Consell de
Relacions Laborals
de Catalunya

Recomanacions per a empreses i persones treballadores sobre actuacions vinculades a les situacions que es puguin produir per l'efecte del coronavirus SARS-CoV-2

Document consensuat el 12/04/2020 d'acord amb la informació disponible en aquesta data

Revisable en funció de l'evolució de la situació

Generalitat de Catalunya

CCOO

UGT
UNIÓ GENERAL DE TREBALLADORS DE CATALUNYA

Foment del Treball Nacional

pimec
Micro, petita i mitjana empresa de Catalunya

Introducció

El coronavirus SARS-CoV-2 és un nou tipus de coronavirus que afecta les persones i que es va detectar per primera vegada el desembre del 2019 a la ciutat de Wuhan, província de Hubei, a la Xina.

Els símptomes més comuns són febre, dificultat per respirar i/o tos. En els casos més greus, la infecció pot causar pneumònia, insuficiència renal i altres complicacions.

Segons les informacions disponibles, el nou coronavirus SARS-CoV-2 es transmet entre humans per via respiratòria per un contacte estret amb una persona infectada, o be per tocar objectes o superfícies contaminades i després tocar-se la boca, els ulls o el nas.

L'Organització Mundial de la Salut ha elevat la situació d'emergència de salut pública ocasionada pel COVID-19 a pandèmia internacional. La rapidesa en la seva evolució, a totes les escales, internacional i de país, ha requerit l'adopció de mesures, de caràcter extraordinari i temporals, per tal de fer front a aquesta conjuntura, com la declaració de l'estat d'alarma que restringeix la mobilitat i recomana el confinament domiciliari, sempre que sigui possible, per la seva capacitat potencial de reduir la probabilitat d'exposició i contagi per COVID-19.

A més, s'han articulat mesures que han incidit en la limitació de la mobilitat de les persones treballadores. Opcions com el teletreball, o diferents alternatives de flexibilitat empresarial que es proposa que es prioritzin quan sigui possible, han permès reduir la possibilitat de contagi i, al mateix temps, minimitzar l'impacte negatiu sobre el teixit empresarial i l'ocupació.

Aquestes mesures que han estat eficaces per reduir els contagis s'ha reforçat amb la regulació d'una paralització de les activitats productives no essencials i/o manteniment de l'activitat mínima indispensable com si fos un festiu entre els dies 30 de març i 9 d'abril (tots dos inclosos), per contribuir a reduir al màxim la mobilitat, causada majoritàriament pels desplaçaments laborals i contribuir a frenar la propagació de la Covid-19. Així, s'ha previst un permís retribuït recuperable per a les persones treballadores per compte d'altri que no prestin serveis essencials, de caràcter obligatori i amb les excepcions que es determinen.

En aquest context, Departament d'Economia i Hisenda, Departament d'Interior, Departament de Salut, Departament de Territori i Sostenibilitat, Departament de Treball, Afers Socials i Famílies i Departament d'Empresa i Coneixement i CCOO, UGT, Foment i Pimec, en el marc del Consell de Relacions Laborals, consideren necessari:

- Efectuar un seguit de recomanacions de mesures preventives i organitzatives a empreses i persones treballadores per tal de prevenir el risc de contagi del coronavirus SARS-CoV-2 als centres de treball i orientacions per planificar una tornada a la feina segura en el cas d'aturada d'activitat.

- Proposar les actuacions possibles en l'àmbit de les relacions laborals que s'han consensuat perquè Catalunya tingui una proposta unificada de mesures i accions que permeti dur a terme una millor actuació coordinada a les empreses tenint en compte la gran diversitat del seu teixit empresarial..

- Traslladar algunes consideracions sobre la determinació de la contingència davant l'exposició d'una persona treballadora a un agent biològic que li comporta un període d'aïllament preventiu.

- Afavorir la mobilitat de personal vinculat al sector essencial de serveis d'atenció a les persones en el context de l'emergència sanitària i social.

- Proveir d'informació les empreses i les persones treballadores.

I. Recomanacions de mesures preventives i organitzatives a empreses i persones treballadores i orientacions per planificar una tornada a la feina segura en el cas d'aturada d'activitat

Com a premissa general, tant per part de les empreses com de treballadors i treballadores, s'han de complir amb totes les disposicions i resolucions i tenir en compte indicacions de les autoritats sanitàries i laborals, entre altres, establertes per a restringir la mobilitat de les persones i que poden variar en funció de l'estat de la crisis provocada per la COVID-19 i afavorir el confinament domiciliari, tot potenciant, quan sigui possible, el teletreball i el treball a distància.

En compliment dels deures en matèria preventiva, l'empresa ha d'emprendre les actuacions que calgui i els serveis de prevenció han de tenir un paper d'assessorament rellevant i específic en el disseny i l'execució de les mesures que s'especifiquen a continuació.

Així mateix, aquestes mesures caldrà consultar-les, o acordar-les quan s'escaigui, seguint els procediments legalment previstos, amb els comitès de seguretat i salut, o amb la participació dels delegats i delegades de prevenció, sens perjudici dels temes que afectin les relacions laborals, que hauran de ser canalitzats cap als òrgans de participació i representació legals.

A més, també s'haurà de preveure les mesures concretes per a persones treballadores especialment sensibles i persones d'especial risc per les seves condicions biològiques o personals conegudes.

A l'apartat de II. sobre Possibles actuacions en l'àmbit de les relacions laborals es formulen un seguit de recomanacions per a la implantació de mètodes de treball a distància o teletreball.

Totes les recomanacions que venen a continuació han de ser preses en consideració tant per part de les empreses que reprenen l'activitat com per part d'aquelles que no l'hagin suspès en cas que no les tinguessin ja previstes.

Mesures prèvies a la represa de l'activitat

Cal preveure i planificar com la situació actual pot afectar a l'empresa i al procés productiu, per tal d'identificar els processos essencials pel funcionament de l'empresa i determinar quin serà l'equip presencial mínim de treballadores i treballadors.

L'organització preventiva haurà de valorar el risc per infecció per SARS-CoV2 en el si de l'empresa i establir protocols i procediments addicionals per controlar el risc de contagi, planificant les mesures a implantar i modificant, si cal, els procediments de treball necessaris, per aconseguir dur a terme la represa de l'activitat en condicions de seguretat.

És imprescindible que en cada empresa s'elabori un pla de contingència o protocol general de seguretat i salut.

Sobre la base de la modificació de l'avaluació de riscos per part del Servei de Prevenció, en el Pla de Contingències s'han de detallar les mesures raonables i exigides per les autoritats sanitàries per impedir el risc de contagi del coronavirus SARS-Cov2. Aquesta activitat preventiva ha de ser prèvia a la tornada a l'activitat.

Aquest pla de contingències, davant de l'actual situació i per donar la màxima confiabilitat, ha de ser consensuat entre empresa i representants dels treballadors. En cas de manca de consens, cal utilitzar els mecanismes de informació, consulta i participació corresponents a la representació legal dels treballadors abans de la seva aplicació.

