir.

→ Utilització de teleconferències (àudio i vídeo):

- Sempre que sigui possible ens ajudarà a evitar els viatges i desplaçaments per reunions, i junt al teletreball, ens permetrà mantenir una operativitat important dels nostres equips de treball des de les seves llars.

Les reunions de treball es continuaran fent de forma telemàtica via TEAMS o JITSÍ.

→ Quan no sigui possible, caldrà guardar la distribució d'ocupació per a les sales de reunions.

→ Contemplar possibilitats de redistribució de tasques. En la mesura que sigui possible, reorganitzar els llocs de treball aplicant flexibilitat horària i/o plantejar torns escalonats per a les entrades i sortides per a reduir les concentracions de treballadors.

- Flexibilització d'horaris. Amb ella, podem “regular” i prevenir:
 - Aglomeracions a l'hora de l'entrada en les instal·lacions.
 - Aglomeracions en els transports públics o col·lectius en “hores punta”.
 - Riscos derivats del moviment de persones en situacions de no control de la potencial contaminació i transmissió (encara hi ha risc)
 - Conciliació de la vida personal i familiar
- Creació i modificació de torns. Amb aquesta mesura aconseguirem:
 - Poder distribuir als treballadors que acudeixin als nostres centres evitant la possibilitat d'aglomeració i amuntegament en els nostres locals i instal·lacions.
 - Millorar les condicions de mobilitat a les ciutats i en l'ús de transports públics i col·lectius.
 - Facilitar la conciliació de la vida familiar i personal.

→ S'evitaran els desplaçaments a zones declarades pel Ministeri de Sanitat amb risc important de contagi, així com les reunions amb persones que provenguin d'aquestes zones, utilitzant, en la mesura que sigui possible s'utilitzaran mitjans informàtics, telemàtics... En general seria recomanable evitar o reduir qualsevol tipus de viatge o desplaçament.

→ S'establiran les mesures organitzatives necessàries per a garantir la continuïtat de l'activitat. Entre elles podrien trobar-se:

- Mesures de flexibilització d'horaris, de reducció de nombre de treballadors presents al mateix temps en els llocs de treball, eliminació de reunions o sortides no essencials, etc.
- Mesures organitzatives necessàries davant possibles baixes del personal a conseqüència de la pandèmia. S'identificaran els recursos humans disponibles i s'estimarà una cadena de substitucions per als llocs essencials en la continuïtat de les tasques.

- Sempre que això sigui possible, per les característiques de la tasca a desenvolupar i de la pròpia activitat laboral, haurà de facilitar-se el teletreball, la qual cosa ens ajudarà, no sols a disminuir el nombre de persones presents en les nostres instal·lacions, sinó també a disminuir el risc per mobilitat i ús de transports públics o col·lectius.
- Aprovisionament de EPI, especialment màscares quirúrgiques, màscares FFP2 i guants de protecció.
 - La forma òptima de prevenir la transmissió és usar una combinació de totes les mesures preventives, no sols EPI. L'aplicació d'una combinació de mesures de control pot proporcionar un grau addicional de protecció.
 - Quant a la utilització de guants, ATENCIÓ a falsa sensació de seguretat que poden provocar si no s'utilitzen adequadament.
 - El guant de protecció és una mesura eficaç només si després de cada utilització es treu i es rebutja. Si es porta el guant de forma continuada cal parar atenció a que mentre es porta posat no s'ha de tocar res més que superfícies i mai a altres persones, i després tirar-ho seguint les normes de retirada de guants i rentada de mans.
 - Si s'utilitzen els guants en períodes prolongats tocant a diferents persones o instal·lacions i es emporten guants, s'està aportant una falsa sensació de seguretat. Si s'ha tocat a un contagiats amb la mà, o una superfície contaminada, una vegada que els treballadors es rentin bé les mans, se soluciona el risc d'infecció. En canvi, si es toca amb un guant a aquesta persona o objecte infectat i es conserva posat, s'està difonent el virus per tots els llocs on es toqui després amb el guant o on es deixi dipositat, i cada vegada que el treballador se'l posi i se'l tregui es contaminarà. I és molt improbable que ningú pugui portar un guant durant una jornada laboral i no es toqui la cara amb el guant posat.
 - Si no es disposa de guants en número suficient per a poder canviar-los després de tocar a una persona o acabar una tasca, ofereix millor garantia tornar a incidir en el manteniment de les distàncies, organitzant les tasques perquè els treballadors puguin distanciar-se 2 metres els uns dels altres, separant taules dels taulells, senyalitzant el sòl amb cinta perquè es mantinguin les distàncies de seguretat, sol·licitant el pagament amb targeta per a minimitzar el contacte, evitant el contacte amb altres persones... I si s'utilitzen guants per a tota la jornada, han de rentar-se les mans amb la mateixa freqüència i intensitat que si no es portessin posats.
- Informació i formació sobre COVID-19
 - S'ha de garantir que tot el personal compta amb informació específica i actualitzada sobre les mesures específiques que s'implantin. Es potenciarà l'ús de cartells i senyalització que fomenti les mesures d'higiene i prevenció. És important subratllar la importància d'anar adaptant la informació en funció de les mesures que vagi actualitzant el Ministeri de Sanitat, per a això es requereix un seguiment continu d'aquestes.
 - Informar sobre l'exposició al coronavirus (maneres de transmissió, prevenció, ús de EPI i col·locació, personal especialment sensible, etc.
- Desplaçaments als centres de treball

