



Generalitat de Catalunya  
**Departament d'Educació**

# **CORONAVIRUS SARS-CoV-2**

## **Mòdul 3: Prevenció de Riscos Laborals**

**Mesures preventives i organitzatives  
en relació al Pla d'actuació per al curs  
2020-2021 als centres educatius**

# Índex

---

## **Part general:**

1. Material i equips de protecció col·lectiva i individual
2. Espais del centre
3. Vulnerabilitat enfront de la covid-19
4. Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

## **Part adreçada a les direccions dels centres:**

5. Organització del centre – mesures preventives
6. Coordinació d'activitats empresarials – Covid-19
7. Plans d'emergència i simulacres
8. Mesures de prevenció de riscos psicosocials



---

# Material i equips de protecció col·lectiva i individual



# Mampares

---

És un element de prevenció front a projeccions directes de saliva o bé partícules que contenen SARS-CoV-2.

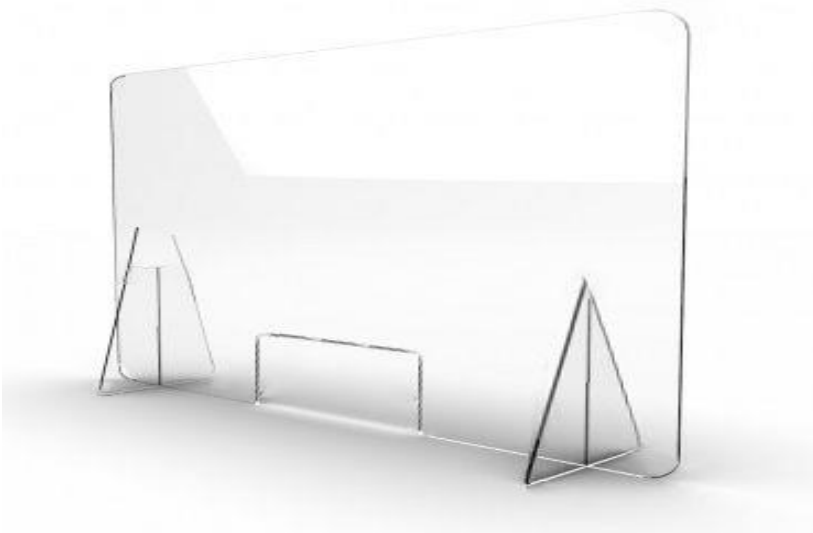
Per mantenir una neteja i major higiene de la mampara es recomana que es netegi el metacrilat amb alguna solució hidroalcohòlica.



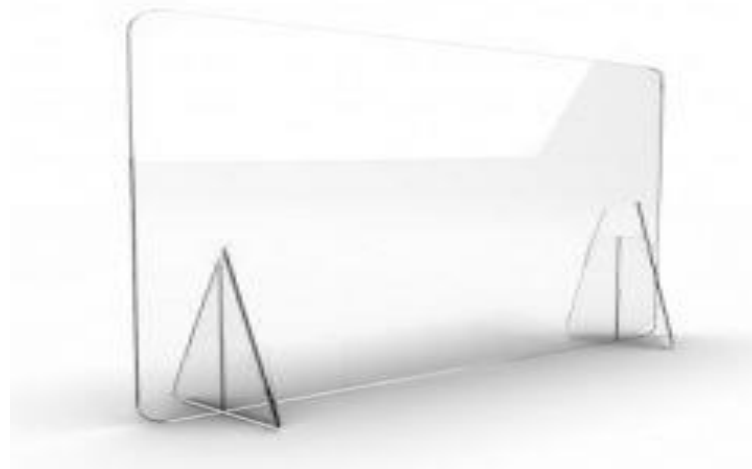
# Tipus de mampares

---

**Mampara de sobretaula  
amb finestra inferior**



**Mampara de sobretaula  
separadora del lloc de  
treball**



# Mampares

---

- ✓ L'objectiu és reduir el risc d'exposició.
- ✓ Poden ser de vidre laminat o de metacrilat.
- ✓ Gruix d'entre 3 i 10 mm.
- ✓ Suposen una barrera física entre la persona i el públic.
- ✓ Són accessibles i de neteja senzilla.
- ✓ No s'han de veure afectades mecànicament, per la neteja i desinfecció amb productes que eliminin i inactivin la capacitat del SARS-COV-2.



# Mampares

---

- Cal valorar incloure equips de protecció col·lectiva en els centres de treball amb activitats d'atenció al públic directe.
- Cal identificar les tasques en les què serà difícil respectar la distància de seguretat i buscar possibles solucions, com **barreres físiques i elements de separació** entre persones, garantint una separació superior a 1,5 m.
- Cal modificar, si és necessari i possible, la forma d'executar la tasca.



# Mascaretes

---

## Docents i no docents



- L'ús de mascareta **és obligatori per a tot el personal**, fins i tot quan s'estigui amb el grup de convivència estable.
- Pels docents del **1r i 2n cicle d'educació infantil no serà exigible** quan el seu ús pugui interferir greument en l'objectiu pedagògic. Aquesta indicació es podria revisar segons les dades de l'evolució de la pandèmia.





# Mascaretes

---

## Alumnat

- El primer dia del curs, i almenys durant les dues primeres setmanes, tots els infants, que no tinguin contraindicacions, a partir dels 6 anys han de dur mascareta en tots els centres, també quan estiguin amb el grup de convivència estable.
- Passat aquest període, es revisarà l'obligatorietat entre els 6 i els 12 anys (primària), i es determinarà en funció del territori i estat de la pandèmia.

# Mascaretes

---

## Alumnat

- L'ús de la mascareta no és obligatori en el cas dels alumnes d'educació infantil (de 0 a 5 anys).
- Pel que fa a educació secundària, batxillerat, formació professional i centres de formació d'adults, l'ús de mascareta és obligatori sempre (a excepció que es tinguin contraindicacions), també quan s'estigui amb el grup de convivència dins de l'aula.



# Mascaretes

---

## Alumnat

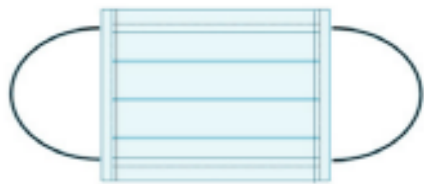
**No es recomana l'ús de mascareta si s'impedeix respirar amb normalitat o bé si la persona que la porta no és capaç de treure-se-la sense ajuda si així ho necessita.**

- En entrar al centre els alumnes i el personal del centre han de portar la mascareta fins a la seva aula.
- En els passadissos i als lavabos hauran de portar mascareta si coincideixen puntualment amb altres grups estables.



# Tipus de mascaretes

---



Higièniques

S'utilitzaran d'acord amb les instruccions detallades pel fabricant.

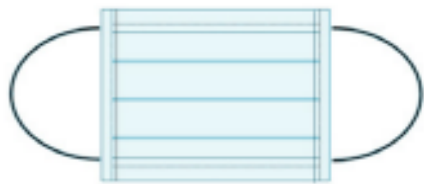
UNE EN 0064-1;2 i 0065

Mascaretes indicades en el pla d'actuació per al curs 2020-2021 per al personal treballador del Departament d'Educació en cas de no poder mantenir la distància de seguretat.



# Tipus de mascaretes

---



Quirúrgiques

S'utilitzaran d'acord amb les instruccions detallades pel fabricant.

UNE EN 14683:2019+AC:2019

Mascaretes indicades al pla d'actuació per al curs 2020-2021 per a les persones que comencen a desenvolupar símptomes com per les queden al càrrec.



# Tipus de mascaretes

---



S'utilitzaran d'acord amb les instruccions detallades pel fabricant.

**FFP2 sense** vàlvula d'exhalació

UNE EN 149:2001+A1 2009

Mascaretes previstes per a col·lectius i situacions específiques i persones que per motius de salut requereixin una especial protecció (valoració del Servei de Prevenció) així com per l'atenció de casos amb símptomes compatibles amb la Covid-19 que no puguin dur mascareta.



# Ús de la mascareta

---



La mascareta ha de cobrir el nas, la boca i la barbata o mentó.

# Ús de la mascareta

---

En cas de ser necessari tocar la mascareta, cal rentar-se les mans amb aigua i sabó o amb una solució hidroalcohòlica prèviament.



No és aconsellable posicionar les mascaretes en posició d'espera al front o al mentó.





# Col·locació de la mascareta

---

1



Rentar les mans amb aigua i sabó o solució hidroalcolica

2



Identificar-ne la part superior i col·locar a la cara

3



Enganxar-la a part posterior del cap o a les orelles, en funció del model

4



Baixar la part inferior de la mascareta

5



Pressionar la pinça amb les dues mans, per ajustar-la al nas



Un cop ajustada, no tocar la mascareta amb les mans



# Retirada de la mascareta

---

1



Rentar les mans amb aigua i sabó o solució hidroalcohòlica

2



Retirar la mascareta sense tocar la part frontal.