En el procés de confecció de l'adaptació de l'avaluació de riscos i en els protocols de seguretat i salut resultants, han de ser consultats els delegats i delegades de prevenció o els representants dels treballadors.

El pla haurà de ser objecte de seguiment constant per l'empresa i la representació dels treballadors pel que podria ser convenient la constitució d'una comissió de seguiment del mateix en aquelles empreses en les quals existeixin delegats i delegades de prevenció o representació legal dels treballadors.

L'existència de EPIS (mascaretes, guants, etc.) i/o mesures de protecció col·lectiva posades a disposició, d'ús obligat en els centres de treball en aquelles activitats respecte de les que sigui necessari, ha de ser condició prèvia per a la represa de l'activitat.

Entre les mesures a considerar, mentre es mantinguin les recomanacions de les autoritats sanitàries de distanciació social, s'inclouen:

- Establir i mantenir sistemes de teletreball i treball a distància sempre que sigui possible.

- Reiniciar l'activitat de manera gradual i reassignar tasques, d'acord amb els criteris de les autoritats sanitàries i de la modalitat organitzativa de l'empresa (servei de prevenció).

- Prioritzar la incorporació al treball de les persones treballadores d'acord amb els criteris de les autoritats sanitàries i de la modalitat organitzativa de l'empresa (servei de prevenció), considerant els factors de risc intrínsecs de la pròpia activitat i organització.

- Identificar els serveis essencials o mínims i organitzar equips de treball separats per evitar una possible afectació del virus col·lectiva i així garantir la seva disponibilitat.

- S'haurà de garantir la seguretat i salut de les persones treballadores especialment sensibles enfront de la COVID-19, havent de reflectir-se aquest criteri en l'avaluació de riscos. La seva incorporació ha d'estar vinculada a les indicacions del servei de prevenció i una vegada s'hagin adoptat les mesures preventives raonables.

- Garantir que el personal treballador conegui els protocols i els nous procediments i mesures a aplicar per tal d'evitar el risc de contagi (elaborar i distribuir material, realitzar formació a distància prèvia a la reincorporació, etc.).

- Reduir el temps de permanència en el centre de treball al mínim possible.

- Reduir el nombre de treballadors i treballadores presents de forma simultània quan sigui necessari, per tal de garantir la distanciació entre els treballadors i treballadores.

- Establir horaris i torns especials per reduir el nombre de persones treballadores presents al mateix temps.

- Flexibilitzar els horaris.

- Netejar i desinfectar adequadament els llocs de treball, especialment les zones comunes i les superfícies de treball compartides. Les instal·lacions es netejaran com a mínim una vegada al dia i depenent del seu ús, per exemple a cada canvi de torn. Els menjadors, després de cada servei, els lavabos depenent de l'ús s'augmentarà la freqüència diària.

- Analitzar la distribució i organització dels llocs de treball per garantir que es pot mantenir la distància de seguretat en totes les àrees d'ús comú.

- Identificar les tasques en les què serà difícil respectar la distància de seguretat i buscar possibles solucions, com barreres físiques i elements de separació entre persones, modificar la forma d'executar la tasca (mecanitzar-la, utilitzant equips de treball que permetin separar els/les treballadors/es, etc.), o l'ús d'equips de protecció individual (en funció de l'avaluació de riscos).

- La utilització d'equips de protecció respiratòria (EPI respiratori) i altres tipus de mascaretes quirúrgiques i/o higièniques s'incorporaran obligatòriament d'acord amb l'avaluació de riscos dels llocs de treball, indicacions del serveis de prevenció o seguint les recomanacions de l'autoritat sanitària. El seu ús és recomanable en general als llocs de treball amb espais compartits (especialment superfícies de treball) o quan pugui ser més difícil el compliment estricte i permanent de les distàncies de seguretat mínimes establertes.

Mesures en relació a la mobilitat

- Flexibilitzar els horaris d'entrada i sortida per evitar les hores punta del transport públic i evitar aglomeracions.

- Quan s'utilitzi vehicle particular cal viatjar en solitari, mantenint mesures higièniques abans d'accedir al vehicle i també en baixar (neteja de manetes, volant, palanca de canvi, neteja de mans, etc.). Poden desplaçar-se dues persones en el mateix vehicle particular si desenvolupen l'activitat laboral al mateix centre de treball i sempre respectant la mesura d'un ocupant per filera de seients i situats a la distància màxima (en diagonal una de l'altra).

- Reduir el nombre de desplaçaments a través de mesures organitzatives i de flexibilitat que permetin reduir el nombre de dies que cal presència física al centre de treball.

- S’eliminaran o evitaran els viatges no essencials.

- Valorar per part de l’empresa facilitar un transport privat col·lectiu a les persones treballadores, sempre limitant l’ocupació a 1/3 i mantenint distància d’1,5 metres.

- Seguir les recomanacions de les autoritats en la matèria.

Recomanacions d’ús de transport públic:

Per tots els mitjans de difusió disponibles (megafonia, monitors, aplicacions, portals, xarxes socials...), les autoritats de transport públic i els operadors insistiran en les següents recomanacions als usuaris:

- Eviteu utilitzar el transport públic si us trobeu malament o pertanyeu a un grup de risc o si teniu algun símptoma compatible amb la malaltia.
- Si la vostra activitat us ho permet, treballeu i feu gestions a distància. Si us heu de desplaçar, eviteu les hores punta si us és possible.
- Preveieu un temps més llarg de l’habitual per a fer els desplaçaments en transport públic. Us podeu trobar amb limitacions d’accés i controls de seguretat.
- Porteu mascareta mentre utilitzeu el transport públic, tant dins dels vehicles com a les estacions, parades i passadissos.
- Procureu mantenir una distància de seguretat amb els altres usuaris del transport públic.
- Feu una cua ordenada i pacient en els passos d’entrada i de sortida d’estacions ferroviàries i de metro.
- A les parades d’autobús, feu una cua ordenada deixant l’espai de seguretat entre usuaris. Feu-la recta, sense ocupar tota la vorera.
- Deixeu espai a l’usuari que us precedeixi quan valideu.
- A les estacions, quan circuleu pels passadissos, feu-ho per la vostra dreta, deixant espai amb els usuaris que circulen en sentit contrari.
- A les escales mecàniques i a les cintes transportadores, mantingueu una sola fila, sense avançar els que estiguin davant.
- No ompliu els ascensors.
- Si esteu a una andana o una parada d’autobús, deixeu un espai ampli davant les portes i permeteu que els usuaris que surten ho puguin fer amb comoditat. Entreu sense aglomerar-vos: el conductor esperarà.
- Mentre espereu a l’andana l’arribada del tren, el metro o el tramvia distribuïu-vos en tota la seva longitud per a mantenir la màxima separació amb la resta d’usuaris.
- A l’interior del tren, el metro o el tramvia, distribuïu-vos en tota la longitud del vehicle, mantenint la distància de seguretat amb d’altres usuaris. Procureu no seure davant d’una altra persona, no ocupeu el passadís entre seients per a facilitar els desplaçaments i deixeu lliure l’accés a les cabines dels/les maquinistes.

