GUNE SEGURUAK

BAINUGELAREN ERABILERA

ASPY

Saihestu jendetza. Sartu eta irten modu mailakatuan

Saihestu aurpegia ukitzea, begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.

Garbitu eskuak komunean sartu eta bertatik atera aurretik, urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin.

Lehortu eskuak erabilera bakarreko paper batekin eta, bota baino lehen, erabil ezazu txorrota ixteko.

Utzi atea irekita posible den heinean, airea berritzen doala bermatzeko.



Gogoan izan!

Mantendu garbi komuna eta guztientzako gainerako zonak.

GUNE SEGURUAK

SARRERA / IRTEERA

ASPY

Saihestu jendetza. Sartu eta irten modu mailakatuan.

Mantendu gutxieneko tartea maskararik ez badaramazu.

Garbitu eskuak instalazioetan sartu eta bertatik atera aurretik, urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin.

Saihestu eskua ematea edo elkarri musu ematea argutzean.

Saihestu aurpegia ukitzea, begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.

Jarraito argibideei eta errespetatu zentroaren seinaleak.



Gogoan izan!

Une honetan sukarra, etzula edo arnasteko zailtasuna baduzu, EZ SARTU zentroan.

Empresak **zaintzen** | Pertsonak **zaintzen**

GUNE SEGURUAK

HARRERA / ITXARON-GELA

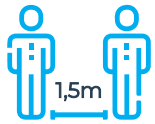
ASPY

Saihestu jendetza

Sartu eta irten modu mailakatuan.



Saihestu beharrezkoa ez den ezer ukitzea (mostradorea, altzariak...).



Mantendu gutxieneko tartea maskararik ez badaramazu.



Garbitu eskuak urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin mugikorra, txartelak... erabili aurretik eta ondoren.



Saihestu aurpegia ukitzea, begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.



Ez etorri ahur edo adinekoekin.



Gogoan izan!

Utzi sartzeko atea irekita posible den heinean, airea berritzen doala bermatzeko.

Empresak zaintzen | Pertsonak zaintzen

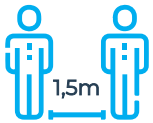
GUNE SEGURUAK

BILERA - GELA

ASPY

Saihestu jendetza. Sartu eta irten modu mailakatuan.

Mantendu gutxieneko tartea maskararik ez badaramazu



Saihestu aurpegia ukitzea begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.



Garbitu Eskuak urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin, bilera aurretik eta ondoren.



Utzi atea irekita behin prestakuntza amaituta, airea berritzen doala bermatzeko.



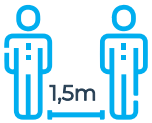
Gogoan izan!

Mantendu garbi gela eta guztiek erabiltzen dituzten objektuak.

GUNE SEGURUAK
PRESTAKUN-ESKOLA

ASPY

Saihestu jendetza.
Sartu eta irten modu mailakatuan.



Mantendu gutxieneko tartea maskararik ez badaramazu.



Saihestu aurpegia ukitzea, begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.



Garbitu eskuak
urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin, prestakuntza aurretik eta ondoren.



Utzi atea irekita
Horrela, behin prestakuntza amaituta, airea berritzen doala bermatzen da.



Gogoan izan!

Mantendu garbi gela eta guztiek erabiltzen dituzten objektuak.

GUNE SEGUREAK
JANGELA

ASPY

Saihestu jendetza. Sartu eta irten modu mailakatuan.

Garbitu eskuak urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin, jan aurretik eta ondoren.



Mantendu gutxieneko tartea maskararik ez badaramazu.

Mantendu garbi erabilitako jangelaren zona eta guztiek erabiltzen dituzten objektuak.

Saihestu aurpegia ukitzea, begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.



Babestu elikagaiak film plastikoarekin edo tuperretan sartuta.



Utzi atea irekita, behin jaten amaituta, airea berritzen doala bermatzeko.



Gogoan izan!

Saihestu edalontziak, platerak edo bestelako objektu pertsonalak partekatzea.

GUNE SEGURUAK
ALDAGELA

ASPY

Saihestu jendetza.
Sartu eta irten modu mailakatuan.

Mantendu gutxieneko tartea (1,5 metro) maskararik ez badaramazu.

Saihestu aurpegia ukitzea begiak, sudurra eta ahoa, batez ere.

Garbitu eskuak
urarekin eta xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin, aldagela erabili aurretik eta ondoren.

Utzi atea irekita, behin arropaz aldatuta, airea berritzen doala bermatzeko.