En el cas dels infants, cal guardar-la en una bossa de paper o de plàstic marcada amb el seu nom

3



Depositatar la mascareta en una paperera amb pedal, preferentment dotada de bossa de paper atès que en aquest tipus de material el virus sobreviu un temps inferior que en d'altres com el plàstic

4



Rentar les mans amb aigua i sabó o solució hidroalcohòlica



# Guants

---

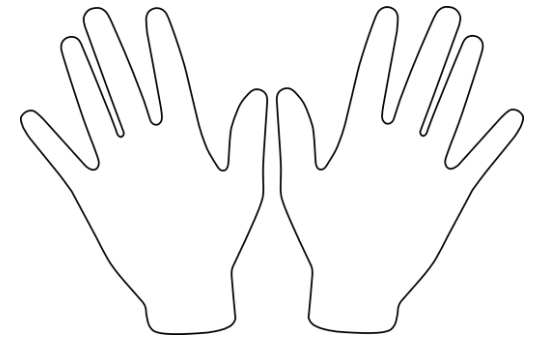
- Només indicats per procediments/tasques concretes.
- **Utilitzar guants no reutilitzables** per manipular la documentació dels usuaris i quan es comparteixi material d'oficina.
- Un ús incorrecte dels guants pot generar una sensació de falsa protecció i posar en major risc d'infecció a qui els porta, contribuint així a la transmissió.
- Preferentment, es recomana una **correcta higiene de mans**.



# Guants

---

- Abans de posar-se els guants, cal rentar-se les mans amb aigua i sabó o bé amb solució hidroalcohòlica.
- NO us toqueu la pell amb els guants bruts.
- La **retirada correcta dels guants** és gairebé més important que la posada.
- Traieu-vos la part externa i gireu el guà: amb el moviment d'extracció, intenteu convertir el guà en una bossa.



# Guants

---

- Traieu-vos i llenceu els **guants sempre a la brossa**, preferentment en un cubell amb bossa i tapa, amb pedal d'accionament.
- En acabar, cal que us torneu a rentar les mans.
- **La mesura preventiva preferent és el rentat de mans de manera freqüent.**



# Com treure's els guants

---



# Solucions hidroalcohòliques

---

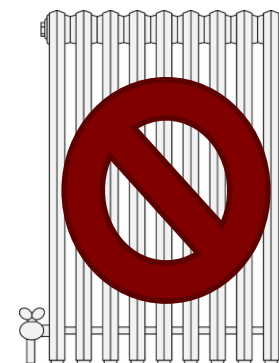
- Es recomana la col·locació de dispensadors de solució hidroalcohòlica en punts estratègics, com ara a l'entrada a l'escola, zona d'aules, menjador, sales de reunions..., per a ús del personal de l'escola.
- Eviteu emmagatzemar el gel i/o les solucions hidroalcohòliques en llocs on l'ambient es pugui reescalfar molt a conseqüència de les altes temperatures. Es recomana emmagatzemar-los en llocs ventilats i frescs.



# Solucions hidroalcohòliques

---

- Mantingueu el gel i/o les solucions hidroalcohòliques sempre allunyades dels focus de calor (superfícies calentes, exposició solar directa, flames obertes o qualsevol font d'ignició).
- En cas de contacte amb els ulls, aclariu els ulls amb abundant aigua durant uns minuts. Si roman la irritació, consulteu amb el personal mèdic.
- En cas d'ingestió, aneu immediatament al metge.





# Solucions hidroalcohòliques - Higiene de mans

De 20 a 30 segons



/ Palmell contra palmell.



/ Palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra, i viceversa.



/ Palmell amb palmell amb els dits entrelaçats.

# Solucions hidroalcohòliques - Higiene de mans



/ Dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.



/ Fricció per rotació dels dits de la mà esquerra tancada al voltant del polze dret, i viceversa.



/ Fricció per rotació de les puntes dels dits units contra el palmell de la mà contrària, i viceversa.



# Pantalles facials

---

- Les pantalles facials ofereixen protecció ocular i facial contra les projeccions o esquitxades.
- Estan indicades per determinats ensenyaments (educació infantil de primer cicle, educació especial, etc) on es produeixen esquitxos i altres situacions específiques.



# Pantalles facials

---

- També eviten que la persona treballadora pugui tocar-se la cara amb les mans, minimitzant la transmissió del virus.

- A més a més, aquestes pantalles no són equips de protecció respiratòria, per tant, **s'han d'utilitzar com a complement a les mascaretes i no com a substitut.**

- Per realitzar la neteja farem servir els netejadors aigua i sabó i/o desinfectants habituals.



# Pantalles facials

---

1. Netejar la part frontal de la muntura de la pantalla (depèn del model pot ser més prima). Aplicarem el netejador desinfectant i farem moviments en un únic sentit arrossegant.



2. Netejar la part frontal de la pantalla amb moviments de dalt a baix en un únic sentit, i de dreta a esquerra o a l'inrevés però mantenint sempre el mateix.

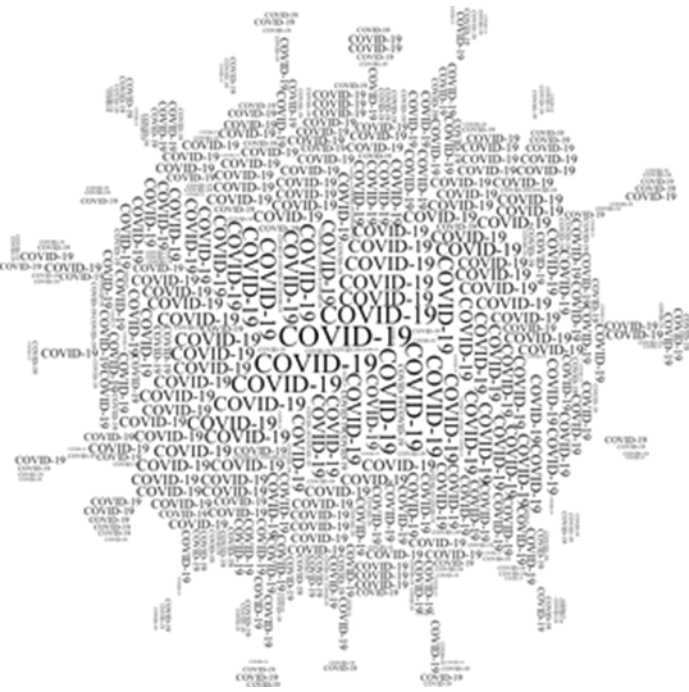


# Pantalles facials

---

3. Per finalitzar, netejarem la part posterior de la màscara, per si hi ha hagut contaminació durant el procés de treure l'EPI. Seguirem el mateix principi que anteriorment.





# Espais del centre





## Entrades i sortides

Cap persona pot accedir al centre amb una temperatura superior als  $37,5^{\circ}$  ni haver reduït la temperatura amb antitèrmics. Es recomana realitzar un control diari de la temperatura dels alumnes.





# Entrades i sortides

---

No s'hi pot entrar amb cap d'aquests símptomes:

- Febre o febrícula  $> 37,5^{\circ}\text{C}$
- Tos
- Dificultat per a respirar
- Mal de coll\*
- Refredat nasal\*



\*El mal de coll i el refredat nasal (amb o sense mocs) són molt habituals en infants i només s'haurien de considerar símptomes potencials de COVID-19 quan també hi ha febre o altres manifestacions de la llista.



# Entrades i sortides

---

- Fatiga, dolors musculars i/o mal de cap.
- Mal de panxa amb vòmits o diarrea.
- Pèrdua d'olfacte o gust (infants grans i adolescents).



# Entrades i sortides

---

## A més, cap persona pot accedir-hi si:

- Està en aïllament per ser positiu de Covid-19.
- Està en espera del resultat d'una PCR o una altra prova de diagnòstic molecular.
- Conviu amb una persona diagnosticada de Covid-19.
- Es troba en període de quarantena domiciliària per haver estat identificat/da com a contacte estret d'alguna persona diagnosticada de Covid-19.



## Entrades i sortides

---

Les **entrades i sortides** del centre es faran de manera esglaonada, tenint en compte el nombre d'accessos i el nombre de grups estables.



A cada un dels accessos, l'entrada i la sortida es farà per un o diversos grups estables en intervals de 10 min. cadascun.



# Entrades i sortides

---

**Transport escolar:** l'ús de la mascareta és obligatori a partir dels 6 anys i recomanable a partir dels 3 anys (si no hi ha contraindicacions).