- En els serveis en autobús respecteu la distància de seguretat, no seieu en els seients confrontats amb altres usuaris si estan ocupats i en la mesura possible seieu en fileres diferents a les d'altres usuaris. Si s'assoleix l'ocupació màxima, no hi pugeu i espereu el següent.
- Recordeu que els conductors i conductores dels autobusos no venen bitllets i que és convenient que tinguin la mínima interacció possible amb els usuaris.
- Quan sortiu del transport públic, renteu-vos bé les mans amb aigua i sabó o amb un gel hidroalcohòlic de seguida que pugueu.

http://territori.gencat.cat/ca/inici/index.html?page302842d3-47a9-11e8-941d-005056924a59=2&googleoff=1

Mesures relacionades amb les zones comunes

Les zones comunes dels centres de treball (accés, passadissos, ascensors, vestuaris, lavabos, zones de descans, menjador) requereixen una atenció especial per evitar el risc de contagi, per la major probabilitat d'entrar en contacte amb superfícies i objectes contaminats i de contacte directe entre persones.

Entre les mesures a adoptar s'inclouen, quan escaigui:

- Establir zones d'entrada i sortida diferenciades per evitar l'aglomeració de personal i garantir les distàncies de seguretat.
- Establir entrades per torns i flexibilitzat d'horaris.
- Evitar sistemes de fitxatge que impliquin el sistema dactilar.
- Garantir la ventilació adequada dels locals, natural o general forçada.
- Facilitar els accessos als espais, si pot ser amb sistemes mecànics o deixant quan sigui possible les portes obertes, de forma que s'utilitzin les manetes el mínim possible.
- Fomentar l'ús de les escales en lloc de l'ascensor.
- Preveure llocs separats on deixar la roba de treball i la de carrer.
- Preveure llocs on netejar-se les mans amb aigua i sabó o amb solució hidroalcohòlica.
- Disposar cubells amb tapa d'accionament amb pedal com a paperera per llençar tovalloles i/o mocadors d'un sol ús.

- Netejar les superfícies freqüentment amb aigua i lleixiu.

- Establir zones de descans preveient un aforament màxim que permeti mantenir una distància interpersonal superior a 1,5m.

- Limitar l'ús del menjador sempre que sigui possible, limitant la manipulació i consum d'aliments al centre de treball.

- Preveure un ús esglaonat de zones comuns.

- Els estris del menjador, si són reutilitzables, s'han de rentar amb aigua calenta i sabó.

- Establir sistemes per recordar la necessitat de mantenir la distància de seguretat.

- Incrementar la freqüència de desinfecció del terra i de les superfícies amb major contacte amb les mans.

Mesures relacionades amb les zones de treball

- Garantir la ventilació adequada dels locals, natural o general forçada.

- Reduir la possibilitat de contacte interpersonal (acotar i senyalitzar espais, barreres de separació físiques, redistribució i separació de taules i mobiliari, etc.), garantint una separació superior a 1,5m, inclús en les vies de circulació interiors.

- L'ús d'eines, equips de treball, material d'oficina, telèfons, etc. serà preferiblement individual. En cas contrari caldrà descontaminar-los després de cada ús.

- Evitar, sempre que sigui possible, traslladar material o equips fora d'un àrea concreta.

- Quan sigui possible s'establirà una zona de recepció i una zona d'expedició de material separades.

- Prohibir les visites externes no relacionades amb la feina.

- Evitar les reunions presencials, afavorint les videoconferències o altres sistemes no presencials.

- Si la valoració del risc per infecció per SARS-CoV2 indica la necessitat d'utilitzar equips de protecció individual front el risc de contagi per coronavirus, caldrà garantir la seva distribució i que els treballadors i treballadores estan correctament formats i informats sobre el seu ús.

En locals amb accés al públic s'adoptaran mesures per garantir la distància de seguretat o instal·lar elements de separació tant entre les persones treballadores així com entre la clientela.

Mesures higièniques, de neteja i desinfecció

Caldrà mantenir les mesures i hàbits higiènics generals per evitar la dispersió i el contagi pel coronavirus:

- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús i tirar-lo tot seguit a un cubell amb tapa d'accionament amb pedal o amb la cara interna del colze en el moment d'estossegar o esternudar i rentar-se les mans de seguida.

- Garantir la disponibilitat i fàcil accés a aigua i sabó i/o solucions desinfectants per a la neteja de mans, distribuïdes per l'empresa.

- Rentar-se les mans amb aigua i sabó de forma freqüent i sempre abans d'accedir i abandonar el lloc de treball .

- Extremar la higiene personal a lavabos i dutxes.

Es recomana realitzar una neteja i desinfecció dels espais de treball de forma periòdica, especialment de les superfícies que es toquen amb les mans com manetes, polsadors, teclats, taules, mostradors, eines, passamans en escales, etc. així com de les zones comuns.

Aquesta periodicitat de neteja s'hauria d'intensificar en espais on hi accedeixin persones externes a l'empresa, zones de recepció de materials....

Sempre que sigui possible, les taules, materials i superfícies de treball hauran de ser de fàcil neteja i desinfecció.

Coordinació empresarial

Totes les mesures adoptades per evitar el contagi del coronavirus s'hauran de fer extensives a altres treballadors i treballadores que accedeixin al centre de treball (proveïdors, subcontractistes, empreses d'obres o serveis o treballadors autònoms) i de la mateixa manera, caldrà garantir que els treballadors propis quedin protegits quan es desplacin a realitzar la seva feina en altres centres de treball d'altres empreses o clients**.**

Serveis de Prevenció i valoració de les situacions vinculades al coronavirus

D'acord amb la Guia d'actuació i col·laboració dels serveis de prevenció de riscos laborals (SPRL) del Departament de Salut per fer front a la pandèmia de COVID-19 els serveis sanitaris del SPRL són els que desenvoluparan l'estudi de contactes, per la qual cosa hauran d'informar a les persones treballadores i a les empreses clients el procediment que estableixin, dels casos confirmats, probables o possibles dels quals siguin coneixedors, per poder fer l'estudi.

Els serveis de prevenció de riscos laborals han de col·laborar en la valoració de la infecció pel coronavirus SARS-CoV-2 de la simptomatologia i temperatura amb el mitjà que cregui oportú, quan sigui possible, i abans de l'entrada al lloc de treball.

Aquells treballadors i treballadores que presentin símptomes compatibles amb la infecció pel coronavirus SARS-CoV-2 (febre, dificultat per respirar o tos, o els que determinin les autoritats sanitàries) poden fer el test que es troba a https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/stop-covid19-cat/ o utilitzar l'aplicació del Departament de Salut per mòbils STOP COVID19 CAT i seguir les recomanacions de les autoritats sanitàries. Per consultes generals s'ha de trucar al 012; i per urgències per coronavirus i sanitàries s'ha de trucar al 061. Només en cas d'emergències s'ha de trucar al 112.