- Durant els desplaçaments, sobretot si no podem respectar les distàncies de seguretat en transport públic, han d'utilitzar-se mascaretes.
 - Per al trasllat a les empreses hauran de dictar-se normes i mesures de flexibilització dels horaris d'entrada i sortida perquè pugui evitar-se en la mesura que sigui possible l'ús de transport públic en horaris en els quals sigui previsible una alta ocupació, la qual cosa impediria el manteniment de les distàncies de seguretat.
 - Quan per al transport s'utilitzin autobusos d'empresa, haurà de disposar-se de manera que s'ocupin els seients de manera que pugui assegurar-se el manteniment de les distàncies de seguretat entre els ocupants.
- Hauria de disposar-se d'una norma de desinfecció dels vehicles que s'apliqui després de cadascun dels transports. Polvorització amb HIGISOL 70, desinfecció en 15 segons.

5.5.4 Mesures de prevenció del risc de difusió de la contaminació.

Aquestes mesures van enfocades a prevenir l'aparició de possibles focus de contaminació o de difusió de la infecció dins i des de l'empresa. És imprescindible un contacte permanent amb el servei sanitari del servei de prevenció de riscos laborals per als aspectes relacionats amb tractament de sensibles, contactes, o reincorporació de treballadors que han estat en situació d'aïllament.

- Mesures de control de l'estat de salut:
Són mesures destinades a conèixer la situació de les persones treballadores que no puguin evitar la seva presència en l'empresa enfront del SARS-CoV-2 i d'actuació per a prevenir possibles activacions de potencials focus de transmissió. Per a això és necessari:
 - Valoració de l'estat immunològic actual: Realització de test de caràcter immunològic (test ràpid).
- Mesures de control d'accés, tant per persones treballadores com per a persones usuàries:
Es recomana que aquesta mesura es faci amb el consentiment dels representants dels treballadors.
 - Possibilitats de mesuraments de temperatura corporal a distància en les incorporacions als centres. Com una mesura complementària, no obligatòria ni absoluta, atès que no és precisa ni concloent (termòmetre sense contacte).
 - Valoració de presència de símptomes generals o específics (qüestionari autoaplicat: presenta febre, tos o dificultat respiratòria).
 - En cas temperatura superior a 37,4 o presència de símptomes (febre, tos o dificultat respiratòria) s'actuarà com s'indica en l'apartat de mesures davant la "sospita o activació" d'un possible cas.

5.5.5 Mesures de prevenció del risc i de danys derivats en persones de risc i especialment sensibles .

- S'ha d'informar a les persones treballadores que es considera treballador/a sensible i grups vulnerables per a COVID-19 a les persones: amb diabetis, malaltia cardiovascular, inclosa

hipertensió, malaltia pulmonar crònica, immunodeficiència, càncer en fase de tractament actiu, embaràs i majors de 60 anys.

- Qualsevol treballador/a que reuneixi alguna de les condicions anteriors haurà de comunicar-lo de manera immediata al seu responsable per a la seva valoració i que es puguin adoptar les mesures preventives necessàries.
- Quan escaigui, el servei sanitari del servei de prevenció de riscos laborals durà a terme una avaluació individualitzada del risc i de les tasques a realitzar per la persona treballadora, tenint en compte els factors de vulnerabilitat i especial sensibilitat de la persona treballadora.
 - Identificació les persones treballadores amb especial sensibilitat: L'empresa pot sol·licitar la valoració d'aquell personal que pugui ser especialment sensible per a valorar i decidir la seva reincorporació al treball.
Aquesta actuació pot concloure a decidir que pot reincorporar-se al seu lloc, pot fer-ho amb determinades mesures de protecció o no pot fer-ho.
- Les mesures a aplicar en aquests casos, es derivaran de les característiques del treball a realitzar i dels aspectes crítics dels llocs de treball que ocupin aquest tipus de persones (necessitat de treball presencial o no). En qualsevol cas, les mesures a aplicar per criteri de recomanació i possibilitats d'aplicabilitat són:
 - Teletreball complet: De manera prioritària i com a mesura a aplicar sempre que sigui possible.
 - Jornada de presència mixta: Amb reducció dels temps presencials al mínim possible i la resta del temps teletreball, si fos necessària la presència en el lloc en alguns moments o per a algunes tasques.
 - Flexibilització: De l'horari de treball i fins i tot del centre al qual acudir en cas d'haver de fer-lo en les instal·lacions de l'empresa, quan això sigui possible.
 - Retirada del treball presencial: A persones sensibles que comencin amb símptomes potencials fins al seu control i ratificació de situació sanitària.
 - Facilitar, si amb les mesures d'allunyament no fos suficient o no poguessin garantir-se, protecció respiratòria (Màscara autofiltrant FFP2) i guants de protecció UNE-EN ISO 374-5 a persones vulnerables reconegudes.

5.5.6 Mesures d'actuació davant la sospita o activació d'un possible cas.

En la situació actual, es continuaran donant nous casos probables de COVID-19, per al que haurem de continuar aplicant una sèrie de mesures, a més de les indicades amb anterioritat.

