

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**.



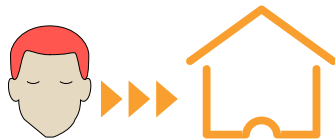
Si teniu **síntomes**, si sou una **persona vulnerable** o un **contacte estret** d'algun possible **cas de COVID-19** cal que, **abans d'anar a la feina**, consulteu amb el **servei de riscos laborals** de la vostra empresa.



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

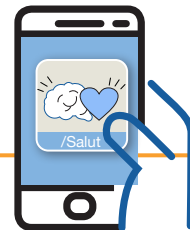


Si presenteu símptomes **heu de tornar a casa** i posar-vos en contacte amb el vostre **metge o metgessa** i amb el **servei de riscos laborals de l'empresa**.

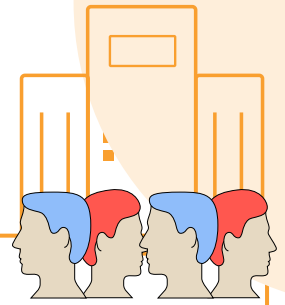


#EnsEnSortirem

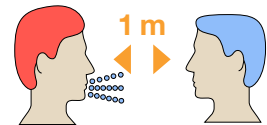
Cuideu la vostra salut emocional mitjançant l'app **GestioEmocional.cat**



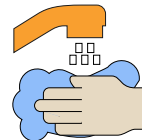
Per anar **a la feina** es recomana anar a peu o amb **transport individual** (cotxe, moto, bici).



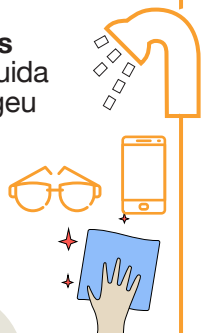
Si heu d'agafar transport públic, poseu-vos **mascareta** i manteniu la **distància de seguretat**.



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