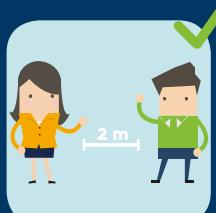


Recomanacions

Recomendaciones



Evita el contacte físic amb altres persones.
Evita el contacto físico con otras personas.



Mantí la distància de seguretat d'almenys uns 1,5 metres i, si pot ser, 2.
Mantén la distancia de seguridad de al menos unos 1,5 metros y, si puede ser, 2.



Si esternudes o tusses, tapa't amb el colze flexionat o utilitza un mocador d'un sol ús.
Si estornudas o toses, tápate con el codo flexionado o utiliza un pañuelo desechable.



Limita a l'estrictament imprescindible el contacte amb superfícies: taulells, taules, botons, etc
Limita a lo estrictamente imprescindible el contacto con superficies: mostradores, mesas, botones, etc.



No compartisques utensilis: bolígrafs, carpetes, etc.
No compartas utensilios: bolígrafos, carpetas, etc.



Mantí una adequada higiene de mans, llava-te-les de manera adequada i sovint.
En l'entrada de l'edifici hi ha dispensadors de gel hidroalcohòlic.
Mantén una adecuada higiene de manos, lávate las adecuadas y frecuentemente.
En la entrada del edificio tienes dispensadores de gel hidroalcohólico.



Si utilitzes mascareta o guants ves amb compte quan te'ls poses o te'ls lleves, i alerta amb la falsa sensació de seguretat. No substitueixen mai llavar-se les mans i el distanciament.
En caso de utilizar mascarilla o guantes ten cuidado al colocártelos o retirarlos, y cuidado con la falsa sensación de seguridad. Nunca sustituyan al lavado de manos y al distanciamiento.