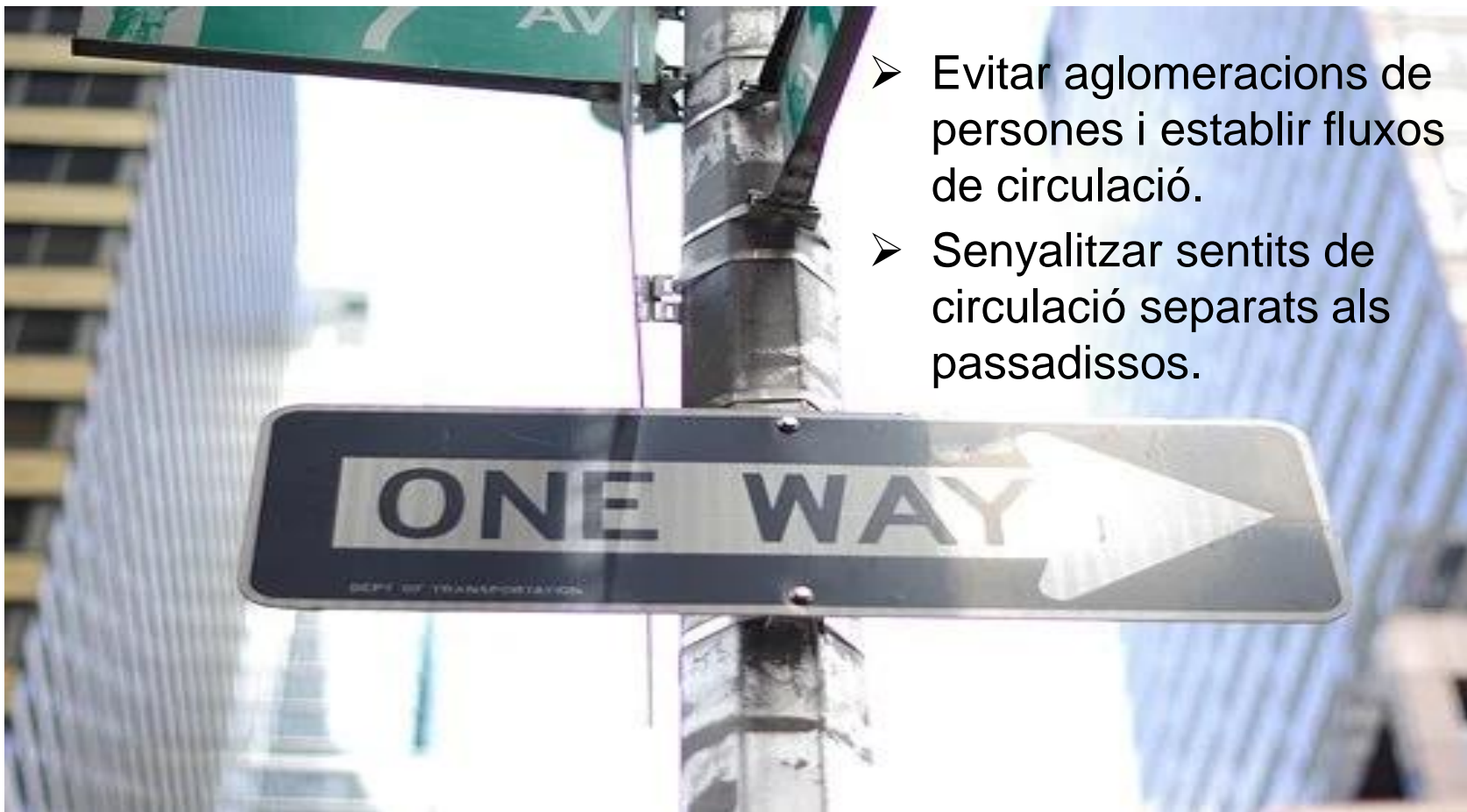
**Extraescolars:** a les activitats extraescolars d'un centre hi poden participar infants i adolescents de diferents edats i grups estables, però convé que la composició del grup de participants sigui el més constant possible. L'ús de mascareta és obligatori (a excepció de que hi hagi una contraindicació) a partir dels 6 anys d'edat.





# Fluxos de circulació dins del centre

---



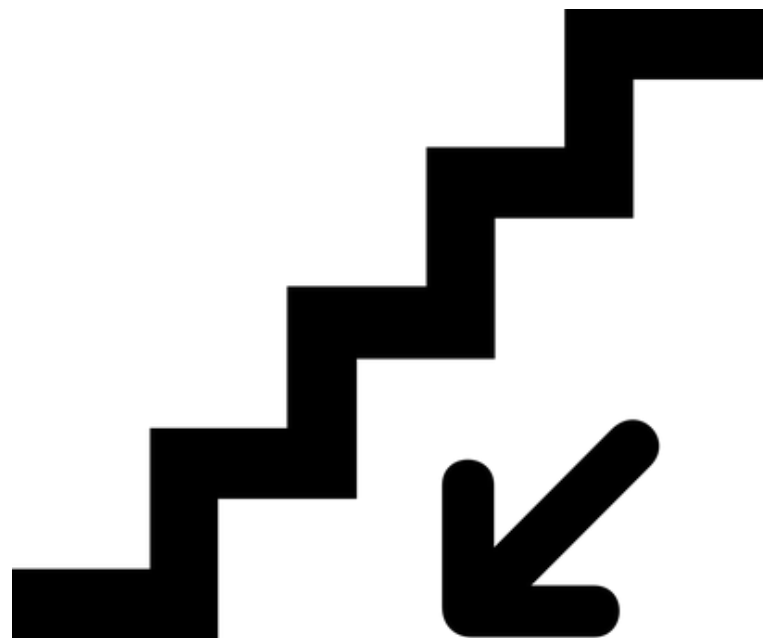
- Evitar aglomeracions de persones i establir fluxos de circulació.
- Senyalitzar sentits de circulació separats als passadissos.



# Fluxos de circulació dins del centre

---

- Establir si és possible escales de pujada i escales de baixada. Si no és possible, establir sentit de pujada i de baixada.
- Reservar els **ascensors** per a les persones que presenten dificultats per a la mobilitat i el seu personal de suport, si s'escau (utilitzar mascareta).



# Gimnàs

---

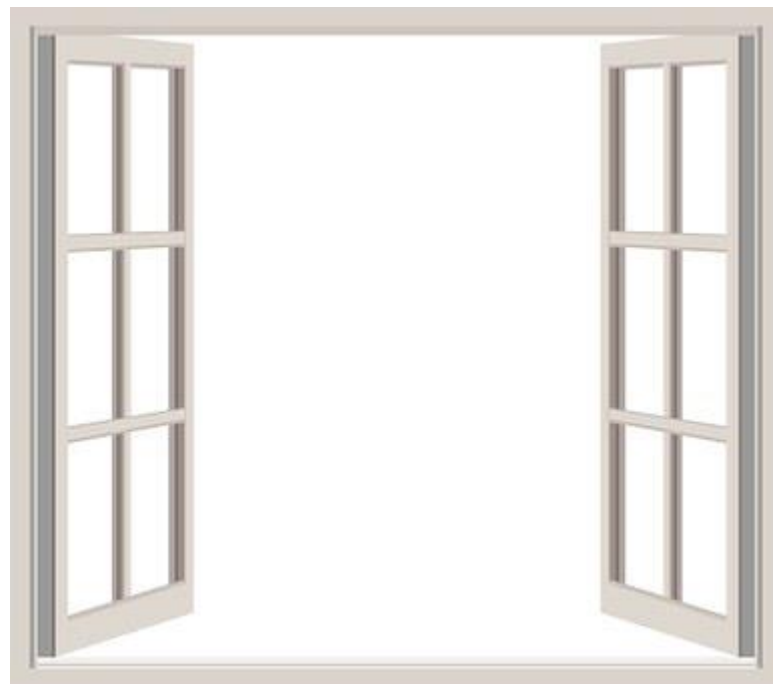
- Es recomana que l'educació física es realitzi a l'**aire lliure** - a l'espai del pati- sempre que sigui possible.
- Si l'activitat té lloc a l'exterior i/o es mantenen els grups estables, no serà necessari l'ús de mascareta.
- Els vestidors en què es pugui garantir que hi ha neteja i desinfecció entre grups i amb bona ventilació es podran utilitzar.





# Espais de reunions i treball per al personal

- ✓ Limitar l'aforament.
- ✓ Eliminar cadires sobreres i a ser possible seure de forma creuada.
- ✓ Prestar especial atenció a la correcta ventilació de l'espai.
- ✓ És recomanable retirar cortines.
- ✓ Tenir especial cura en la neteja i desinfecció del material compartit.



# Espais de reunions i treball per al personal

- ✓ Cal tenir presents totes les mesures sanitàries pel que fa a les màquines de cafè i venda automàtica (*vending*).
- ✓ Netejar-se les mans abans i després d'utilitzar les màquines.
- ✓ Disposar de gel hidroalcohòlic.



# Espais de reunions i treball per al personal

---

- ✓ Reunions amb famílies i persones de fora del centre educatiu: les reunions han de ser telemàtiques a excepció d'aquelles que siguin com màxim de 10 persones i imprescindibles de fer presencials.
- ✓ En cas que sigui necessari fer reunions presencials, cal aplicar totes les mesures de prevenció (mascareta, distància, rentat de mans, neteja, desinfecció i ventilació de l'espai, etc).



# Espais de reunions i treball per al personal

---

- ✓ Les reunions entre professionals del centre educatiu han de ser telemàtiques, a excepció d'aquelles imprescindibles, amb un màxim de 10 persones i amb totes les mesures de prevenció.



# Menjador-Cantina-Cuina

---

Cal mantenir la separació entre les taules de grups diferents. En cas que en una mateixa taula hi hagi alumnes de més d'un grup, caldrà deixar una cadira buida entre ells per garantir la distància.

Es poden habilitar dins del centre educatiu altres espais per menjar diferents al menjador.



# Menjador-Cantina-Cuina

---

- És obligatori l'ús de mascareta per al personal que atengui la cantina.
- A l'entrada de la cantina s'instal·larà un dispensador de gel hidroalcohòlic perquè l'alumnat es renti les mans abans d'entrar-hi.
- Es ventilarà i desinfectarà la cantina després de cada torn.



# Patis

---

- La sortida al pati ha de ser esglaonada.
- Cada grup estable estarà junt i quan comparteixin l'espai amb altres grups, han de mantenir entre ells la distància sanitària. Quan no es mantingui la distància interpersonal de 1'5 metres caldrà l'ús de mascaretes.