Gogoan izan!

Mantendu garbi aldagela eta guztiek erabiltzen dituzten objektuak.

GOMENDIOA

ESKUAK URAREKIN GARBITZEA

ASPY

1. Busti eskuak urarekin
2. Erabili xaboi nahikoa
3. Igurtzi esku-ahurrak
4. Ez ahaztu eskugainak igurzteaz
5. Jarri arreta hatzen arteko tarteetan
6. Igurtzi hatzetako goialdea
7. Garbitu erpuruak errotazio bidezko mugimendu batekin
8. Era berean, garbitu atzamarren puntak
9. Kendu xaboia urarekin
10. Lehortu eskuak erabilera bakarreko paper batekin
11. Papera bota baino lehen, erabil ezazu txorrota ixteko



Jarduerara itzultzeko **LASAI** prestatzen

Enpresak zaintzen | Pertsonak **zaintzen**

GOMENDIOA

ESKUAK GARBITZEA GEL HIDROALKOHOLIKOAREKIN

ASPY

1 

Erabili gel hidroalkoholiko nahikoa

2 

Igurtzi esku-ahurrak

3 

Ez ahaztu eskugainak igurzteaz

4 

Jarri arreta hatzen arteko tarteetan

6 

Igurtzi hatzetako goialdea

7 

Garbitu erpuruak errotazio bidezko mugimendu batekin

9 

Era berean, garbitu atzamarren puntak



Jarduerara itzultzeko LASAI prestatzen

Enpresak zaintzen | Pertsonak zaintzen

GOMENDIOA

ESKULARRUAK KENTZEA

ASPY

1



Hartu eskularrua eskumuturretik, kanpoaldea soilik ukituta.

2



Eraman eskularrua aurrera, kanpoaldeak azala uki EZ dezan.

3



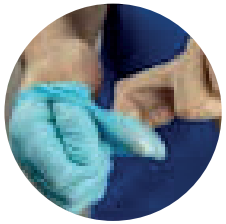
Tolestu eta hartu beste eskuarekin.

4



Sartu esku garbiaren hatz bat beste eskularruaren barruan, barrualdea soilik ukituta.

5



Eraman eskularrua aurrera, dagoeneko kendutako eskularrua biltzeko.



Jarduerara itzultzeko **LASAI** prestatzen

Enpresak **zaintzen** | Pertsonak **zaintzen**

GOMENDIOA

MASKARA JARRI ETA KENTZEA



Maskarak ahoa eta sudurra erabat estali behar ditu. Egokitu behar bezala.



Eutsi ezazu esku-ahurrarekin, kanpoaldera jantzi ahal izateko.



Beste eskuarekin, jarri elastikoak buruaren atzean, leporaino, edo belarrietan.



Egokitu elastikoa. Behekoa lepoan eta goikoa burezurrean, edo belarrietan.



Arnastea kostatzen bazaizu, bota maskara.



Kendu maskara eusteko zintak soilik ukituta.

TEAyudamos-EK (Fuenlabradako Unibertsitate Ospitalea) egindako irudiak.



Jarduerara itzultzeko **LASAI** prestatzen

Enpresak **zaintzen** | Pertsonak **zaintzen**

GOMENDIOA

MASKAREN ERABILERA

ASPY



FFP2 maskara iragazleak
(autoiragazleak ere deituak)

Erabiltzailea babesten du inguruko kutsatzaileak arnastearen aurrean, hala nola agente patogenoak.

Maskara erabiltzea gomendatzen da infektatuta dauden edo egon daitezkeen pertsonekin lan egiten dutenentzat
(sanitarioak eta langile soziosanitarioak)



Maskara kirurgikoak

Hirugarrenei agente infekziosoak transmititzea saihesten dute, **baina ez dira eraginkorrak kutsatzeak prebenitzeko.**

Maskara mota hau erabiltzea komeni da COVID-19ren sintomak baldin badituzu eta tartea mantendu ezin baduzu.

Maskarak bakarrik EZ du erabat babesten; beharrezkoa da beste neurri batzuk hartzea (eskuak garbitzea eta bestelako neurri batzuk).

Maskara jasaten ez baduzu, **errespetatu zorrotz arnas-higienerako neurriak:** estali sudurra eta ahoa erabilera bakarreko zapi batekin eztulka edo dominstiku egitean. Bota ezazu berehala eta garbitu eskuak.

TEAyudamos-ek (Fuenlabradako Unibertsitate Ospitalea) egindako irudiak.