Els serveis de prevenció coordinadament amb els comitès de seguretat i salut laboral faran el seguiment tant dels aïllaments com dels casos, coordinadament amb les mútues i servei públic de salut.

Concertar també la implicació dels serveis de prevenció i els comitès de seguretat i salut laboral tant en el seguiment dels aïllaments com de les incapacitats laborals, en col·laboració, si escau, amb les mútues o els òrgans competents.

Mesures especials per a treballadors i treballadores que presten serveis en entorns d'assistència medicosanitària, sociosanitaria i residencial

Les persones que presten serveis d'atenció en entorns d'assistència medicosanitària, sociosanitària i residencial (com ara serveis residencials assistits de gent gran, discapacitat i salut mental) tenen un risc superior al de la població general.

El concepte de persona treballadora que presta serveis en entorns d'assistència medicosanitària, sociosanitària i residencial correspon a tota activitat que implica que la persona hagi de dur a terme una intervenció directa o indirecta a persones pacients o usuàries i que ha estat diagnosticat d'infecció per coronavirus SARS-CoV-2 o que és sospitós de ser-ho i, en aquest sentit, inclou tant el personal sanitari com el personal no sanitari (d'atenció, personal de neteja, manteniment, etc.).

Per tant, les empreses que presten serveis en aquests àmbits d'activitat han de tenir permanentment actualitzada la informació, a efectes de coordinació de l'activitat preventiva.

Les recomanacions sobre les mesures de protecció de la salut d'aquests treballadors i treballadores amb risc derivat de la seva activitat laboral les trobareu en el procediment d'actuació davant de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2 (Agència de Salut Pública de Catalunya):

– https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/procediment-actuacio-coronavirus.pdf

En relació a l'ús de qualsevol equip de protecció individual, és aconsellable seguir les directrius i recomanacions de la OMS sobre l'ús racional dels equips de protecció individual que es basen en tres actuacions fonamentals:

1. Minimitzar la necessitat d'EPI mitjançant mesures de tipus tècnic i organitzatiu (com l'establiment de barreres físiques, senyalització de distàncies mínimes de separació, etc.)
2. Assegurar que l'ús dels EPI és el correcte, justificat i apropiat en funció del risc d'exposició (tipus d'activitat) i dinàmica de transmissió del patògen. Cal tenir en compte que la sobre utilització d'EPI pot provocar carències en el mercat.
3. Coordinar-se amb les cadenes de subministrament d'EPI nacionals i internacionals

Documents de consulta:

OMS Recomanacions sobre l'ús racional dels Equips de protecció individual:
– https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/infection-prevention-and-control
– Equips de protecció individual (EPI) respiratòria per protegir el personal treballador contra l'exposició a agents biològics per via respiratòria
– Guia d'actuació per a la prevenció de riscos laborals davant d'agents biològics perillosos altament transmissibles en centres sanitaris.

Cal destacar que en els procediments que generen aerosols, s'han de reduir al mínim el nombre de persones presents en l'habitació i totes han de portar:

- Mascareta d'alta eficàcia, preferiblement de tipus FFP3 (en cas que no n'hi hagi, de tipus FFP2)), en entorns sanitaris preferiblement sense vàlvula.
- Protecció ocular ajustada de muntura integral o protector facial complet.
- Guants preferiblement de nitril, o bé làtex o sense pols i de protecció contra virus..
- Vestit/granota o bates impermeables de màniga llarga (si la bata no és impermeable i es preveu que hi hagi esquitxos de sang o altres fluids corporals,

cal afegir-hi un davantal de plàstic). Valorar l'ús de polaines i/o capuç en funció de la tasca i el nivell de risc

Mesures especials per a treballadors i treballadores que presten serveis en l'atenció domiciliaria

La treballadora o el treballador que faci atenció domiciliària ha de conèixer que les persones d'edat avançada són especialment vulnerables i davant dels símptomes com febre, tos, mal de coll podria estar davant d'una clínica compatible amb la malaltia per coronavirus o COVID-19 i per tant, cal que es posi en contacte amb el 061, i seguir les indicacions del professional sanitari.

Mesures per la treballadora a domicili davant la sospita d'un cas:

- En entrar a l'habitació, la persona aïllada ha de portar mascareta quirúrgica i la persona cuidadora quan hi hagi contacte amb la persona afectada o amb els seus fluids, han de portar un equip de protecció (FPP2 o FPP3), ulleres, guants preferiblement nitril o làtex i bata resistent als fluids.

- Cal rentar-se les mans amb sabó o solució hidroalcohòlica sovint tant la treballadora com la pacient i utilitzar tovalloles de paper després de rentar-se les mans.

- S'ha de mantenir una bona ventilació de les àrees compartides de la llar, i ventilar un mínim de 10 minuts, 3 cops al dia.

- La roba de les persones malaltes s'ha de tancar en una bossa amb tancament hermètic fins el moment de rentar-la. Cal rentar-la amb sabons o detergents habituals a 60-90 ° C i deixar que s'assequi completament.

- Els coberts, gots, plats i altres estris reutilitzables es rentaran amb aigua calenta i sabó o preferiblement en el rentaplats.

- Les superfícies que es toquen amb freqüència (tauletes de nit, mobles de dormitori...), les superfícies del bany i vàter hauran de ser netejades i desinfectades diàriament amb un desinfectant domèstic que contingui lleixiu diluït (1 part de lleixiu domèstica al 5% en 50 parts d'aigua) preparat el mateix dia que es va a utilitzar.

Enllaç del Departament de Salut sobre aïllament domiciliari per a possibles casos de coronavirus SARS-2 CoV 19 complementari a les propostes anteriors:

https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/coronavirus-aillament-domiciliari-ciutadania-A4.pdf

II. Possibles actuacions en l'àmbit de les relacions laborals

Mesures organitzatives

Recomanació genèrica d'ús de les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC)

Es recomana prioritzar l'ús intensiu de les TIC a les empreses com a alternativa per a la realització del treball, les reunions presencials, els desplaçaments i els viatges. Les TIC propicien l'adaptació organitzativa i substitueixen la ubicació física al centre de treball per mitjà del treball remot (utilitzant les eines bàsiques associades al lloc de treball, com ara el correu electrònic, el telèfon o la connexió remota a la mateixa estació de treball), de manera que minimitzen el risc.

La recomanació d'utilització de les TIC, contraposada a una cessació temporal o reducció de l'activitat, si això és tècnica i raonablement possible i si l'esforç d'adaptació necessari resulta proporcionat, respon a l'objectiu prioritari de garantir que l'activitat empresarial i les relacions de treball es reprenguin amb normalitat després de la situació d'excepcionalitat sanitària.