# Gestió de residus

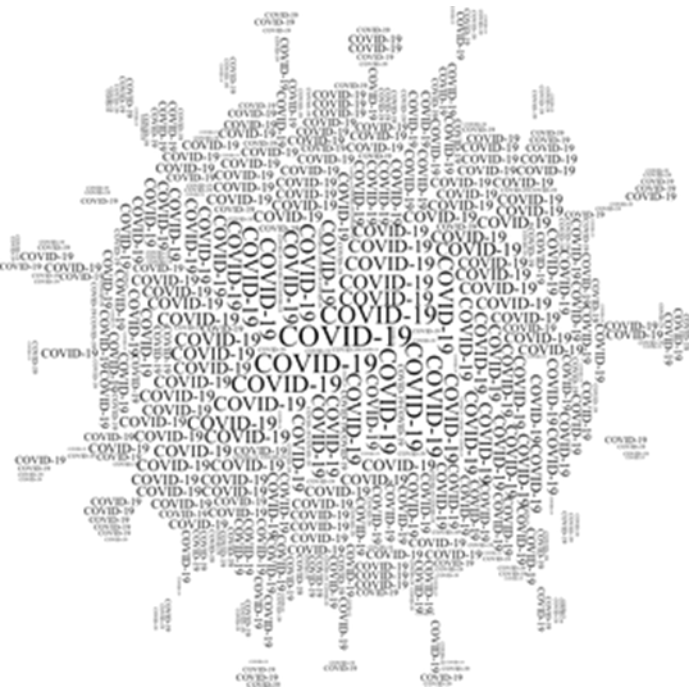
---



- Es recomana que els mocadors i tovalloles d'un sol ús utilitzats es llencin en contenidors amb bosses, preferiblement amb tapa i pedal.
- El material d'higiene personal, com mascaretes, guants i altres residus personals d'higiene, s'han de llençar al contenidor de rebuig (contenedor gris).







# Vulnerabilitat enfront de la Covid-19



# Vulnerabilitat enfront de la Covid-19

---

El Servei de Prevenció de Riscos Laborals del Departament d'Educació valorarà l'especial sensibilitat a la Covid-19, en el marc de referència vigent en cada moment i partint d'aquest coneixement establirà, si s'escau, mesures específiques de protecció.

El Departament ha contractat serveis de prevenció aliens per reforçar els especialistes de medicina en el treball propis del Departament i, poder valorar tots els casos que ho requereixin.

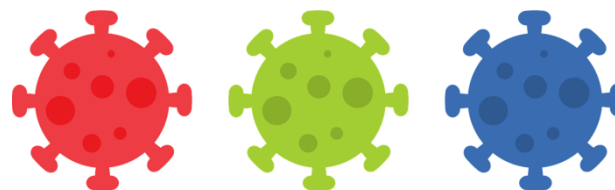


# Vulnerabilitat enfront de la Covid-19

---

Les autoritats sanitàries han definit com a grups vulnerables per a la Covid-19 les següents situacions:

- Diabetis
- Malaltia cardiovascular, inclosa hipertensió
- Malaltia pulmonar crònica
- Immunodeficiència
- Insuficiència renal crònica
- Malaltia hepàtica crònica severa
- Càncer en fase de tractament actiu
- Obesitat mòrbida (IMC>40)
- Embaràs
- Més grans de 60 anys



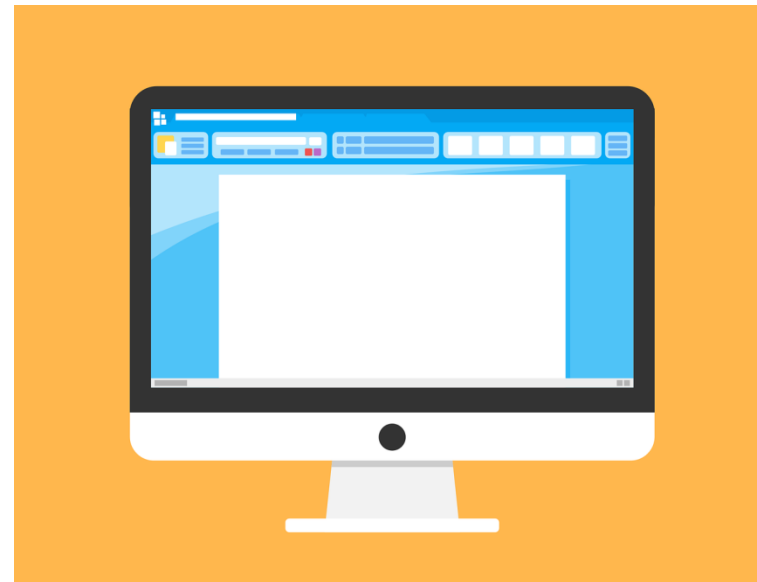
Aquests grups poden variar en funció de les noves evidències.



# La declaració responsable

---

El personal treballador del Departament d'Educació ha d'emplenar la declaració responsable si vol ser valorat respecte a la seva possible vulnerabilitat.



# Gestió del personal vulnerable

---

Aquelles persones que hagin optat per ser valorades, hauran de disposar de la documentació mèdica justificativa per tal de facilitar-la al Servei de Prevenció (propri i/o aliè).

Aquest contacte es podrà realitzar via correu electrònic i/o telèfon.

**És indispensable que tothom mantingui actualitzades les dades de contacte (correu electrònic, telèfons, etc.) en el Sistema d'Informació de Personal.**



## Gestió del personal vulnerable

---

El Servei de Prevenció elaborarà un informe d'aptitud en relació a la Covid-19 amb la concreció del criteri de vulnerabilitat i si s'escau, les mesures preventives a adoptar per a cadascuna de les persones. La informació relativa a aquestes mesures serà posada en coneixement de la persona i de la direcció del seu centre.

El Servei de Prevenció del Departament podrà valorar amb les direccions dels centres la implementació de les mesures.



# Gestió del personal vulnerable

---

Per determinar la vulnerabilitat d'una persona i si és especialment sensible, es té en compte el lloc de treball i l'estat de salut.

La valoració de la vulnerabilitat i de l'especial sensibilitat està condicionada, entre d'altres, a l'evolució de l'epidèmia, del coneixement científic, els canvis en la situació de la persona i en la possible implementació d'altres mesures preventives inicialment no contemplades.

Pot comportar un reforç de les mesures protecció, adaptació del lloc, canvi de lloc o en últim terme, la proposta d'incapacitat temporal.



---

# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès





# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

Davant de l'estrès que provoquen les situacions que ha generat la Covid-19, **cal aplicar mesures adients per autoprotegir-nos tant en el treball com fora d'ell.**



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

Les tècniques d'autoprotecció que se solen recomanar per reduir l'estrès es poder agrupar en quatre blocs:

1. **Tècniques generals.**- Per enfortir la persona per poder afrontar millor l'estrès.
2. **Tècniques fisiològiques.**- Per reduir l'activació fisiològica i el malestar emocional i físic.
3. **Tècniques cognitives.**- Per millorar la percepció dels problemes i de les pròpies possibilitats per solucionar-los.
4. **Tècniques conductuals.**- Per aprendre estratègies de comportament que ajudin a afrontar els problemes.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---



Les tècniques generals i fisiològiques són, en general, més fàcils d'aplicar.

Les tècniques cognitives i conductuals, encara que poden ser molt útils en casos específics, generalment requereixen prescripció, aplicació i supervisió per part d'experts psicoterapeutes especialitzats. Per aquest motiu només enumerarem les més habituals.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---



## 1.- Tècniques Generals

### 1.1.- Mantenir un bon estat físic.

Un cos en bon estat permet millorar la fortalesa psicològica, desplaçar l'atenció a qüestions no problemàtiques, millorar les funcions respiratòria, cardiovascular i metabòlica, augmentar la qualitat del descans i pot ajudar a mantenir l'estabilitat emocional en les situacions complicades.

Per mantenir un bon estat físic és recomanable:

- Fer exercici regularment.
- Evitar el consum d'alcohol, tabac o drogues.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

1.2.- Desenvolupar bons hàbits alimentaris ingerint regularment aliments saludables i en quantitats adequades.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

## 1.3.- Potenciar el recolzament social.

- ✓ Establint relacions de cooperació amb altres persones que permetin ajudar-les o rebre ajut d'elles quan sigui necessari.
- ✓ El recolzament social és un important moderador de l'estrès, que millora l'ambient de treball i afavoreix la salut i el benestar de les persones que en gaudeixen.
- ✓ En situacions com l'actual en que s'imposa un distanciament físic, és convenient no renunciar a la interacció interpersonal, cercant altres formes de mantenir els contactes socials, dins i fora de la feina.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

## 1.4.- Fomentar les distraccions i el bon humor.

- Cal diversificar els temes que requereixen la nostra atenció, ja que això implica obtenir una major riquesa en la nostra experiència i, a més, evita l'avorriment i la rutina.
- Això, juntament amb el manteniment del bon humor permeten el desplaçament de l'atenció dels problemes i faciliten relativitzar-los i per tant resoldre'ls més fàcilment.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---



## 2.- Tècniques Fisiològiques

### 2.1.- Tècniques de relaxació física.

Permeten reduir la tensió psicològica (emocional) a través de la relaxació muscular. Al relaxar-se el cos, disminueix la tensió emocional (entre les més utilitzades la relaxació progressiva de Jacobson i l'entrenament autogen de Schultz).





# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

## 2.2.- Tècniques de control de la respiració

S'ha observat que hi ha relació entre l'estrès i la forma de respirar. Aprenent a controlar la respiració es pot optimitzar la capacitat funcional dels pulmons, millorar l'oxigenació i, d'aquesta manera, reduir la tensió emocional.

