

Recomendaciones para el **desconfinamiento** de las personas trabajadoras no esenciales

Siempre que sea posible, **se recomienda hacer teletrabajo.**



No se puede ir a trabajar en caso de que tengáis **síntomas.**



Si tenéis **síntomas**, si sois una **persona vulnerable** o un **contacto estrecho** de algún posible **caso de COVID-19** debéis, **antes de ir al trabajo, consultarlo** con el **servicio de riesgos laborales** de vuestra empresa.



Deberéis hacer el **seguimiento de vuestros síntomas dos veces al día** a través de la **aplicación STOP COVID19 CAT.**



Si presentáis síntomas **debéis volver a casa** y ponerlos en contacto con vuestro **médico o médica** y con el **servicio de riesgos laborales de la empresa.**

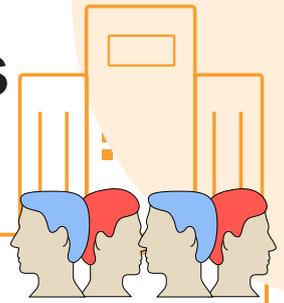


#EnsEnSortirem

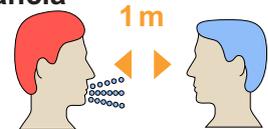
Cuidad **vuestra salud emocional** mediante la app **GestioEmocional.cat**



Para ir **al trabajo se recomienda ir a pie o en transporte individual** (coche, moto, bici).



Si tenéis que coger transporte público, poneos **mascarilla** y mantened la **distancia de seguridad.**



En el trabajo, **lavaos a menudo las manos**, con jabón o soluciones hidroalcohólicas, mantened **la distancia de un metro y medio** con los compañeros, **no compartáis** equipos o dispositivos e intentad **evitar los ascensores.**



Vuando **lleguéis a casa después del trabajo**, lavaos en seguida las manos o duchaos, y lavad **los objetos que habéis traído de fuera** como el móvil o las gafas.



Y recordad que **debéis seguir manteniendo las medidas de prevención establecidas.**



Para más información, consultad canalsalut.gencat.cat/coronavirus