- Cada persona treballadora ha d'observar el seu propi estat de salut davant la possible aparició d'algun dels següents símptomes: Febre o febrícula, tos continuada o persistent, dificultat per respirar, falta d'olfacte o de gust, mal de coll, calfreds, vòmits, diarrea, malestar i/o dolor muscular. En cas de que presenti algun d'aquests símptomes, comunicar-ho al responsable de personal de la seva UBG, no acudirà al treball i contactarà amb la seva ABS per a que se li realitzi la PCR.

En cas de resultat negatiu, es reincorpora a la feina.

En cas de resultat positiu ho comunicarà al responsable de personal de la seva UBG i seguirà les indicacions de l'ABS per tal de procedir amb el rastreig de possibles contactes i continuar la quarantena.

- Cada persona usuària ha de ser observada pel seu familiar, cuidador/a i/o referent tutelar abans d'assistir al centre per comprovar el seu estat de salut davant la possible aparició d'algun dels següents símptomes: Febre o febrícula, tos continuada o persistent, dificultat per respirar, falta d'olfacte o de gust, mal de coll, calfreds, vòmits, diarrea, malestar i/o dolor muscular. En cas de que presenti algun d'aquests símptomes, no acudir i comunicar-ho al centre de referència per a que tinguin coneixement i contactar amb la seva ABS per a que se li realitzi la PCR.

En cas de resultat negatiu, podrà tornar a assistir al centre amb normalitat.

En cas de resultat positiu ho comunicarà al centre de referència i seguirà les indicacions de l'ABS per tal de procedir amb el rastreig de possibles contactes i continuar la quarantena. El centre de referència avisarà a totes les famílies i/o referents tutelars per a que s'emportin a les persones ateses a casa fins que les autoritats sanitàries donin més instruccions.

- Cada centre de treball, independentment de la seva grandària, ha de tenir un referent clarament identificat per a poder intervenir amb rapidesa.
- Quan apareguin símptomes sospitosos de possible infecció com ara febre (superior a 37,4), tos o dificultat respiratòria, principalment, les mesures a aplicar seran les següents:
 - Si es tracta d'una persona treballadora haurà de deixar el seu lloc de treball d'immediat i contactar amb la seva ABS.
 - Aïllament del cas possible si es tracta d'una persona usuària:
 - A la persona afectada se l'hi posarà una màscara quirúrgica i se la portarà a una zona aïllada destinada a tal fi. Si no es disposés d'aquesta zona, perquè no hi ha possibilitat, se la posarà en un espai separat de les altres persones almenys amb una distància de dos metres.
 - En tots dos casos, la persona acompanyant haurà d'utilitzar una màscara FFP2.
 - Mesures d'actuació, evacuació i aïllament d'una persona usuària:
 - Una vegada adoptades les mesures anteriors, es procedirà a contactar amb el referent familiar i/o representant legal per a que reculli a la persona usuària i es posi en contacte amb l'equip d'atenció primària i comunitària de referència de la persona.
 - Mesures de neteja:
 - Una vegada evacuada la persona sospitosa d'estar infectada, es procedirà a la neteja de la zona de treball en la qual estigués treballant, especialment les superfícies de treball i les eines, utensilis o dispositius amb els quals estigués treballant en aquest moment. Aquesta neteja es realitzarà amb una solució d'aigua

amb lleixiu, polvoritzant HIGISOL 70 o amb draps de neteja amb solució hidroalcohòlica segons els casos i tipus de dispositiu.

→ Identificació de contactes:

- Per «**contacte estret**» de casos possibles, probables o confirmats s'entén:
 - Qualsevol persona que hagi proporcionat atenció mentre el cas presentava símptomes o convivents, familiars i persones que hagin estat en el mateix lloc que un cas mentre el cas presentava símptomes a una distància menor de 2 metres durant un temps d'almenys 15 minuts i sense mascareta i/o equip de protecció adequat.
 - El servei de prevenció de riscos laborals o el referent COVID del centre, quan escaigui, serà l'encarregat d'establir els mecanismes per a la recerca i seguiment dels contactes estrets en l'àmbit de les seves competències, de manera coordinada amb les autoritats de salut pública.
 - Una vegada informat, haurà de recollir informació sobre quines persones hagin pogut estar en contacte amb la persona que ha presentat símptomes i notificar d'això a l'autoritat sanitària.

→ Maneig dels contactes:

- **Contacte casual** amb cas confirmat de COVID-19. La persona treballadora continuarà amb l'activitat laboral normal i es realitzarà vigilància passiva d'aparició de símptomes.
- **Contacte estret** amb cas confirmat de COVID-19. Es retirarà a la persona treballadora de l'activitat laboral i seguirà les indicacions de les autoritats de salut pública en quan a PCR i quarantena domiciliària (10-14 dies). El mateix s'aplica a les persones usuàries del mateix grup de convivència.

→ Mesures de seguiment i control:

- L'autoritat sanitària, una vegada analitzada la informació sobre la incidència, determinarà les mesures d'actuació en cada cas, sent la primera d'elles una mesura d'aïllament que, segons les característiques de la situació, s'acompanyés o no d'altres accions específiques que determinaran.