## 2.3.- Tècniques de relaxament mental

Hi ha nombroses tècniques de relaxament mental com la meditació que practicades regularment contribueixen al distanciament dels problemes estressants i a la millora de la capacitat de concentració que facilita la seva solució. A més afavoreixen canvis fisiològics que estimulen la millora de l'estat d'ànim i el benestar.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

## 2.4.- Biofeedback

Aquesta tècnica pretén capacitar a la persona per controlar voluntàriament algunes activitats i processos de caràcter biològic.

Es realitza aplicant sensors, per això la seva aplicació és més complicada, ja que requereix la participació de professionals especialitzats.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

## 3. Tècniques cognitives

Les tècniques cognitives requereixen formació específica i freqüentment assessorament especialitzat per a la seva aplicació.

3.1.- Reorganització cognitiva.

3.2.- Modificació de pensaments automàtics o deformats.

3.3.- Desensibilització sistemàtica.

3.4.- Inoculació de l'estrès.

3.5.- Detenció del pensament.



# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

## 4.- Tècniques Conductuals

Les tècniques conductuals, igual que les cognitives, requereixen preparació prèvia i/o guiatge per la seva implementació.



4.1.- Entrenament assertiu.

4.2.- Entrenament en habilitats socials.

4.3.- Tècniques de solució de problemes.

4.4.- Tècniques de gestió del temps.

4.5.- Modelament encobert.

4.6.- Tècniques d'autocontrol.

# Tècniques d'autoprotecció de l'estrès

---

**Per més informació podeu consultar les pàgines següents:**

NTP 349 de l'INSST: Prevenció del estrés: intervenció sobre el individu.

NTP 439 de l'INSST: El apoyo social.

NTP 603 de l'INSST Riesgo psicosocial: el modelo demanda-control-apoyo social (I)

NTP 730 de l'INSST: Tecnoestrés: concepto, medida e intervenció psicosocial.

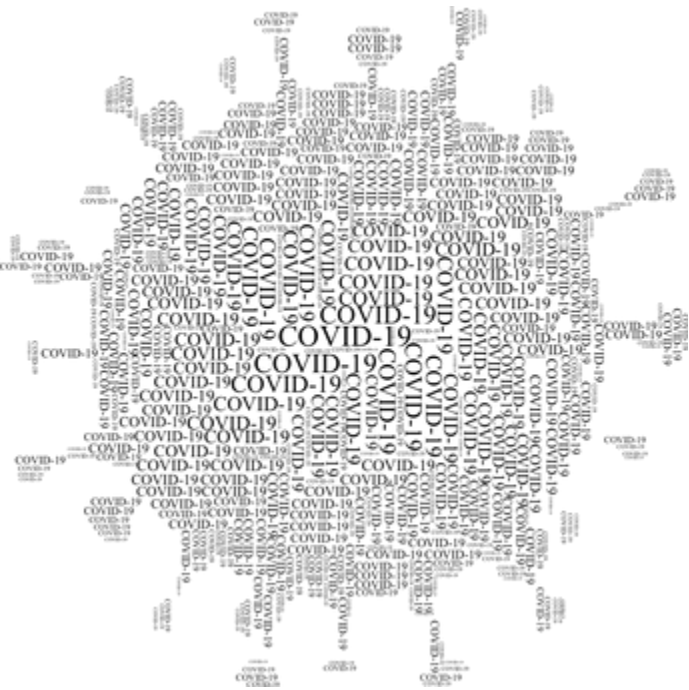
L'aplicació web GestioEmocional.cat té l'objectiu de donar-te eines per a l'avaluació i la millora de la teva salut emocional, i accés a recursos professionals:

<https://gestioemocional.catsalut.cat/>

Cabàs emocional (Ajuntament de Barcelona). Centre d'activitats i recursos en línia per millorar el benestar emocional:

<https://ajuntament.barcelona.cat/sanitatissalut/ca/canal/cabas-emocional>





# Organització del centre

# Mesures preventives



## Grups estables

---

- ✓ Cada classe té la consideració de “grup estable de convivència” i, per tant, els seus membres poden relacionar-s’hi sense limitacions a infantil i primària si la situació epidemiològica ho permet (cas contrari també hauran de dur mascareta a l’aula a partir de 6 anys).
- ✓ A partir de secundària, sempre hauran de dur mascareta.
- ✓ **L’ús de la mascareta serà obligatòria per al personal docent i no docent.**



# Grups estables

---

- ✓ El contacte entre altres grups/classes es veurà limitat respectant les mesures de seguretat (mascareta i distància).
- ✓ Els docents d'infantil i primària i/o els que treballin en diverses classes, hauran de fer servir mascareta i respectar la distància d'1,5 metres amb els alumnes.





# Grups estables

---

- ✓ Els professionals dels serveis educatius i del CEEPSIR que fan assessorament als centres poden entrar als centres i a les aules. Han de mantenir la distància física recomanada, han de portar mascareta i aplicar les mesures d'higiene i prevenció. També hi poden accedir, si és necessari, els professionals municipals.



## Grups estables

- ✓ El dia a dia del grup estable hauria de transcórrer majoritàriament en espais exteriors o dins de la seva aula.
- ✓ L'organització de l'espai de l'aula d'un grup estable ha d'assegurar, en la distribució de l'alumnat, una **distància interpersonal mínima d'1 metre**.

# Mesures preventives en els centres

---

- ✓ Es reforçarà la neteja, ventilació i desinfecció del centre, dels espais comuns. Cal garantir l'accés a gel hidroalcohòlic i/o sabons allà on sigui necessari.
- ✓ S'aportarà tot el material gràfic i cartells per senyalitzar espais i fer recomanacions d'higiene i seguretat.



# Educació compartida

---

En aquells infants que comparteixen escolarització en dos centres, mentre sigui possible i la situació epidemiològica ho permeti, es mantindrà aquesta modalitat. En el cas de que la situació epidemiològica ho requereixi, caldrà prioritzar en quin dels dos centres és més convenient que continuï l'alumne/a mentre la situació ho requereixi.



# Concurrència en espais reduïts

---

**Evitar coincidir en espais reduïts com:**

- ✗ Zones de pas
- ✗ Sales de reunió
- ✗ Lavabos

**Limitar activitats grupals presencials:**

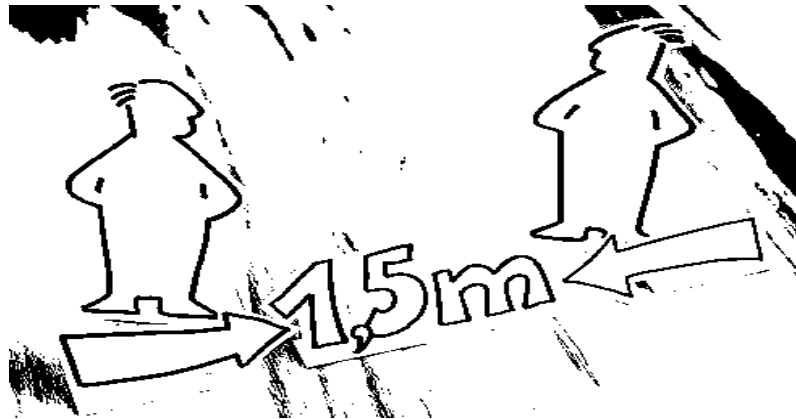
- ✗ Reunions
- ✗ Formacions



# Distància de seguretat

---

- **En general 1,5 metres.** Mantenir la distància tant en espais tancats com a l'aire lliure.



- **Excepció:** persones que tinguin un contacte proper molt habitual, com és el cas dels grups de convivència estables. En tot cas, en l'organització de l'espai de l'aula d'un grup estable s'ha d'assegurar, en la distribució de l'alumnat, una **distància interpersonal mínima d'1 metre.**



# Higiene de mans

---



- Es tracta d'una de les mesures més efectives per preservar la salut dels alumnes, així com la del personal docent i no docent.
- Aigua i sabó.
- Gel hidroalcohòlic.

# Higiene de mans

---

## Alumnat:

- A l'arribada i a la sortida del centre educatiu.
- Abans i després dels àpats.
- Abans i després d'anar al WC (infants continents).
- Abans i després de les diferents activitats (també de la sortida al pati).





# Higiene de mans

---

## Personal docent i no docent del centre educatiu:

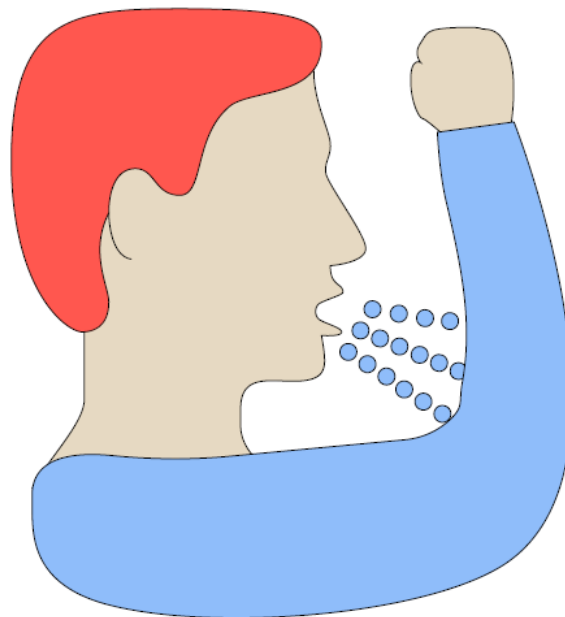
- A l'arribada al centre, abans del contacte amb els infants.
- Abans i després d'entrar en contacte amb els aliments, dels àpats dels infants i dels propis.
- Abans i després d'acompanyar un infant al WC.
- Abans i després d'anar al WC.
- Abans i després de mocar un infant (amb mocadors d'un sol ús).
- Com a mínim una vegada cada 2 hores.