Jarduerara itzultzeko **LASAI** prestatzen

Enpresak **zaintzen** | Pertsonak **zaintzen**

Makina automatikoa



Desinfektatu eskuak botoiak ukitu aurretik



Mantendu 1,5 metroko tartea pertsonen artean



Erabili erabilera bakarreko edalontziak eta kontsumitu zure edaria postuan

ASPY Enpresak zaintzen | Pertsonak zaintzen

Bulegoko mahaiak



Garbitu eskuak guztien objektuak erabili aurretik eta ondoren



Mantendu 1,5 metroko tartea lankideen artean



Mantendu mahaia txukun garbiketa eta desinfekzioa errazteko

OHAR GARRANTZITSUA

COVID-19

GEHIENEKO LEKU KOPURUA



Agintariek hala adierazten duten bitartean, lokal honen gehieneko edukiera izango da aldi berean erabil dezaketen pertsona kopurua.

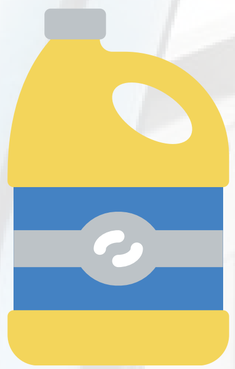
ASPY Enpresak zaintzen | Pertsonak zaintzen

Komunak

- **Itxi estalkia ponpari tira egin baino lehen.**
- Keinu txiki horrek birusa airearen bidez transmititzea saihesten du.

Desinfekzioa

Gainazalak eta zoruak



1:50 lixiba disoluzioa

- Etxeko lixibako 20 ml, litro bateko ur botila batean.
- Péchese e déaselle a volta varias veces para mesturar.
- Prepárese a mestura no mesmo día de uso.

Desinfekzioa

Makinak eta erremintak

70 °-ko alkohola prestatzea:



- Nahastu 96 °-ko alkoholeko **70 ml ureko 30 ml-rekin.**
- Busti oihal garbi bat disoluzioan, makinak eta objektuak desinfektatzeko.
- **Ehunetan, erabili** baimendu eta erregistratutako **birusen aurkako espraiak**
- **Erabili eskularruak beti, eta garbitu eskuak** desinfektatu **ondoren.**



Ongi etorri

GURE INSTALAZIOETARAKO SARBIDEA

(lan-giro segurua)

ASPY

ITXARON GURE LANGILEREN BATEK LAGUNDU ARTE

Instalazioan sartzeko, gorputzeko tenperatura neurtuko zaizu, prebentzio gisa eta osasun-babeserako.



37'3 °C-tik gorako kasuan (OMEren irizpideak)

1 5min

Itxaron 5 minutu tenperatura berriz neurtzeko.

2

Berriro errepikatzen bada, **enpresari jakinaraziko zaio** eta etxera bidaliko zaizu. Jarraian, harremanetan jarri beharko zara **autonomia-erkidegoko COVID-19a kudeatzeko telefonoarekin.**

37,3 °C gainditzen EZ baduzu *(baina bestelako sintomak badituzu)*

Jakinarazi zure nagusiari gure instalazioetan sartu baino lehen, hauetako **sintomaren bat** baduzu: eztula, ondoeza orokorra edo arnasketa arazoak.



Jarduerara itzultzeko LASAI prestatzen

Enpresak zaintzen | Pertsonak zaintzen

Nahitaezkoa

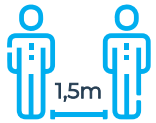
NBEak erabiltzea

- **Errespetatu NBE-en nahitaezko erabilera adierazitako guneetan.**
- NBEak zure burua eta besteak babesten ditu. **Erabili behar den moduan eta aldatu hausten edo hondatzen bada.**
- **Alda ezazu** hausten edo hondatzen bada.
- Erabilera bakarrekoa bada, **bota edukiontzira** amaitzen duzunean.
- Errespetatu hondakinak **bereizteko protokoloak**.

EKIPOEN ERABILERA

INPRIMAGAILUA/FOTOKOPIAGAILUA

ASPY



Mantendu 1,5 metroko tartea lankideen artean une oro.



Saihestu jendetza biltzea ekipoen inguruan.



Erabili gel hidroalkoholikoa ekipoa erabili ondoren



Garbitu ukitu dituzun guneak gel hidroalkoholikoan bustitako paper batekin.

Aplikatu ostean, erabili beste paper bat lehortzeko.



Ez utzi ezer ekipoan.