5.5.7 Persones treballadores que realitzin activitats fora del centre.

- Abans dels desplaçaments als llocs on es facin treballs, bé sigui en centres d'empreses clients, en la via pública..., ens assegurarem que el treball pot realitzar-se mantenint les condicions d'allunyament i higiene de mans descrites, i que durant i en acabar el treball les persones treballadores podrem rentar-nos les mans les vegades que sigui necessari.
- Haurem de sol·licitar-se al titular del centre de treball les normes existents en aquest centre per al control de la infecció, i proporcionar les que vagin a aplicar als treballadors i treballadores de l'empresa que es desplaça.
- Si en alguna ocasió no es disposa en el centre de treball de possibilitat de rentar-se (treballs en la via pública), i és absolutament imprescindible mantenir els treballs, abans de la visita

s'haurà de proporcionar a les persones treballadores algun tipus d'hidrogel desinfectant i guants en número suficient.

- Ha d'advertir-se a l'interlocutor de l'empresa on es vagin a desenvolupar els treballs que ha de minimitzar el núm. de persones que acompanyin als treballadors i treballadores durant les visites, si pot ser a una o dues persones com a màxim.

5.5.8 Coordinació d'Activitats Empresariales amb contractes, subcontractes, clients , usuaris o altres persones presents en el centre alienes a l'empresa.

- Haurà d'eliminar-se la presència de contractes, clients, visites, i qualsevol altres persones no imprescindibles per al manteniment de l'activitat.
- Es propiciarà un intercanvi d'informació quant a les normes de prevenció de la infecció similar al que es realitza habitualment per al treball habitual. Hauran de proporcionar a les contractes i visites les normes existents en aquest centre per al control de la infecció, i recaptar de les contractes les que vagin a aplicar els seus propis treballadors.
- S'establiran pautes de coordinació amb Contractes quant a les mesures adoptades i avaluació del risc del personal afectat.
- Es disposaran mesures per a mantenir una distància d'almenys 2 metres entre les persones en totes les situacions, tant si es tracta de persones treballadores, com si es tracta de clients o usuaris.
- Porteria/recepció:
 - És un dels llocs amb més risc de contacte, i amb més risc de concentració a l'entrada i sortida.
 - Es lliurarà informació sobre les mesures preventives adoptades en el pla de contingència de cada centre de treball, així com de les mesures d'higiene personal a cada treballador de la porteria (màscara, ulleres, hidrogels i mocadors), a fi de dificultar els contactes directes.
 - Estudiar la possibilitat d'eliminar provisionalment els torns a l'entrada i sortida de les persones treballadores. Si no és possible, col·locar abalisaments en el sòl que marquin les distàncies de 2 metres a respectar.
 - Idèntica mesura d'abalisament ha d'adoptar-se per a l'entrada de visites i contractes.
 - Col·locar safates o similars per a intercanviar documentació que dificultin els contactes directes.
 - Eliminar o reduir els tràmits administratius (signatures d'entrada i sortida) que facilitin que no calgui intercanviar paper o bolígrafs.
 - Definir una zona d'espera per a personal extern a l'empresa (transportistes, visites, etc.).

CAPÍTOL 6. ESPECIFICACIONS PER AL RETORN A L'ACTIVITAT (MESURES ESPECÍFIQUES DE L'ACTIVITAT)

Consideracions a tenir en compte:

Important aclarir abans de descriure el pla de reobertura que amb el tipus de població la qual atenem és difícil de mantenir algunes de les mesures que ens pertoca prendre.

El CO Les Sureres inicia el seu funcionament a partir de l'1 de setembre de 2020 amb grups de convivència que no tindran contacte entre ells per a garantir la traçabilitat en cas d'infecció.

CAPÍTOL 7. SEGUIMENT DEL PLA

Per al desenvolupament del Pla i l'anàlisi d'implantació de mesures, seguiment, etc., l'empresa ha designat a Dolors Cuevas Abellán com a persona per a realitzar la coordinació de les activitats excepcionals de prevenció durant la crisi del Covid-19, que sigui punt de referència per al conjunt de les i els treballadors de l'empresa.

Han de registrar-se totes les accions que es prenguin i tota la documentació que pugui generar-se: parts de neteja, controls externs de manteniment, albarans de serveis, baixes laborals, ...