Teletreball (e-treball) i treball a distància (flexibilitat locativa)

D'acord amb l'apartat genèric anterior és recomanable vehicular mesures de flexibilitat, com ara el teletreball, en els casos en què sigui possible i ho permeti l'activitat o sector, així com el treball a distància per la seva capacitat potencial de reduir la probabilitat d'exposició i contagi per la COVID-19.

El Treball a distància es prioritari enfront del cessament temporal o a la reducció de l'activitat.

El règim de prestació de serveis en la modalitat de teletreball és voluntari.

Actualment, no existeix una normativa específica sobre teletreball i treball a distància, més enllà de les indicacions recollides en l'article 13 de l'Estatut dels Treballadors, i les previsions del Reial decret llei 8/2020, de 17 de març, de mesures urgents extraordinàries per a fer front a l'impacte econòmic i social del COVID-19.

L'Acord Marc Europeu sobre el Teletreball (AET) és una referència reguladora, útil i equilibrada per a les relacions derivades d'aquesta nova forma de gestió de l'activitat empresarial. Així mateix l'AIC al seu capítol XV estableix recomanacions envers al teletreball.

Si el teletreball no està regulat al conveni d'aplicació, a l'empresa o al centre de treball, l'empresa i la representació legal de les persones treballadores o individualment, si no hi ha representació legal o sindical, cal pactar o negociar-ne la viabilitat amb caràcter temporal, a més de la forma de prestació d'aquest treball i el proveïment dels mitjans necessaris per portar-lo a terme i l'acord pel qual s'estableixi el teletreball o treball a distància s'ha de formalitzar per escrit.

A aquests efectes es pot prendre en consideració l'apartat corresponent en aquesta matèria de les Recomanacions per a la negociació col·lectiva en matèria de gestió del temps de les persones treballadores, i també el contingut de l'Acord interprofessional de Catalunya 2018-2020 i de l'Acord marc europeu sobre el teletreball.

Per a les empreses i llocs en els quals la modalitat del teletreball no estava implementada amb anterioritat, la urgència que exigeix l'actual situació d'excepcionalitat aconsella una adaptació d'aquestes obligacions, amb caràcter temporal i exclusivament als efectes de respondre a les necessitats sanitàries de contenció actualment vigents.

En qualsevol cas, l'empresa, en compliment del seu deure de protecció de l'article 14 de la Llei 31/1995, de 8 de novembre, de prevenció de riscos laborals ha de vetllar per l'acompliment de les previsions de la Llei, especialment en matèria de riscos psicosocials i ergonòmics.

Així doncs, s'entén complerta l'obligació d'efectuar l'avaluació de riscos, en els termes que preveu l'article 16 de la Llei 31/1995, de 8 de novembre, de prevenció de riscos laborals, amb caràcter excepcional, a través d'una autoavaluació realitzada voluntàriament per la mateixa persona treballadora, mentre estigui vigent el Reial decret llei 8/2020, de 17 de març, de mesures urgents extraordinàries per a fer front a l'impacte econòmic i social del COVID-19.

En aquest sentit es recomana seguir les indicacions que es puguin donar des dels Serveis de Prevenció de les empreses, les que s'hagin pogut fixar des de la negociació col·lectiva, així com les guies i recomanacions que puguin existir en relació al sector d'activitat i especificitats de l'empresa.

Es recomana, a més, que les empreses elaborin *Guies d'implementació del teletreball* o treball a distància negociades i que les garanties que s'hi pactin vagin guiades pels principis de voluntarietat, responsabilitat, compromís, reversibilitat, no consolidació, manteniment de condicions bàsiques, així com tots aquells altres principis i valors de l'organització que es considerin adients.

A continuació, es fa una proposta de possibles continguts per a una Guia:

- En relació a les condicions laborals i d'ocupació s'hauria de fer referència a:
    - L'establiment de la jornada i horari de cada persona treballadora.

- La concreció de les tasques encomanades.

- Quant a l'organització del treball i l'àmbit de la vida privada:
  - Posar en marxa procediments i mètodes de treball, així com la manera de reportar els resultats.
  - Establir una franja horària específica per a la realització de videoconferències i atenció telefònica, tenint en compte el dret a la desconnexió digital, conciliació i d'intimitat de les persones treballadores.

- La salut i la seguretat:
  - Recordar les condicions mínimes que hauria de reunir l'espai de treball.
  - Especialment, preveure riscos relatius a l'ús intensiu de pantalles de visualització de dades.

Al respecte es pot consultar els recursos disponibles a:
https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral/riscos_i_condicions_treball/eines_avaluacio/teletreball/

- Els equips i eines necessaris per al desenvolupament de l'activitat

- Establir les mesures necessàries per mantenir la seguretat i protecció dels equips informàtics fora de centre de treball i, conseqüentment, de les dades que puguin tenir d'acord amb la llei de protecció de dades.

- La formació de les persones treballadores, en cas que sigui necessari, centrada en els equips tècnics posats a la seva disposició i en les característiques d'aquesta forma d'organització de la feina i possibilitat de programar activitats de formació professionalitzadora en entorn virtual.

Altres mesures de flexibilitat interna

Tal i com s'ha exposat a l'apartat preventiu, quan la prestació del servei sigui imprescindible de forma presencial, cal organitzar el treball de manera que es redueixi el nombre de persones treballadores exposades, establint regles per a evitar i reduir la freqüència i el tipus de contacte de persona a persona, com per exemple règims de torns o la fixació d'horaris especials.

S'ha d'informar que la permanència en els establiments comercials l'obertura dels quals estigui permesa haurà de ser l'estricament necessària perquè els consumidors/es puguin realitzar l'adquisició d'aliments i productes de primera necessitat, quedant suspesa la possibilitat de consum de productes en els propis establiments. A més, cal garantir la distància de seguretat recomanada.

Es proposa que les empreses contemplin la possibilitat de flexibilització dels horaris d'entrada i sortida per tal que s'evitin les hores punta del transport públic, amb freqüències considerablement reduïdes.

Es recomana que la persona treballadora estigui proveïda del *Certificat auto responsable de desplaçament en el marc de l'estat d'alarma per la crisi sanitària per la COVID-19*, preferentment segellat per l'empresa, que es troba a la pàgina del Departament d'Interior:

https://interior.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/proteccio_civil/consells_autoproteccio_emergencia/malalties-transmissibles-emergents-amb-potencial-alt-risc-/certificat-autoresponsable-de-desplacament-en-el-marc-de-lestat-dalarma-per-la-crisi-sanitaria-per-la-covid-19/

Es proposa adoptar, preferentment i temporalment, mesures de flexibilitat interna negociades entre l'empresa i la representació legal o sindical de les persones treballadores pel que fa a possibles modificacions de la jornada segons els procediments pactats i/o legals per modificar-la, en funció de causes objectives que n'aconsellin l'adaptació, en un context d'equilibri entre les necessitats empresarials i les necessitats de les persones treballadores i que possibilitin adaptar les necessitats particulars de la situació.

