

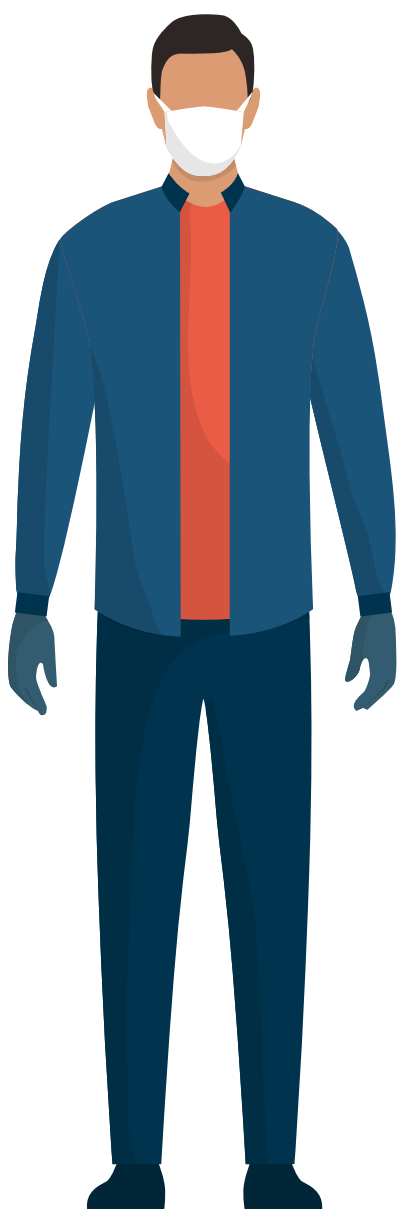
RECOMANACIONS

# Higiene i seguretat a les oficines

## Principals riscos en una oficina



Els principals riscos als que s'exposa el personal d'oficina són els contagis infecciosos que poden derivar del contacte amb una persona malalta o quan es toca una superfície contaminada. Per prevenir-los, podem recórrer a diverses accions relacionades amb la higiene i la protecció personal.



## Què fer per prevenir contagis?



### Ús de la mascareta

Sempre que tinguis símptomes associats a una infecciosa, per evitar contagis.



### Higiene de mans

Amb prou freqüència per frenar la transmissió de gèrmens a altres superfícies.



### Limita el contacte

Evita tocar els teus ulls, boca i nas amb les mans brutes per prevenir contagis o infeccions.



### Ús de mocadors

Per cobrir-te la boca i el nas cada vegada que tussis o esternudis i evitar la propagació de gèrmens.