

# INDICACIONS

## En els desplaçaments en anar o tornar de la feina

- Sempre que sigui possible, ves a la feina amb **mitjans de transport individuals**: a peu, amb bicicleta, moto o cotxe.
- Si t'has de desplaçar amb **transport públic**:
  - **Aprofita la flexibilització horària d'entrada i sortida** de la feina per tal d'**evitar les hores punta**.
  - Utilitza **mascareta**.
  - Mantingues la **distància de seguretat d'1,5 m** a les andanes, a les parades i dins dels vehicles.
  - Si et trobes persones conegudes, **evita el contacte** i mantingues sempre la distància aconsellada.
  - Procura **tocar el mínim imprescindible els elements comuns**, com botons, barres, portes, seients, vidres, etc.
  - **No utilitzis l'ascensor**, si l'estació de transport en té, però si l'has de fer servir, que sigui individualment. És millor pujar i baixar **a peu** o utilitzar les **escales** mecàniques, i sempre mantenint una distància d'1 m entre persones.
  - Quan surtis del transport públic i arribis a la feina, **renta't molt bé les mans amb aigua i sabó**.

# Consells per desplaçar-vos a la feina



/ Utilitzeu, sempre que pugueu, **mitjans de transport individuals**, com la bicicleta, la moto o el cotxe, o **desplaceu-vos a peu**.

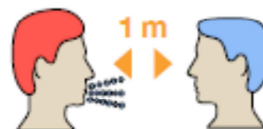


/ Si heu d'utilitzar un **transport col·lectiu**:

Utilitzeu **mascareta**.



Mantingueu la **distància de seguretat d'1 metre i mig** a les andanes i dins dels vehicles.

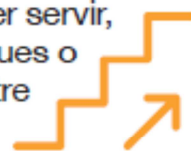


Si us trobeu persones conegudes, **eviteu-ne el contacte** i mantingueu sempre la **distància aconsellada**.

Procureu **tocar** el mínim imprescindible els **elements comuns**, com ara botons, barres, portes, seients, vidres, etc.



**No utilitzeu l'ascensor**, si el transport en té, però si l'heu de fer servir, que sigui individualment. És millor utilitzar les escales mecàniques o pujar i baixar a peu, i sempre mantenint una distància d'un metre entre persones.



Quan sortiu del transport públic i arribeu a la feina, **renteu-vos molt bé les mans** amb aigua i sabó o solucions hidroalcohòliques.



A les **estacions i parades** de transport públic, feu una **cua ordenada** i mantingueu la distància de seguretat.

Intenteu evitar les hores punta, i sempre que pugueu, **flexibilitzeu els horaris** d'entrada i sortida a la feina.



Per a més informació, consulta [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](https://canalsalut.gencat.cat/coronavirus)