# Què fer si tossim o esternudem?

---

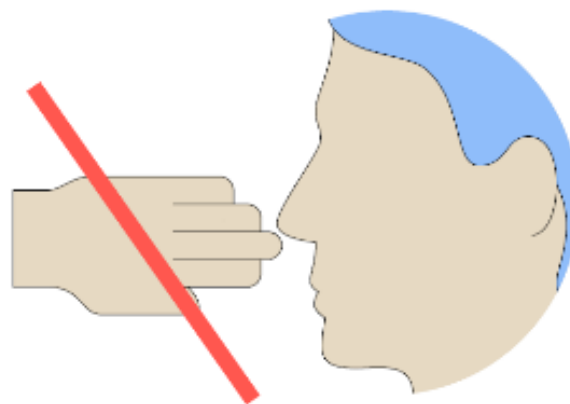
Cobrir les vies respiratòries amb un mocador de paper o amb l'avantbraç.



# Ulls, nas i boca

---

Evitar tocar-se els ulls, el nas i la boca, perquè les mans faciliten la transmissió del virus.



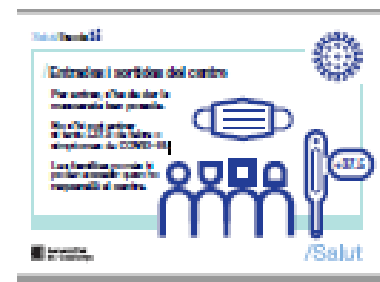
# Difusió de recomanacions



Comunicar les mesures preventives **adoptades mitjançant cartells o panells informatius** i disposar de punts d'informació per al públic.

Trobareu més informació a Canal Salut:

<https://canalsalut.gencat.cat>



# El director/a del centre educatiu

---



- Informa la comunitat docent, alumnes i famílies de les mesures i actuacions a seguir.
- Es coordina amb la persona referent del centre d'atenció primària.
- Reporta les dades dels casos sospitosos i positius al TRAÇACOVID.

# Canals de comunicació Salut i Comunitat Educativa

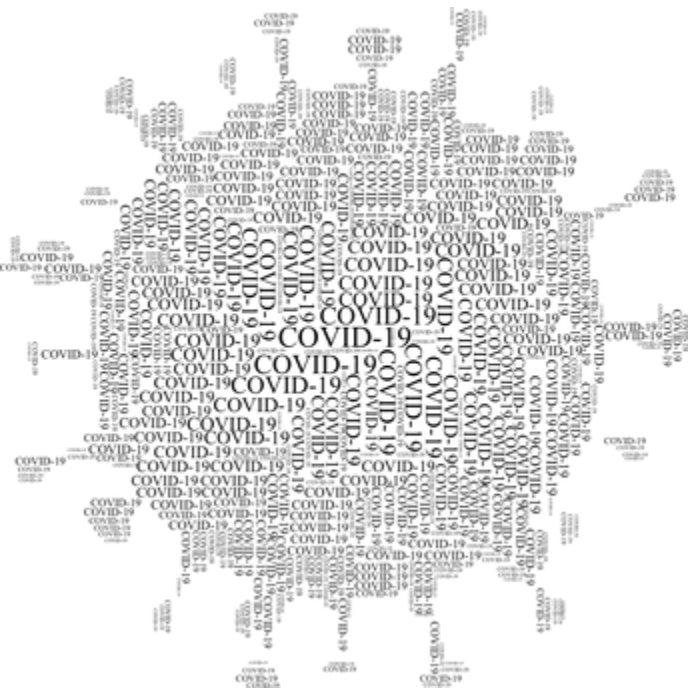
**La Meva Salut gencat:** a través de l'eConsulta podreu contactar amb el vostre equip sanitari d'atenció primària.

**Canal de Telegram:** Descarregueu l'aplicació (IOS o Android) i busqueu el canal /Salut Escola Professionals.

**Canal Salut:** [canalsalut.gencat.cat/salutescola](https://canalsalut.gencat.cat/salutescola).

**Seminaris web:** sessions informatives amb professionals de referència del món sanitari.

Les dates i detalls els anunciarem a través del canal de Telegram.



# Coordinació d'Activitats Empresarials Covid-19



# **Coordinació d'Activitats Empresarials - Covid-19**

---

Les empreses, entitats o persones físiques alienes que hagin de realitzar una activitat en el centre de treball durant el període de pandèmia, hauran de formalitzar:

**“Formulari justificatiu de la recepció de documentació i d'acreditació del compliment de la normativa vigent sobre coordinació d'activitats empresarials relacionada amb la pandèmia per Coronavirus: SARS-CoV-2”.**



# Coordinació d'Activitats Empresarials-Covid-19

---



## **Formulari justificatiu de la recepció de documentació i d'acreditació del compliment de la normativa vigent sobre coordinació d'activitats empresarials relacionada amb la pandèmia per Coronavirus: SARS-CoV-2**

---

### **Dades del centre de treball**

Nom del centre

---

Nom del director o directora del centre de treball o responsable de la gestió de l'edifici dels serveis administratius detallat a dalt

---

Adreça

---

Codi postal

Municipi

---

### **Dades del/de la declarant**

Nom de l'empresa, entitat o persona física aliena que realitza l'activitat

NIF/CIF

---

Nom i cognoms de la persona que representa l'empresa, entitat o persona física aliena que realitza l'activitat

---

Adreça electrònica

---

# Coordinació d'Activitats Empresarials-Covid-19

---

En aquest formulari:

- ✓ La direcció del centre dona informació sobre les directrius que cal complir en el centre de treball per part del personal treballador aliè en relació amb la Covid-19.
- ✓ L'empresa, entitat o persona física aliena que realitza l'activitat declara que el personal treballador que prestarà servei en el centre de treball compleix amb els requeriments preventius específics per la Covid-19 i es compromet a comunicar als treballadors les directrius a complir en el centre de treball.

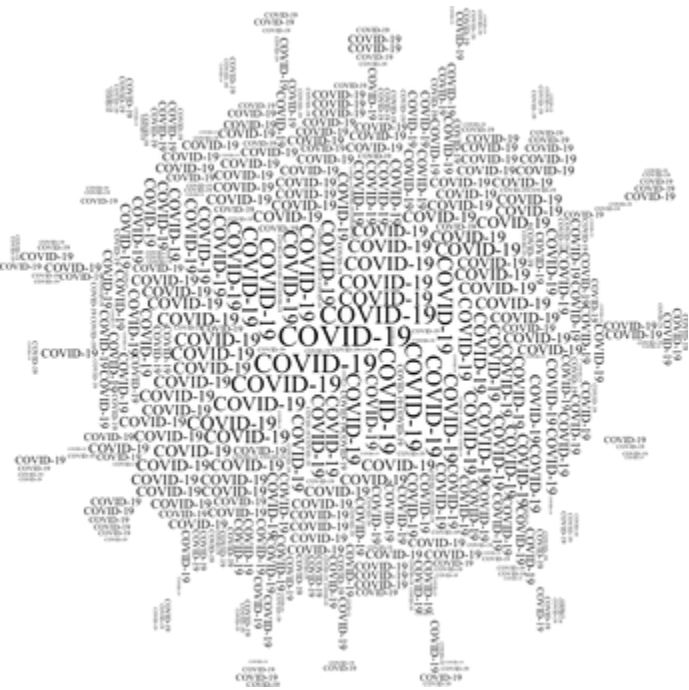


# Coordinació d'Activitats Empresariales-Covid-19

---

- ✓ Cal formalitzar el document abans d'iniciar l'activitat per part del representant de l'empresa aliena i el director/a del centre de treball.
- ✓ Aquest formulari s'arxivarà amb la resta de documentació CAE del centre.





# Plans d'emergència i simulacres



# Plans d'emergència i simulacres

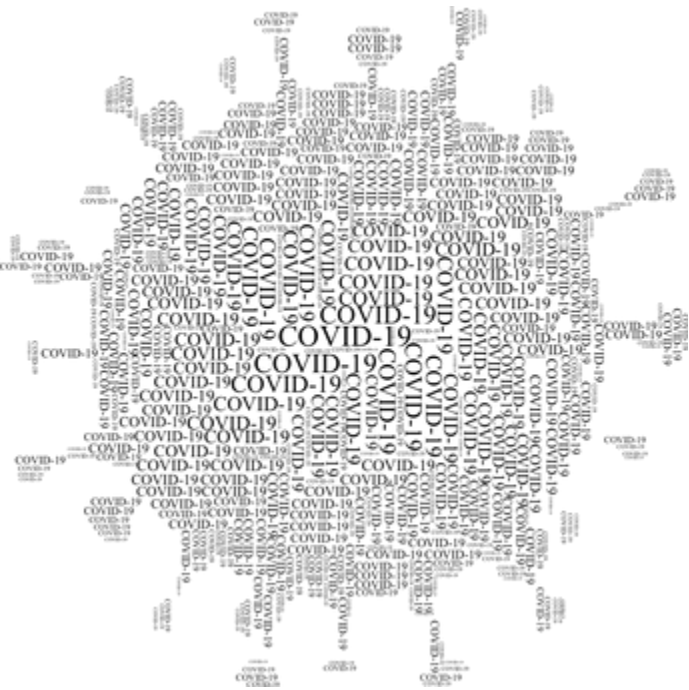
---

Els centres educatius han de:

- ✓ Elaborar, revisar i actualitzar periòdicament el pla d'emergència.
- ✓ Comprovar, a l'inici de curs, que tenen el pla d'emergència actualitzat.
- ✓ Fer la difusió per actuar davant situacions d'emergència real.