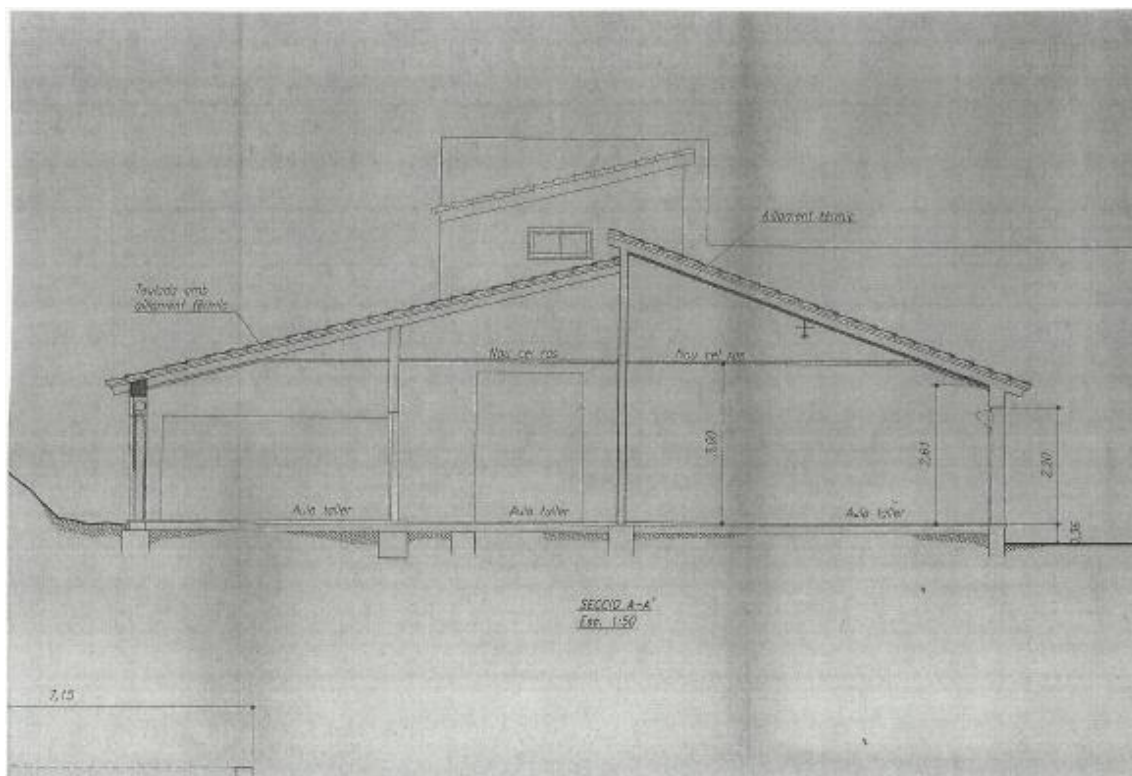
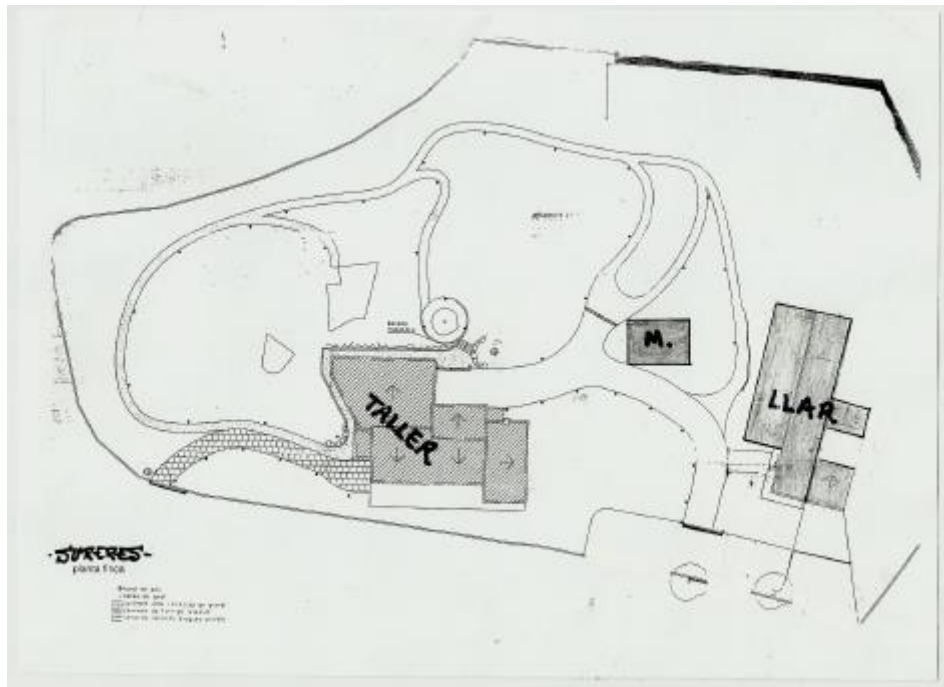
CAPÍTOL 8. VIGÈNCIA I ACTUALITZACIÓ DEL PLA

El document s'elabora per a facilitar el retorn gradual a la normalitat i la vigència estarà CONDICIONAT PER LES PAUTES I RITMES QUE INDUQUIN LES AUTORITATS EN ELS DIES SUCCESSIUS.

