

Todo lo que necesitas saber para la vuelta a la oficina



Ahora, más que nunca,
protegerse es nuestra prioridad



Prevención del riesgo de contagio COVID-19

Coronavirus SARS-Cov-2

Los coronavirus son una familia de virus que normalmente afectan solo a animales, aunque en ocasiones puede transmitirse a personas. El **SARS- COV-2** es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y produce la enfermedad llamada **COVID-19**.

La transmisión se produce por contacto estrecho con las secreciones respiratorias que se generan con la tos o el estornudo de una persona. Estas secreciones podrían infectar a otra persona si entrase en contacto con su nariz, sus ojos o su boca. **Los síntomas más comunes de la enfermedad son: tos, fiebre y falta de aire.**

Hemos establecido una serie de estrictas medidas y protocolos con el objetivo de garantizar la protección de la salud de todos nuestros profesionales.

MEDIDAS BÁSICAS PARA PREVENIR EL CONTAGIO:



Higiene de manos

Realizar una correcta higiene de manos y hacerlo de forma frecuente es fundamental para frenar al virus.

En los baños encontrarás las instrucciones para hacerlo correctamente. **¡Debe durar al menos un minuto completo!**

Además, encontrarás dispensadores de gel hidroalcohólico en diferentes puntos de nuestras sedes. **Te invitamos a que hagas uso de ellos de forma frecuente.**



¿Conoces la etiqueta respiratoria?

Con etiqueta respiratoria nos referimos a una serie de hábitos que todos debemos incluir en nuestro día a día, como **taparnos la boca y la nariz con el codo o un pañuelo desechable al estornudar o evitar tocarnos la boca, nariz y ojos.**

En la oficina encontrarás **papeleras específicas** con pedal y tapa para tirar los pañuelos usados. Es muy importante que solo uses estas para este fin.



La regla de los 2 metros

2 metros pueden cambiarlo todo. **¡Respétalos en cualquier circunstancia y con todos tus compañeros!**

ANTES DE IR A TRABAJAR

¡Es responsabilidad de todos protegernos frente al virus! Por eso, debes respetar los siguientes protocolos, ya que son de **obligado cumplimiento**.

Además, estas medidas pueden ir sufriendo variaciones a lo largo del tiempo, siempre con el objetivo de asegurar la protección de todo nuestro equipo.

¡Te iremos informando ante cualquier novedad!

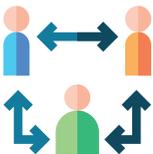


Si presentas síntomas

Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.), que pudiera estar asociada con el COVID-19, **no debes acudir a tu centro de trabajo**.

Tienes que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de tu Comunidad Autónoma o con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.

Además, debes avisar a tu responsable, quien a su vez avisará al departamento de Prevención a través del correo electrónico: **prevencion@securitasdirect.es**



Contacto estrecho

Si has estado en **contacto estrecho** o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal **con una persona afectada por el COVID-19, tampoco debes acudir a tu centro de trabajo**, incluso en ausencia de síntomas, por un **periodo de al menos 14 días**.

Durante este tiempo debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.

Por favor, avisa a tu responsable, quien a su vez avisará al departamento de Prevención a través del correo electrónico: **prevencion@securitasdirect.es**



Grupos vulnerables

El Ministerio de Sanidad ha definido como **grupos vulnerables** para COVID-19 las personas con enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, diabetes, insuficiencia renal crónica, inmunodepresión, cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC>40), embarazo y mayores de 60 años*.

Si formas parte de uno de estos grupos, debes informar a tu responsable lo antes posible y al departamento de Prevención a través del e-mail: prevencion@securitasdirect.es

*Además, en Securitas Direct si tienes más de 54 años, podrás seguir trabajando desde casa por el momento

ACCESO A LOS EDIFICIOS



Horario de entrada

El acceso a los edificios se realizará de manera escalonada. Tu responsable te informará de cuál es tu franja horaria de entrada. Mantén en todo momento un distanciamiento social mínimo de 2 metros. Al llegar a los tornos de entrada, respeta la distancia de separación.

Recuerda que tanto en el acceso, como en la salida del centro, así como en los desplazamientos que realices a lo largo de tu jornada a los baños, zonas de descanso o vendings es **obligatorio el uso de mascarilla**.