Mentre es mantingui la situació actual i excepcionalment, no resulta indicada la realització de simulacres d'emergència, especialment els d'evacuació.





# Mesures de prevenció de riscos psicosocials



# Introducció

---

Situacions excepcionals com les que genera la Covid-19 poden comportar una intensificació de determinats riscos psicosocials, i per tant suposen una amenaça tant per les persones com per les organitzacions.

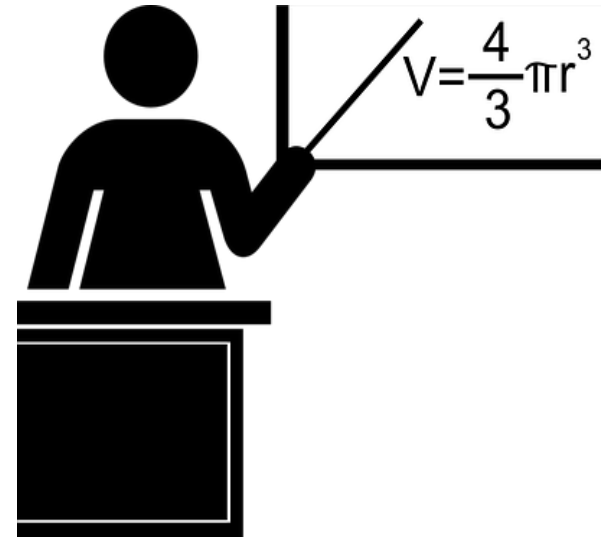


# Introducció

---

Per prevenir-los cal extremar les mesures adreçades a eliminar o pal·liar l'estrès i els possibles danys a la salut de les persones treballadores que podria generar.

Des d'una perspectiva positiva la major atenció a aquestes actuacions pot suposar una oportunitat de millorar la prevenció i consolidar-la en el futur.

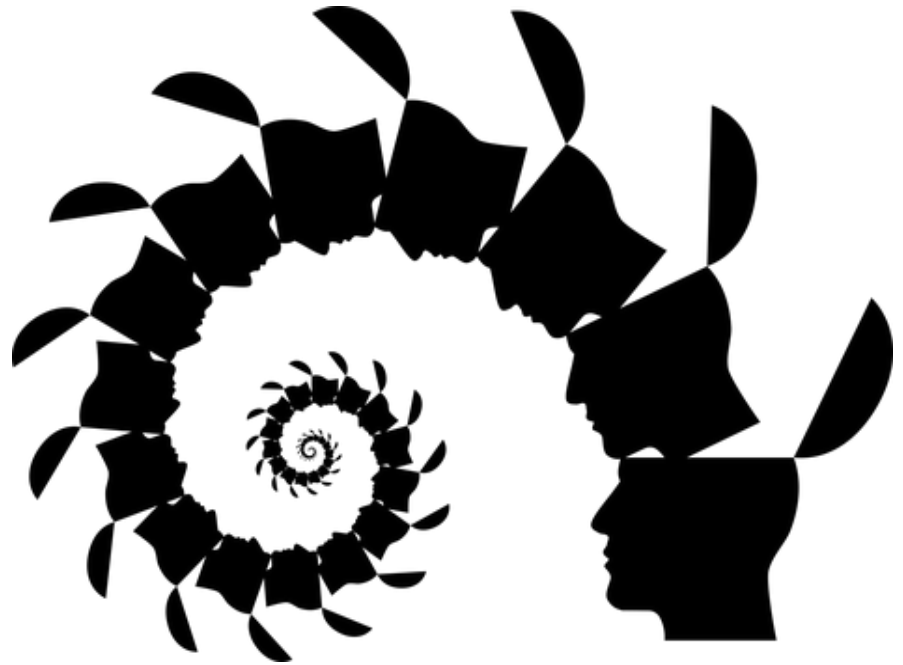




# Concepte d'estrès

---

L'estrès és un estat de cansament mental que es produeix quan la persona percep que les exigències a que està sotmesa superen la seva capacitat per afrontar-les.



# Concepte d'estrès

---



Contra l'estrès es pot actuar, fonamentalment, per dues vies:

- Augmentant la capacitat d'afrontament de l'estrès de la persona.
- Millorant la seva preparació tècnica per donar resposta més eficientment a les noves exigències.

# Moderadors de l'estrès

---

Els factors moderadors de l'estrès al treball són aquelles actuacions de l'organització que augmenten la resistència de la persona a l'estrès i redueixen la percepció de malestar que suposa.

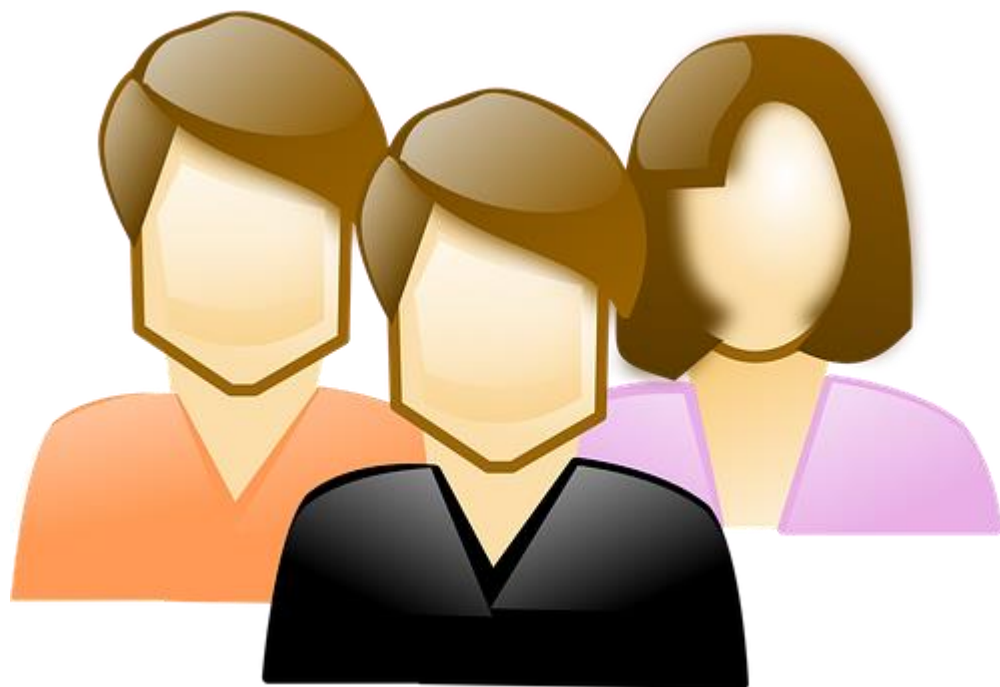


# Moderadors de l'estrès

---

Es poden enfortir els factors moderadors de l'estrès potenciant aspectes com els següents:

- El suport social
- El control del treball
- El sentit del treball



# Suport social

---

Un poderós moderador de l'estrès és el **suport social** que es pot definir com el recolzament que rep una persona tant per part dels seus companys i companyes de treball com per part dels seus superiors.



# Suport social

---

**El suport social** pot incidir sobre factors de risc psicosocial com:

- Relacions i recolzament social
- Demandes psicològiques
- Interès pel treballador
- Compensacions



# Mesures per potenciar el suport social

---

1. Estimular el treball en equip, especialment creant grups de treball amb persones amb competències complementàries.

Per exemple, en la formació a distància: agrupar integrants que tinguin coneixements d'informàtica, de disseny de presentacions, de continguts tècnics de la matèria, etc.





# Mesures per potenciar el suport social

---

2. Sistematitzar reunions de supervisió i oferir recolzament personal i professional als treballadors i treballadores.





# Mesures per potenciar el suport social

---

3. Mostrar interès per la problemàtica individual, especialment de persones que s'hagin d'enfrontar a situacions complicades, en el seu àmbit personal o professional.



# Mesures per potenciar el suport social

---

4. Expressar  
agraïment per les  
accions de caràcter  
extraordinari o la  
col·laboració del  
personal en  
activitats  
voluntàries.



# Control del treball

---

**El control del treball** és la capacitat que sent que té la persona treballadora per dominar els continguts i controlar la seva pròpia feina.



# Control del treball

---

El **control del treball** pot incidir sobre factors de risc psicosocial com:

- Autonomia
- Participació / Supervisió
- Càrrega de treball
- Temps de treball



# Mesures per afavorir el control de la pròpia feina

---

1. Garantir la informació puntual a tot el personal sobre les mesures a adoptar en el centre.
2. Organitzar accions formatives específiques relacionades amb el treball a desenvolupar.



# Mesures per afavorir el control de la pròpia feina

---

3. Acollir individualment les persones treballadores de nova incorporació per explicar i aclarir qualsevol dubte tant sobre la seva feina com sobre la cultura, funcionament del centre i presentar-les a la resta del personal.