En cas que hi hagi raons justificades, per exemple, i sempre tenint en compte les premisses de l'acord, la temporalitat i l'equilibri, es proposen mesures com aquestes:

- ajustaments de la producció
- acordar borses horàries per tal de flexibilitzar i adaptar la situació a les necessitats productives
- possibles adaptacions del calendari laboral
- programació o reprogramació d'activitats formatives o informatives.
- redistribució de la jornada laboral, d'acord amb la regulació laboral i convencional
- establiment de sistemes de permisos que permetin ajustar la càrrega de treball
- establiment de regles de compensació per al període de reorganització del temps de treball

A aquests efectes es pot prendre en consideració l'apartat corresponent en aquesta matèria de les Recomanacions per a la negociació col·lectiva en matèria de gestió del temps de les persones treballadores, i també el contingut de l'Acord interprofessional de Catalunya 2018-2020 i de l'Acord marc europeu sobre el teletreball.

Cal tenir en compte que, entre les actuacions necessàries per evitar la transmissió comunitària del COVID-19, s'ha produït el tancament dels centres educatius i centres de dia, entre altres establiments públics i privats. En conseqüència, s'ha considerat imprescindible establir mesures per tal que les persones treballadores puguin

absentar-se de la feina davant la necessitat d'atendre la cura de persones al seu càrrec, sense veure afectades negativament en l'àmbit laboral.

La normativa dictada en aquestes circumstàncies excepcionals, Reial decret llei 8/2020, de 17 de març, de mesures urgents extraordinàries per a fer front a l'impacte econòmic i social del COVID-19, ha previst que les persones treballadores per compte aliena que acreditin deures de cura respecte de el cònjuge o parella de fet, així com respecte dels familiars per consanguinitat fins al segon grau de la persona treballadora tindran dret a accedir a l'adaptació de la seva jornada i / o a la seva reducció.

Es defineixen les situacions que justifiquen aquests drets:

- Quan sigui necessària la presència de la persona treballadora per a l'atenció d'una altra que per raons d'edat, malaltia o discapacitat, necessiti de cura personal i directe com a conseqüència directa del COVID-19.

- Per decisions adoptades per les autoritats relacionades amb el COVID-19 que impliquin tancament de centres educatius o de qualsevol altra naturalesa que dispensin cura o atenció a la persona necessitada dels mateixos.

- Quan la persona que fins al moment s'hagués encarregat de la cura o assistència directes de cònjuge o familiar fins a segon grau de la persona treballadora no pogués seguir fent-ho per causes justificades relacionades amb el COVID-19.

En aquests casos, s'estableix el dret alternatiu a l'adaptació de la jornada, enfront de l'absència, susceptible de generar menys efectes adversos tant en la persona treballadora com a la pròpia empresa.

És un dret individual de les persones treballadores amb obligacions de cura i es recomana que es parteixi del principi del repartiment corresponsable de les obligacions de cura i l'evitació de la perpetuació de rols a l'àmbit familiar.

La petició ha de ser justificada, raonable i proporcionat en relació amb la situació de l'empresa , particularment en el cas que siguin diverses les persones treballadores que accedeixen a la mateixa en la mateixa empresa i els conflictes que puguin generar-se seran resolts per la jurisdicció social.

Aquesta mesura de l'adaptació de la jornada, en línia amb les propostes anteriors pot consistir en canvis de torn, alteració d'horari, horari flexible, jornada partida o continuada, canvi de centre de treball, canvi de funcions, canvi en la forma de prestació de la feina, incloent-hi la prestació de treball a distància, o en qualsevol altre canvi de condicions que estigués disponible a l'empresa o que pogués implantar-se de manera raonable i proporcionada, tenint en compte el caràcter temporal i excepcional de les mesures previstes.

La seva concreció inicial correspon a la persona treballadora, tant en el seu abast com en el seu contingut, sempre que estigui justificada, sigui raonable i proporcionada, tenint en compte les necessitats concretes de cura que ha de dispensar la persona treballadora, degudament acreditades, i les necessitats d'organització de l'empresa. Empresa i persona treballadora hauran de fer el possible per arribar a un acord.

L'altra dret que es configura és una "reducció de jornada especial", en el marc de l'article 37.6 de l'Estatut dels Treballadors, amb totes les garanties d'aquesta regulació, però amb especialitats que el fan més flexible.

La reducció de jornada especial s'ha de comunicar a l'empresa amb 24 hores d'antelació, i podrà arribar al cent per cent de la jornada si resultés necessari, sense que això impliqui canvi de naturalesa a efectes d'aplicació dels drets i garanties que estableix l' ordenament per la situació prevista en l'article 37.6 de l'Estatut dels Treballadors.

En cas de reduccions de jornada que arribin a el 100% el dret de la persona treballadora haurà d'estar justificat i ser raonable i proporcionat en atenció a la situació de l'empresa.

A més, si la persona treballadora ja gaudia d'una adaptació de la jornada per conciliació, o de reducció de jornada per cura de fills o familiars, o d'algun dels drets de conciliació previstos en l'ordenament laboral, inclosos els que estableix el mateix article 37, podrà renunciar-hi temporalment o modificar-la.

Tot i així, si no hi ha opció a cap altra mesura alternativa i sigui necessari suspendre el contracte de treball, caldrà valorar la via més adequada al cas concret d'entre les que preveuen els articles 45 i 47 de l'Estatut dels treballadors.

III. Consideracions sobre la determinació o no de contingència davant l'exposició d'una persona treballadora a un agent biològic que li comporta un període d'aïllament preventiu.

El Reial decret llei 6/2020, de 10 de març, pel qual s'adopten determinades mesures urgents en l'àmbit econòmic i per a la protecció de la salut pública, preveu mesures amb la finalitat d'evitar la propagació de la malaltia COVID-19 i mantenir la protecció social dels treballadors i treballadores per compte propi o aliè.

En el seu article cinquè s'inclou la previsió que els períodes d'aïllament o contagi de les persones treballadores tindran la consideració, amb caràcter excepcional, de situació assimilada a accident de treball, exclusivament per a la prestació econòmica d'incapacitat temporal del sistema de Seguretat Social, llevat que es provi

que el contagi de la malaltia s'ha contret com a causa exclusiva en la realització de la feina en els termes que assenyala l'article 156 de el text refós de la Llei General de la Seguretat Social, aprovat pel Reial Decret Legislatiu 8/2015, de 30 d'octubre, en aquest cas serà qualificada com a accident de treball.

Per a aquells períodes d'aïllament o contagi que s'hagin produït amb anterioritat a l'entrada en vigor del Reial decret llei mencionat, el què es disposa al seu article cinquè s'aplicarà retroactivament a la data en la qual s'hagi acordat l'aïllament o diagnosticat el contagi.

Davant l'obligació de confinament o aïllament, el teletreball pot ser una alternativa, d'acord amb la normativa laboral, a la incapacitat temporal i la suspensió del contracte de treball. En concret, en aquells casos en què no hi ha una patologia incompatible amb el treball, o bé, quan l'aïllament no és incompatible amb la possibilitat efectiva de realitzar aquest per altres mitjans no presencials. En aquells casos en què s'opti per aquesta mesura cal acordar la forma i condicions de prestació d'aquest tipus de treball descrites anteriorment.