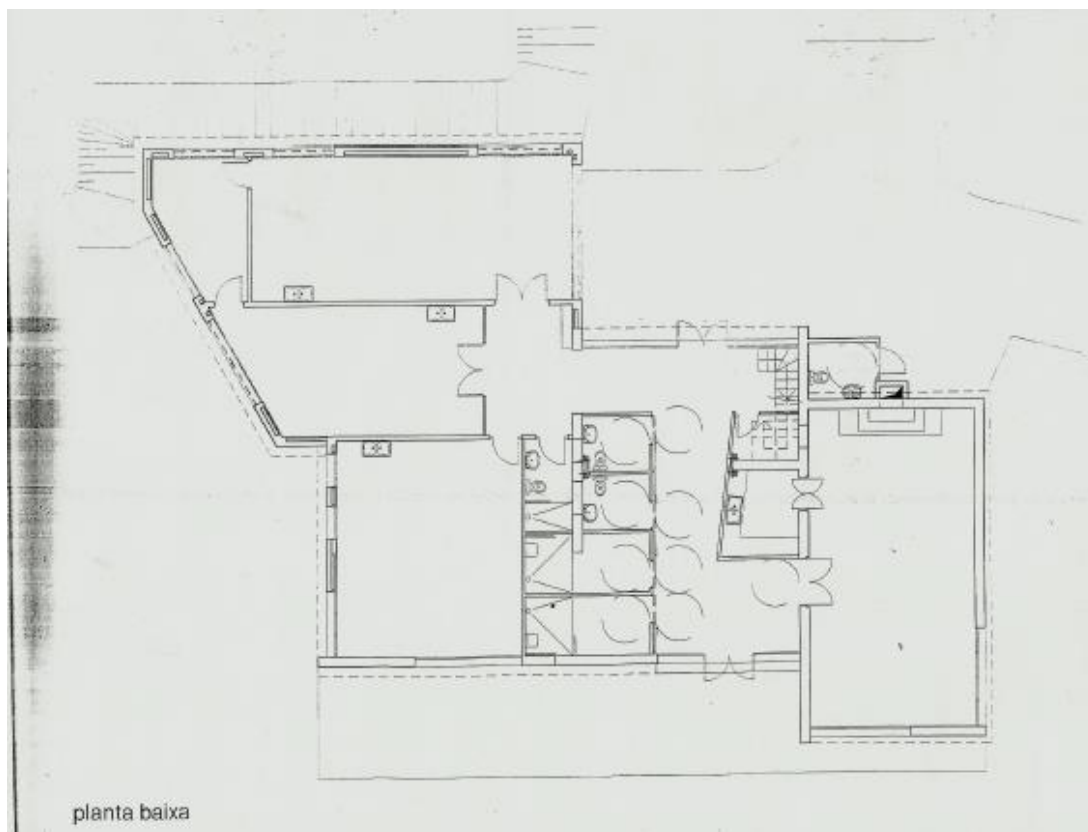
Actualitzat en data 16 d'octubre de 2020.

ANNEXOS

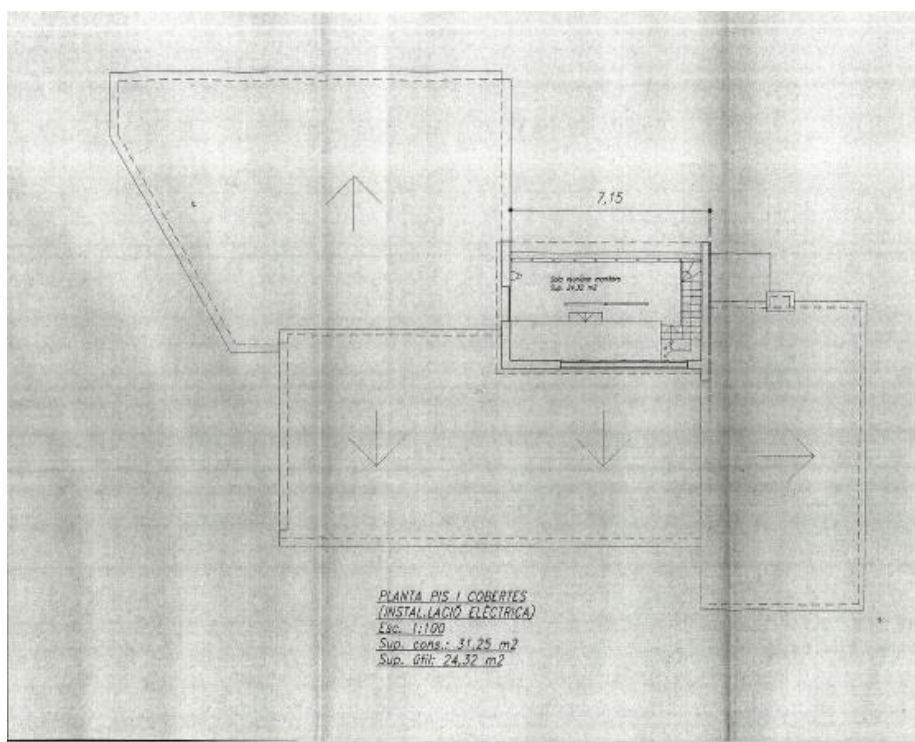
PLÀNOLS



PLANTA BAIXA



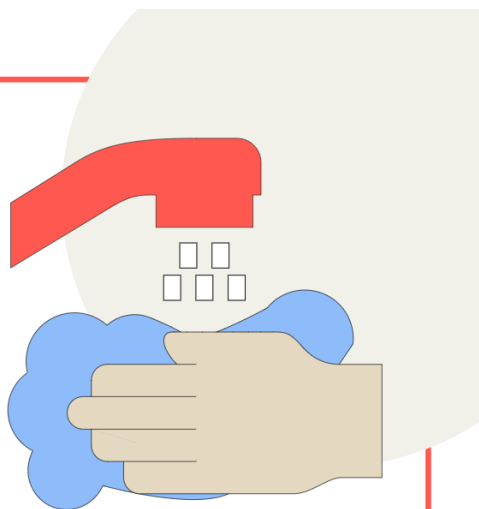
PLANTA PIS 1 I COBERTES



CARTELLERIA

Renteu-vos sovint **les mans.**

Sobretot quan arribeu i sortiu
de la feina i en arribar a casa.