# Mesures per afavorir el control de la pròpia feina

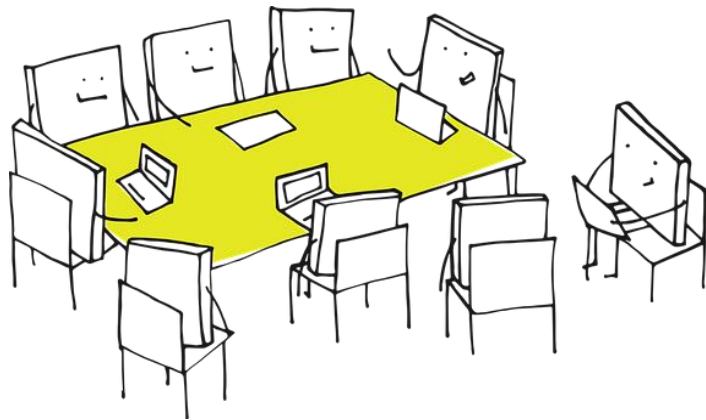
---

4. Extremer la comunicació i assegurar la comprensió per a tothom de les funcions i responsabilitats de cadascú.
5. Limitar o adequar el treball (inclòs el que es pugui fer online) als horaris establerts.
6. Tenir cura d'adequar les càrregues de treball a les possibilitats de la persona.



# Mesures per afavorir el control de la pròpia feina

---



7. Intensificar la consulta i participació de tot el personal especialment en aquelles decisions que puguin afectar, directa o indirectament, la seva feina.
8. Oferir informació puntual i raonada de possibles canvis.



# Sentit del treball

---

**El sentit del treball és** el valor que la persona treballadora percep que té la seva feina tant pel servei que dona a la societat, com per les possibilitats de desenvolupament personal i professional que li ofereix a ella mateixa.

**El sentit del treball** pot incidir sobre factors de risc psicosocial com:

- El desenvolupament de rol
- La varietat/contingut



# Mesures per afavorir el sentit del treball

---

1. Facilitar la participació de les persones treballadores en activitats formatives o altres activitats que els permetin millorar les seves competències, especialment en aspectes que els resultin nous (ex. formació online).



# Mesures per afavorir el sentit del treball

---



2. Reconèixer la tasca realitzada per cadascú, procurant impulsar actuacions mereixedores de distinció per a tothom. Cal evitar que ningú pugui sentir-se menysvalorat o tractat injustament.

# Mesures per afavorir el sentit del treball

---

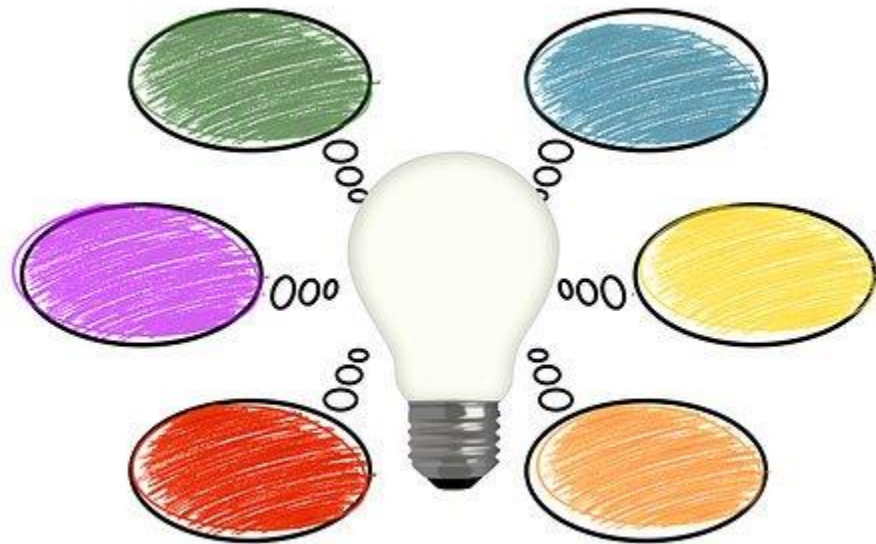
3. Posar en coneixement del personal informació que permeti destacar la valoració positiva de la feina realitzada.

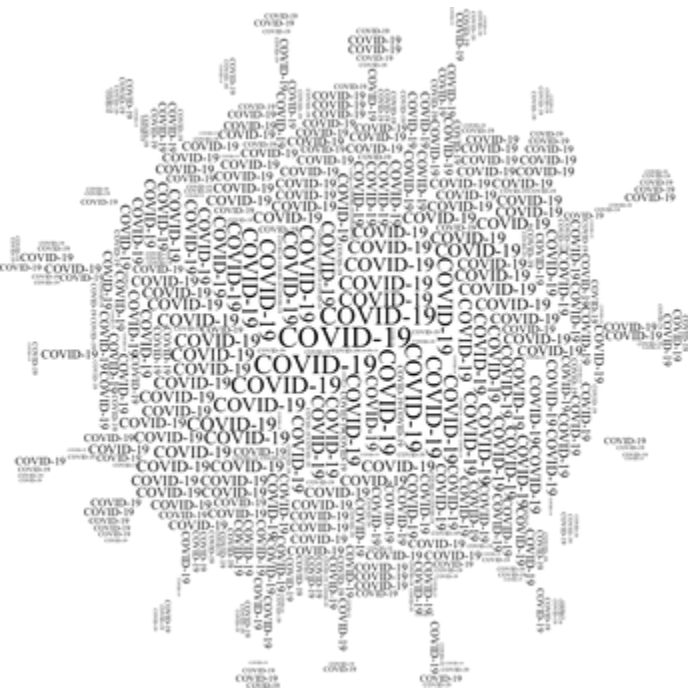


# Mesures per afavorir el sentit del treball

---

4. Afavorir l'aportació de suggeriments i/o propostes per la millora de les activitats.





# Adreces



# Adreces de les Seccions de Prevenció i del Servei de Prevenció de Riscos Laborals

---

Consorci d'Educació de Barcelona: [rhriscoslaborals.ceb@gencat.cat](mailto:rhriscoslaborals.ceb@gencat.cat)

Barcelona comarques: [riscos\\_lab\\_com.educació@gencat.cat](mailto:riscos_lab_com.educació@gencat.cat)

Baix Llobregat: [prevenció\\_risc\\_lab\\_baix.educació@gencat.cat](mailto:prevenció_risc_lab_baix.educació@gencat.cat)

Vallès Occidental: [pri\\_vall.educació@gencat.cat](mailto:pri_vall.educació@gencat.cat)

Maresme - Vallès Oriental: [prev\\_risc\\_lab\\_mav.educacio@gencat.cat](mailto:prev_risc_lab_mav.educacio@gencat.cat)

Girona: [prevenció\\_risc\\_lab\\_gir.educació@gencat.cat](mailto:prevenció_risc_lab_gir.educació@gencat.cat)

Lleida: [riscos\\_lab\\_llei.educació@gencat.cat](mailto:riscos_lab_llei.educació@gencat.cat)

# Adreces de les Seccions de Prevenció i del Servei de Prevenció de Riscos Laborals

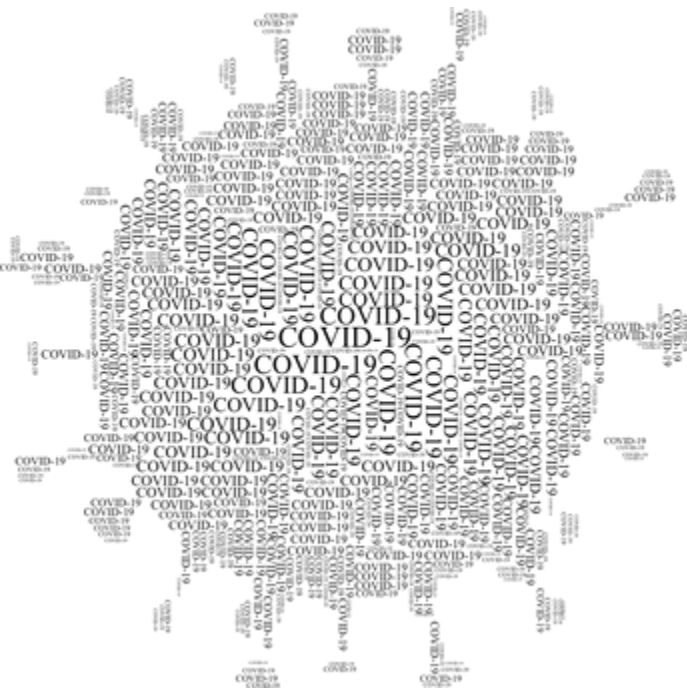
---

Tarragona: [riscos\\_lab\\_tar.educació@gencat.cat](mailto:riscos_lab_tar.educació@gencat.cat)

Terres de l'Ebre: [riscos\\_lab\\_teb.educació@gencat.cat](mailto:riscos_lab_teb.educació@gencat.cat)

Serveis Centrals: [prevenció\\_risc\\_lab.educació@gencat.cat](mailto:prevenció_risc_lab.educació@gencat.cat)





Les mesures establertes en aquest document  
están subjectes a l'evolució de la pandèmia  
i a les instruccions que emanen de l'autoritat  
sanitària.

**Moltes gràcies per la vostra atenció**

21 de setembre de 2020