IV. MOBILITAT DE PERSONAL VINCULAT AL SECTOR ESSENCIAL DE SERVEIS D'ATENCIÓ A LES PERSONES

La pandèmia de COVID-19 està suposant una crisi sanitària a nivell global que s'ha transmès a l'economia i la societat a una velocitat inesperada i que ha afectat de manera directa tant a l'activitat productiva com al benestar de les persones i, molt especialment, als col·lectius més vulnerables.

Per tal d'evitar escenaris de contagis generalitzats s'han establert mesures de contenció extraordinàries com l'odre de tancament de diversos establiments com els centres de dia i la suspensió de determinats serveis essencials d'atenció a les persones.

La disrupció temporal d'aquestes activitats ha comportat la conseqüent necessitat d'atendre la cura d'aquestes persones i de reforçar els serveis de proximitat de caràcter domiciliari per garantir les cures, el suport, la seguretat i l'alimentació, especialment els dirigits a persones grans, amb discapacitat o en situació de dependència, considerant, a més, el major risc que assumeixen aquestes persones en cas de contagi.

En aquest context, marcat per l'excepcionalitat de la situació, és recomanable adoptar solucions transitòries que permetin fer front a la necessitat de prestar serveis essencials a les persones amb algun tipus de dependència.

Així doncs, es proposa facilitar i flexibilitzar la mobilitat de personal que tingui suspesa temporalment la seva activitat per a atendre aquestes situacions d'emergència social i sempre atenent a criteris de proporcionalitat en la seva aplicació. Aquesta mobilitat haurà de ser sempre comunicada a la representació legal de les persones treballadores (RLT) i es recomana que sigui consensuada en tots els casos.
S'hauran de valorar les circumstàncies personals i de salut de les persones treballadores susceptibles de mobilitat.

Aquesta mobilitat de personal vinculada a serveis essencials d'atenció a les persones haurà de tenir en compte qüestions com les titulacions acadèmiques o professionals que capaciten per a la prestació del servei i considerar la posició en què queda la persona treballadora en les noves funcions des del punt de professional, és a dir, caldrà posar en relació les seves aptituds, coneixements i formació amb el contingut de les noves tasques assignades. A més es tindrà en compte la possible repercussió de la mesura en els àmbits de la conciliació laboral i personal.

S'establirà que les modificacions, a més, no es perllongaran més enllà de la situació originada per l'emergència sanitària pel COVID-19.

S'haurà de negociar la prestació de reforç i suport quant a jornades, horaris i llocs on caldrà prestar el servei essencial.

Es garantirà que les persones afectades per la mobilitat que té per causa aquesta emergència sanitària, reben la necessària informació i formació en prevenció de riscos laborals i totes les mesures preventives requerides per a prestar el servei al qual quedin afectes.

En qualsevol cas, les divergències que puguin sorgir en els casos en que s'adoptin les mesures recollides en aquest apartat seran resoltes amb la mediació del Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, prèvia comunicació al Consell de Relacions Laborals.

V. FONTS D'INFORMACIÓ PER A LES EMPRESES I LES PERSONES TREBALLADORES

Atès que el coneixement sobre el mecanisme de transmissió, el nombre de persones infectades, la gravetat i altres característiques del coronavirus SARS-CoV-2 i la conseqüent malaltia COVID-19 estan en progrés continu, cal estar ben informats.

La situació epidemiològica derivada del coronavirus SARS-CoV-2 obliga a estar permanentment subjectes a les revisions que s'acordin per les autoritats competents, especialment per les sanitàries.

En conseqüència, és necessari estar pendents de les instruccions que les autoritats competents puguin emetre per diferents canals d'informació, en consonància amb les competències que aquestes tenen en el control i el seguiment de la malaltia a Catalunya.

Els canals d'informació són els següents:

Departament de Salut

– https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/

– Preguntes i respostes sobre el nou coronavirus 2019-nCoV

Informació per a professionals o col·lectius específics :

– https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/material-professionals/

– Procediment d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2

Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

– https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral/riscos_i_condicions_treball/mesures_per_risc/risc-biologic/

– Per què és important rentar-se les mans

– Com rentar-se les mans

– Resolució TSF/759/2020, de 22 de març, per la qual es concreten les mesures de distància entre treballadors i treballadores i amb les persones usuàries amb les quals interactuen en els centres de treball.

Departament d'Interior

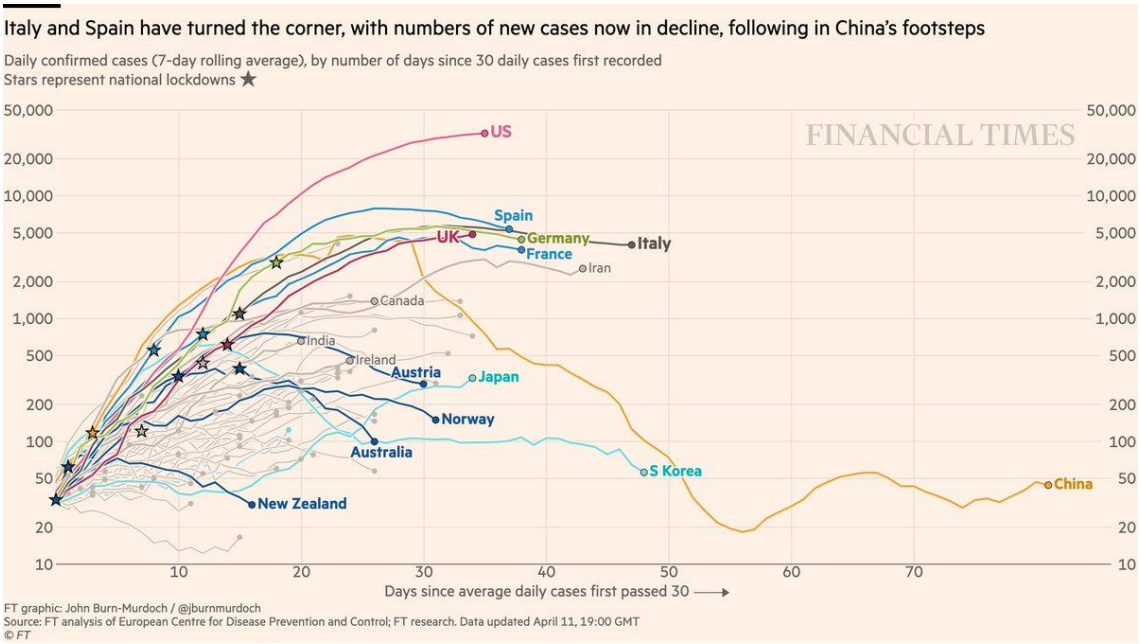
- PLA D'ACTUACIÓ DEL PROCICAT PER emergències associades a malalties transmissibles emergents amb potencial alt risc