Joan aurretik, gogoan izan ekipoa garbitu behar duzula.



Jarduerara itzultzeko **LASAI** prestatzen

Enpresak **zaintzen** | Pertsonak **zaintzen**

Igogailua

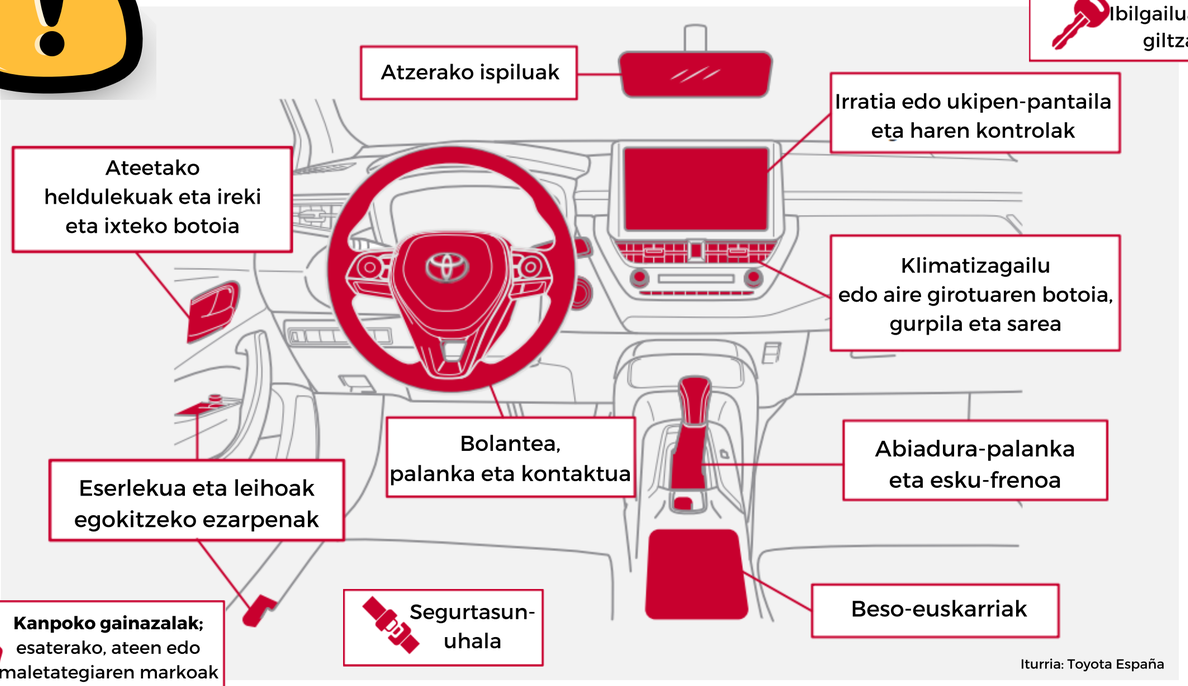
Sarbidea eta erabilera

- Erabili igogailua **ezinbestekoa** denean soilik.
- Jarraitu **gizarte-urruntzeari eta baimendutako edukierari buruzko argibideei.**
- **Saihestu** eskubanda ukitzea edo hormen kontra jartzea.
- Garbitu eskuak botoiak ukitu aurretik eta ondoren.
- **Igogailua maiz garbitzea** gomendatzen da.

DESINFEKTATU ZURE KOTXEA COVID-19A SAIHESTEKO

Erabili autoa salbuespeneko kasuetan soilik. Gidatzea nahitaezkoa bada, garbitu ezazu erabili **aurretik eta ondoren.**

ARRISKU HANDIENEKO ZONAK



Iturria: Toyota España

Zer behar duzu?



Behin erabiltzeko latexeko eskularruak



Behin erabiltzeko eskuoihalak



Maskara

Gomendatutako garbiketa-produktuak



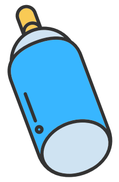
Xaboia eta ura



Gutxienez % 70 alkohola duten produktuak



Barne-garbiketarako



Aire girotuaren desinfektatzailea



Ez erabili lixiba edo ur oxigenatua duten produkturik autoaren barruan



Ez garbitu amoniakoarekin ukipen-pantailarik

* Eta, gogoan izan.... **autoa garbitu ondoren:**



Garbitu eskuak
(gutxienez 20 segundoz)



Aldatu arropaz
eta oinetakoz



Ez ukitu aurpegia eskuak garbitu arte