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

Renteu-vos les **mans** amb solució hidroalcohòlica.

És la mesura més eficaç
per reduir la transmissió d'infeccions.



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

**No compartiu
els estris i dispositius.**

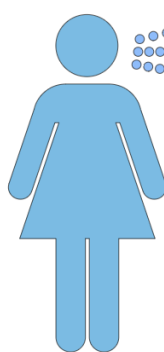
**Si ho heu de fer,
desinfecteu-los prèviament.**



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

**Mantingueu
la distància
de seguretat.**



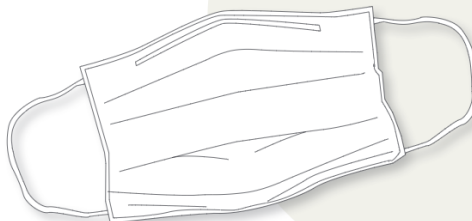
**2 m de
distància**



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

**És obligatori
l'ús de
mascareta.**



Evitem els contagis #EnsEnSortirem



/Salut

**Es recomana
l'ús de
mascareta.**

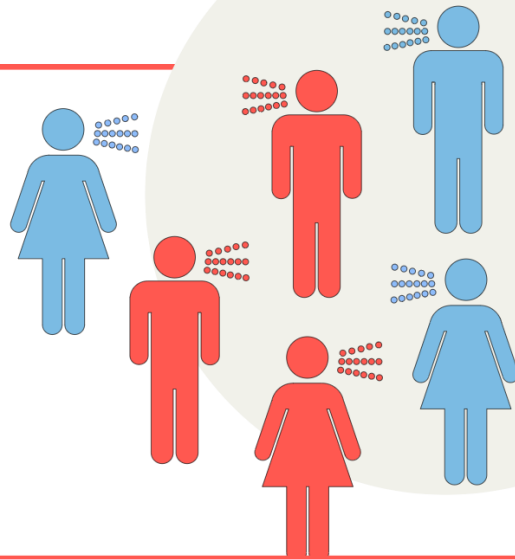


Evitem els contagis #EnsEnSortirem



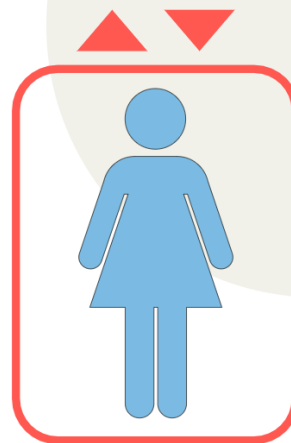
/Salut

**Aforament
limitat.**



Evitem els contagis #EnsEnSortirem

**Intenteu no fer
servir l'ascensor
més d'una
persona
al mateix temps.**



Evitem els contagis #EnsEnSortirem

Esperereu el vostre torn a la línia d'espera.

Si us plau, esperereu el vostre torn

Gràcies per la vostra col·laboració.

Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

Esperereu que us atenguin.

Gràcies per la vostra col·laboració.

Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

Seguiu el
recorregut indicat



Evitem els contagis #EnsEnSortirem



/Salut

Seguiu el
recorregut indicat



Evitem els contagis #EnsEnSortirem



/Salut

**Sentit únic
de pujada**



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem



/Salut

**Sentit únic
de baixada**



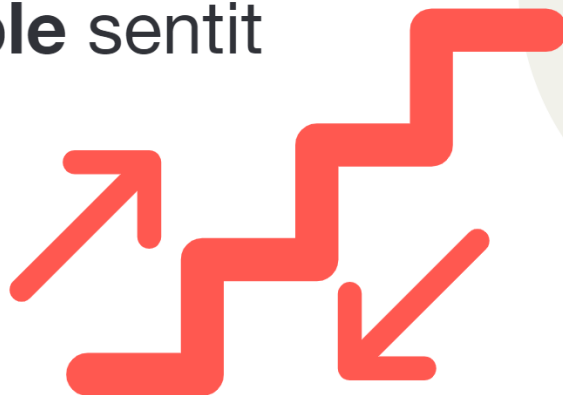
Evitem els contagis

#EnsEnSortirem



/Salut

Doble sentit



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

/Salut



Zona d'ús exclusiu

Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

/Salut



Espai reservat per al personal del centre



Evitem els contagis

#EnsEnSortirem



/Salut

Zona d'aïllament



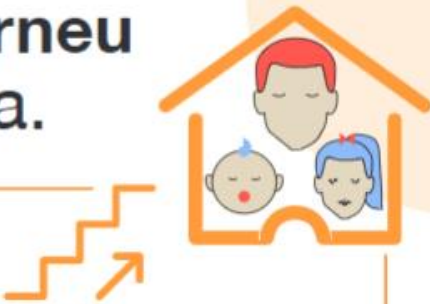
Evitem els contagis

#EnsEnSortirem

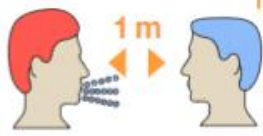


/Salut

Consells per quan torneu a casa des de la feina.