- Preguntes sobre restriccions d'activitats

Barcelona, 12 d'abril de 2020

Generalitat de Catalunya CCOO UGT Foment del Treball Nacional pimec

Annex 2. Gràfiques del repunt de la COVID-19 a zones asiàtiques



Annex 3. Mesures aplicades per la Llombardia

- Ordenances específiques de 4 d'abril de Llombardia

- Obligació dels que surten al carrer de protegir-se a ells i als altres tapant-se el nas i la boca amb màscares o fins i tot mitjançant bufandes i mocadors simples;
- Obligació de les botigues obertes de proporcionar als seus clients guants d'un sol ús i solucions hidroalcohòliques per a la higiene de les mans;

- Mesures generals establertes per Itàlia i vigents

- Prohibició de traslladar-se a un altre municipi, per mitjans de transport públics o privats, llevat d'unes necessitats laborals contrastades, d'urgència absoluta o per motius de salut.
- Suspensió d'esdeveniments i competicions esportives de tot tipus i disciplina, en llocs públics o privats i les sessions d'entrenament d'esportistes, tant professionals com no professionals, dins d'instal·lacions esportives de tot tipus.
- Si sortiu de la casa amb la vostra mascota per a les seves necessitats fisiològiques, és obligatori allotjar-se a les immediacions de la casa i en tot cas a no més de 200 metres de distància i respectar la distància d'almenys un metre de qualsevol altra persona;
- Queden prohibides les reunions de més de 2 persones en llocs públics o obertes al públic.

- Dades actuals d'afectació i comparativa amb CAT i MAD

	LLOMB	CAT	MAD
Morts	8.905 = 88,7	2.760 = 36,8	5.136 = 78,4
UCI	1.317 = 13,1	2.276 = 30,4	1.510 = 23,1
Totals positius	50.455 = 503	26.824 = 358	38.723 = 591

Dades absolutes i taxa per 100.000 habitants

Nota: per les dades UCI cal tenir en compte que a la Llombardia fa dies que van a la baixa i a Madrid també, a més les dades de Catalunya sembla que estan sobredimensionades i inclouen greus que no estan a UCI

Annex 4. Ús de equipament de protecció personal

Ús de mascaretes

- Les mascaretes cal portar-les per evitar la disseminació de microorganismes de dins cap a fora de la mascareta, i protegir-se dels microorganismes que els altres expulsen al parlar, tossir o esternudar a menys d'1m de distància. (2)
- Cal que cobreixin el nas i la barbeta ajustant la peça metàl·lica sobre el nas.
- No s'han d'utilitzar mascaretes en nens de menys de 2 anys, en persones amb dificultat per a respirar o en persones inconscients.

- EUA (recomanació del centre de control d'epidèmies CDC)
- França (recomanació amb tutorial de mascaretes a casa d'AFNOR l'equivalent espanyol a AENOR)
- Àustria: és obligatori als establiments comercials (també República Txeca i Eslovàquia sota la influència geopolítica habitual d'Àustria)

Ús de guants

- Els guants s'han de portar quan està indicat pel desenvolupament de l'activitat laboral, però no son necessaris per ús a la comunitat (a excepció dels guants d'un sol ús a establiments comercials d'alimentació, benzineres, etc.)
- Els guants d'exploració i els guants estèrils son sempre d'un sol ús i no es poden tornar a fer servir un cop s'han tret.
- Els guants no substitueixen mai la higiene de mans i si es porta guants també cal evitar tocar-se la cara.
- Sempre cal fer una higiene de mans immediatament abans i després de treure's els guants.

- EUA (recomanació del centre de control d'epidèmies CDC)
- WHO

Annex 5. Generar decalatge horari entre persones per disminuir aglomeracions

Es tracta de mesures amb afectació sobre els horaris i/o el calendari laboral, per a disminuir les concentracions en les hores punta habitual. Primer de tot cada sector ha de fer la seva anàlisi per veure les seves característiques i la possibilitat o no d'aplicar mesures de flexibilització.

1. Jornades flexibles: Flexibilitzar hores d'entrada i sortida
    - Entrada entre 6.30 i 10.30
    - Sortida entre 14:00 i 20:30
    - Recuperació d'hores entre diferents dies

2. Realitzar torns durant el dia
    - Diferents opcions segons cada sector
    - Sectors productius 3 torns de treball (matí, tarda i nit)
    - Treball oficina 2 torns (matí i tarda)

3. Canviar el calendari laboral (el descans setmanal es pot gaudir qualsevol dia de la setmana, no només en cap de setmana). Es poden realitzar diferents combinacions (seria convenient combinar-les dins de cada llar per garantir al màxim l'atenció a infants i persones dependents):
    - Cicles rotatius 4 dies treball - 3 dies descans
    - Rotar descans: dilluns-dimarts, dimecres-dijous, dissabte-diumenge

Annex 6. Campanya de comunicació – reactivació de l'activitat laboral

Cal fomentar la promoció de l'ús de mesures de protecció individual, tant en l'àmbit públic com en l'àmbit de l'empresa. Les empreses poden preparar un decàleg sobre les mesures de prevenció que cal aplicar.

1. La reactivació de l'activitat laboral s'ha de fer amb molta cura per evitar el retorn a la situació de les darreres setmanes. Cadascú té la possibilitat, i la responsabilitat, d'actuar en base a una sèrie de mesures higièniques.
2. Si tens símptomes, queda't a casa!

   En cas de dubte sobre la teva simptomatologia, queda't a casa. Un constipat lleu o una febre de 37,0º graus són, segons l'Organització Mundial de la Salut, requisits suficients per a quedar-te a casa.
3. Si no tens símptomes, també protegeix-te. Sabem que en molts casos la malaltia es presenta de forma asimptomàtica, però igualment infecciosa. Sense saber-ho, podries encomanar-la. Per això, protegeix-te:

   La protecció individual és, ara mateix, la millor garantia de la protecció col·lectiva. Seguint aquestes mesures ens protegim a nosaltres mateixos, però també protegim als altres.

   Fes servir mascareta, o tapa't la boca amb un mocador o similar en desplaçar-te al teu lloc de treball.

   Renta't les mans amb sabó o una solució alcohòlica de manera freqüent.
4. Evita les aglomeracions. Si et desplaces en transport públic, evitar entrar en el mitjà d'elecció fins que et sembli que pots fer-ho amb seguretat. Recorda que la distància mínima entre persones ha de ser d'un metre. Intenta mantenir aquesta distància també a passadissos del metro, parades d'autobús, etc.
5. Si pots, desplaça't amb mitjans d'ús individual (bicicleta pròpia, patinet, etc.).
6. Després de manipular objectes, sobretot a llocs públics, cal abstenir-se de tocar-se la boca, el nas i els ulls sense haver-se rentat abans les mans.
7. El teu ocupador t'indicarà a on recórrer en cas de dubtes o si en algun moment durant la jornada laboral manifestes algun símptoma d'infecció respiratòria (servei de prevenció de riscos laborals, o altres).