Si vienes en coche particular o vienes con algún compañero

En los transportes privados particulares de hasta nueve plazas, incluido el conductor, podrán desplazarse dos personas por cada fila de asientos, siempre que **utilicen mascarillas y respeten la máxima distancia posible entre los ocupantes**.

Debes extremar las medidas de limpieza del vehículo. Principalmente se limpiarán **todos los elementos que están en contacto con nuestras manos y las superficies que están expuestas**; volante, cinturón, palanca de cambio, palanca de freno, botones, pantallas, tiradores, alfombrillas, etc.



Transporte público

Si vienes a trabajar en transporte público, recuerda que el Ministerio de Sanidad obliga a usar mascarilla.



Cuando llego a los tornos

Hemos bajado los tornos para evitar el contacto, pero deberás seguir pasando tu tarjeta de empleado al acceder.



Visitas

Las visitas de personal externo quedarán limitadas a las estrictamente necesarias.

Emplaza a los proveedores y otras posibles visitas a mantener una reunión a través de Teams u otras herramientas telemáticas a tu disposición.

EN MI PUESTO



Limpieza del puesto de trabajo

Hemos reforzado las medidas de higiene y desinfección diarias de nuestras sedes.

Además, todos los días y si te sientas en un puesto de trabajo compartido, **antes de comenzar tu jornada y al acabarla, deberás hacer uso de los productos y materiales desinfectantes para la limpieza de tu puesto de trabajo.** Para la aplicación del producto, deberás hacer uso de guantes y papel desechable que estarán disponibles junto al producto de limpieza. Una vez finalices la tarea de limpieza, desecha los guantes y el papel en la papelería. **Si no los encuentras, ¡pregunta a tu responsable!**



Tu puesto de trabajo

Hemos aumentado la distancia entre todos los profesionales de cada bancada con el objetivo de mantener una distancia mínima de 2 metros, colocando a los trabajadores en zigzag.

Verás que los puestos que se pueden usar, están **señalizados con una pegatina como esta.** Por favor, no uses ningún puesto que no tenga la pegatina.

Además, te recordamos que debes dejar la mesa limpia y despejada de elementos después de la jornada laboral para facilitar la limpieza de tu puesto.

USO DE ESPACIOS

2 metros pueden cambiarlo todo. ¡Respétalos en cualquier circunstancia y con todos tus compañeros! Se ha señalado el centro de trabajo con medidas preventivas frente al COVID-19. Léelas con atención. **Todas ellas son de obligado cumplimiento** y además, las iremos adaptando según se vaya actualizando la información publicada por el Ministerio de Sanidad o la autoridad competente.

Si tu oficina se encuentra en un edificio compartido con otras empresas, debes respetar la señalización de las medidas preventivas frente al COVID-19 de los espacios comunes.



Los baños

Los baños podrán ser usados por un máximo de **dos personas a la vez** y siempre respetando la distancia de **2 metros**.

Recuerda **lavarte las manos con agua y jabón**, antes y después de usarlos, y refuerza esa limpieza con gel hidroalcohólico que encontrarás en diferentes puntos del edificio.



En los vendings

El aforo máximo de los vendings se reduce a **dos personas** y, por supuesto, deberás mantener la distancia de **2 metros** si coincides en ellos con algún compañero. Además, solo podrás adquirir alimentos, pero en ningún caso consumirlos dentro.

Las neveras y microondas estarán deshabilitados y no podrás hacer uso de ellos. Te recomendamos que para mantener tu energía al máximo, traigas algún tentempié que no requiera refrigeración ni calor desde casa, como fruta o un bocadillo.

*Para mantener la distancia social, **se permitirá comer en los puestos de trabajo**. Por favor, evita tirar los residuos en las papeleras cercanas a los puestos para evitar malos olores.*



El uso del ascensor

El uso del ascensor queda prohibido y se reserva para casos estrictamente imprescindibles como personas en silla de ruedas, con problemas de movilidad o mujeres embarazadas.

Si este es tu caso y tienes que usar el ascensor, **deberás usarlo de forma individual**.



Pasillos y otras zonas comunes

Cualquier lugar que no sea tu puesto de trabajo es considerado como una **zona común**. En todas ellas deberás hacer uso obligatorio de la mascarilla. Además, es importante que evites los **desplazamientos innecesarios por el centro**.