- 

Quan torneu a casa **eviteu agafar l'ascensor** i, si ho feu, que sigui de forma individual.
- 

Si trobeu veïns, manteniu la **distància mínima** d'un metre i mig de seguretat.
- 

Deixeu a l'entrada les sabates, la bossa, les claus, el casc, la cartera o altres **elements que no necessiteu a dins de casa.**
- 

Renteu-vos de seguida les mans. La neteja de les mans és essencial i cal fer-la amb aigua i sabó o amb una solució hidroalcohòlica.
- 

Eviteu portar la roba del carrer per dins de casa.
Dutxeu-vos, canvieu-vos la roba i eviteu espolsar la que heu portat quan la poseu a rentar.
- 

Netegeu els estris que utilitzareu a dins de la llar, com el mòbil, la tauleta o les ulleres, amb aigua i sabó o amb una solució hidroalcohòlica.
- 

Si conviu amb **persones de risc, manteniu-hi el mínim contacte possible** i manteniu sempre la distància de seguretat.

2020, © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (13.4.2020)

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

Recomanacions per al **desconfinament** de les persones treballadores no essencials

Sempre que sigui possible, es recomana **fer teletreball**.



No es pot anar a treballar en cas que tingueu **simptomes**.



Si teniu **simptomes**, si sou una persona vulnerable o un contacte estret d'algun possible cas de **COVID-19** cal que, abans d'anar a la feina, consulteu amb el servei de riscos laborals de la vostra empresa.



Caldrà que feu el **seguiment dels vostres símptomes dos cops al dia** a través de l'aplicació **STOP COVID19 CAT**.



Si presenteu símptomes heu de **tornar a casa** i posar-vos en contacte amb el vostre **metge o metgessa** i amb el servei de riscos laborals de l'empresa.



#EnsEnSortirem

Cuideu la vostra salut emocional mitjançant l'app **GestioEmocional.cat**



Per anar a la feina es recomana anar a peu o amb transport individual (cotxe, moto, bici).



Si heu d'agafar transport públic, poseu-vos **mascareta** i manteniu la **distància de seguretat**.



A la feina **renteu-vos sovint les mans**, amb sabó o solucions hidroalcohòliques, mantingueu la **distància d'un metre i mig** amb els companys, **no compartiu equips** o dispositius i intenteu **evitar els ascensors**.



Quan arribeu a casa després de la feina, renteu-vos de seguida les mans o dutxeu-vos, i netegeu **els objectes que heu portat de fora** com ara el mòbil o les ulleres.



I recordeu que cal **seguir mantenint les mesures de prevenció establertes**.



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

Consells per desplaçar-vos a la feina



/ Utilitzeu, sempre que pugueu, **mitjans de transport individuals**, com la bicicleta, la moto o el cotxe, o **desplaceu-vos a peu**.

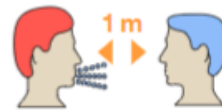


/ Si heu d'utilitzar un **transport col·lectiu**:

Utilitzeu **mascareta**.



Mantingueu la **distància de seguretat d'1 metre i mig** a les andanes i dins dels vehicles.



Si us trobeu persones conegudes, **eviteu-ne el contacte** i mantingueu sempre la **distància aconsellada**.



Procureu **tocar** el mínim imprescindible els **elements comuns**, com ara botons, barres, portes, seients, vidres, etc.

No utilitzeu l'ascensor, si el transport en té, però si l'heu de fer servir, que sigui individualment. És millor utilitzar les escales mecàniques o pujar i baixar a peu, i sempre mantenint una distància d'un metre entre persones.



Quan sortiu del transport públic i arribeu a la feina, **renteu-vos molt bé les mans** amb aigua i sabó o solucions hidroalcohòliques.



A les **estacions i parades** de transport públic, feu una **cua ordenada** i mantingueu la distància de seguretat.

Intenteu evitar les hores punta, i sempre que pugueu, **flexibilitzeu els horaris** d'entrada i sortida a la feina.



2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (13.4.2020)

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



**Generalitat
de Catalunya**

/Salut

22 d'abril de 2020

Higiene de mans. Tècnica per fricció amb preparats amb alcohol



De 20 a 30 segons



1 / Palmell contra palmell.



2 / Palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra, i viceversa.



3 / Palmell amb palmell amb els dits entrellaçats.



4 / Dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.



5 / Fricció per rotació dels dits de la mà esquerra tancada al voltant del polze dret, i viceversa.



6 / Fricció per rotació de les puntes dels dits units contra el palmell de la mà contrària, i viceversa.



2020. © Generalitat de Catalunya. Servei Català de la Salut (22.2.2020)

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

Higiene de mans. Tècnica del rentat de mans amb sabó



De 40 a 60 segons



1 / Un cop us heu mullat les mans amb aigua, apliqueu-vos-hi sabó.



2 / Friccioneu un palmell amb l'altre



3 / Friccioneu el palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra i viceversa.



4 / Friccioneu un palmell amb l'altre amb els dits entrellaçats.



5 / Friccioneu el dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.



6 / Friccioneu per rotació els dits de la mà esquerra tancada al voltant del dit polze dret i viceversa.



7 / Friccioneu per rotació les puntes dels dits juntes contra el palmell de la mà contrària i viceversa.



8 / Esbandiu-vos les mans.



9 / Exugueu-vos les mans amb una tovallola de paper.



10 / Utilitzeu el mateix paper per tancar l'aixeta.

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