

No regresso ao local de trabalho...

Vamos retomar a atividade, mas é necessário todos adotarmos medidas no domínio da saúde e segurança no trabalho que **nos protegem e que evitam a disseminação da COVID-19.**



Esteja atento às medidas preventivas e cumpra todas as recomendações da sua organização.



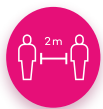
Mantenha sempre **a higiene frequente das mãos, o distanciamento social e regras de etiqueta respiratória.**



Vigie o aparecimento de sintomas como tosse, cansaço extremo, dores no corpo, diarreia, dores de cabeça e febre. Se surgirem alguns destes sintomas deve ficar em casa e contactar de imediato a Linha de Saúde 24 - **808 24 24 24** e/ou a equipa de saúde da Your Care.



Controle a temperatura corporal todos os dias antes de sair de casa. Se alterada deve ficar em casa e reportar à empresa. Pode contactar a equipa de saúde da Your Care.



Mantenha sempre distância dos colegas em cerca de 2 m, no posto de trabalho, durante as refeições e também nas pausas.



Use uma **solução antisséptica à base de álcool** sempre que necessário.



Use máscara comunitária em espaços interiores fechados com várias pessoas em simultâneo, em transportes públicos e situações em que não consegue garantir o distanciamento social.

Correcta utilização da máscara:



Nota: Lavagem e desinfeção das mãos na colocação e após remoção da máscara (siga as instruções do fabricante).



Não partilhe instrumentos e equipamentos de trabalho, o telemóvel, canetas, furadores... sem os higienizar.



No fim do dia de trabalho **deixe o seu posto de trabalho limpo e arrumado.**