Salas de reuniones

Utiliza **Microsoft Teams y otras plataformas tecnológicas a tu disposición para mantener reuniones**. Si es necesario realizar una reunión presencial, por favor, sigue las limitaciones de aforo indicadas en los carteles que encontrarás en las puertas de las salas y dentro de las mismas, mantén el distanciamiento social de 2 metros.

Además, deberás hacer uso de los **productos y materiales de desinfección** a tu disposición para limpiar las superficies con las que hayas tenido contacto una vez que termines la reunión.

MI DÍA A DÍA



Visitas a clientes

Si por razón de tu puesto de trabajo es necesario realizar visitas a los clientes, tanto tú como el cliente deberéis hacer **uso de la mascarilla**. De esta forma, ambos colaboraremos en la disminución de la transmisión del virus.

Utiliza los equipos de protección individual que estén identificados en tu **Evaluación de Riesgos**.



Los descansos

Las pausas deberán hacerse de forma **individual** para evitar aglomeraciones y manteniendo la distancia social de 2 metros.



¿Puedo moverme con total libertad por el centro de trabajo?

Evita los desplazamientos innecesarios por el centro. Cuanto tengas que desplazarte (baños, vending, zonas comunes) **deberás utilizar la mascarilla higiénica.**

Recuerda que no debes detenerte para mantener conversaciones informales con otros compañeros.



Comunicación con mis compañeros

Utiliza la funcionalidad Chat de Teams para comunicarte con tus compañeros. Por motivos de seguridad, debemos **evitar en todo momento las conversaciones informales de pasillo.**

AL LLEGAR A CASA



Sigue protegiéndote

Mantén la distancia de seguridad con los vecinos. Utiliza el ascensor solo si es imprescindible. Evita las zonas comunes.

Mantén las medidas de seguridad e higiene que ya conoces en escaleras, pomos, puertas y buzones.



Prevención e higiene

Quítate los zapatos y déjalos cerca de la puerta.

También deja cerca de la entrada los objetos que no vayas a necesitar (llaves, cartera, bolso, gafas de sol,...).



Intenta no tocar nada y lávate las manos. Desinfecta el móvil y las gafas si usas. Quítate la ropa exterior sin sacudirla y lávala.

IMPACTO PSICOLÓGICO



Podemos con todo

En estos momentos se pone a prueba nuestra capacidad de adaptación, gestión emocional y resiliencia. Pero **no debemos olvidar que hemos superado otras dificultades y que también superaremos esta.**



Sé positivo

Afronta esta situación con una **conducta activa y una actitud positiva**. Esto te va ayudar a reaccionar y ser capaz de buscar soluciones o alternativas para estar mejor.



Aprende a gestionar tus emociones

Es importante una correcta gestión de las emociones y **mantenerse bien informado**. Consulta fuentes fiables y huye siempre de las fake news.



Tengo más dudas, ¿a quién debo dirigirme?

Puedes ponerte en contacto con tu responsable o con el **equipo de Prevención de Riesgos Laborales** aquí:

prevencion@securitasdirect.es

¿Cómo usar los elementos de protección que encontrarás en este kit?

GUANTES

› Cómo quitarse los guantes correctamente



*El uso de guantes no es obligatorio para el desempeño de tus funciones laborales, pero pueden ser utilizados para la auto limpieza del puesto.

GEL

› Cómo aplicar gel hidroalcohólico



MASCARILLAS

› Cómo colocarse la mascarilla

- 1** Lávate las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico
- 2** Posiciona la mascarilla en la cara a la altura de la nariz. Ajusta la pinza nasal si tiene
- 3** Sostén la mascarilla desde el exterior y coloca el arnés a los lados de las orejas
- 4** Baja la parte inferior de la mascarilla a la barbilla
- 5** Pellizca la pinza nasal para ajustarla (si existe)
- 6** Verifica que has colocado la mascarilla correctamente

Para retirar la mascarilla, quítate primero los guantes, desinfecta tus manos y tira del arnés para **quitarla sin tocar tu cara. Al final, vuelve a desinfectar tus manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico.**

*La forma de colocación y retirada es la misma para la quirúrgica.