

Recomanacions de salut individual i col·lectiva

En l'actual emergència sanitària, la teua actitud personal és molt important per a mantenir-te sa i mantenir sanes les persones del teu entorn: amics, familiars, companys i companyes d'estudi. Et preguem de llegir atentament aquestes recomanacions i consultar amb el personal i amb els mentors i mentores totes les qüestions que no t'hagen quedat perfectament clares.

PER A EIXIR DE CASA

- Abans d'eixir de casa, controla els teus símptomes: si manifestes algun símptoma compatible amb la covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, pèrdua de l'olfacte, etc.) has de quedar-te a casa, aïllar-te dels teus familiars i avisar al Servei Valencià de Salut (<http://coronavirus.san.gva.es/>, telf. 900 300 555). Igualment, has de quedar-te al teu domicili i posar-te en contacte amb el SVS si has estat en contacte o sospites d'haver estat en contacte amb una persona amb símptomes o diagnosticada de covid-19. Informa de la teua situació al correu institucional covid@uv.es i al del centre covidfftic@uv.es i s'activarà el protocol COVID.

DE CAMÍ A LA FACULTAT

- Has d'eixir de casa amb màscara (el Ministeri recomana que siga higiènica, si és possible, reutilitzable). És convenient que portes també una màscara suplementària. Recorda higienitzar-te les mans a l'entrada i a l'eixida dels transports públics i mantenir la màscara cobrint nas i boca durant tot el trajecte.

PER A ENTRAR A LA FACULTAT

- Per a entrar a la Facultat has de seguir les indicacions del sentit d'ingrés marcades al paviment i higienitzar les mans als distribuïdors de l'entrada. Recorda que és necessària una higiene de mans freqüent i completa (40 seg. amb gel hidroalcohòlic o amb aigua i sabó). A l'interior de la Facultat i a les aules cal portar sempre la màscara cobrint nas i boca. Procura no tocar-la amb les mans i no te l'abaixes mai. Si la toques, neteja't immediatament les mans amb gel hidroalcohòlic o aigua i sabó. Si se't trenca la màscara al Centre i no en tens cap de recanvi, el professorat en disposa a l'aula per casos d'emergència. Desfés-te de les màscares trencades o brutes només en contenidors amb tapadora.

PER A PUJAR A LES AULES

- Abans de pujar a les aules, informa't convenientment de la seua localització. Redueix al mínim els teus desplaçaments dins del centre, evita les aglomeracions i recorda que l'ascensor està reservat per a persones amb mobilitat reduïda i que cal usar-lo de manera individual i amb responsabilitat. Evita al màxim tocar poms de portes, interruptors i objectes d'ús col·lectiu; si ho has de fer, higienitza't les mans abans i després de fer-ho en els distribuïdors que trobaràs pertot arreu.

A L'ENTRADA I L'EIXIDA DE L'AULA

- Els horaris d'entrada i eixida de les classes estan adaptats per reduir al màxim els canvis d'aula i la circulació per corredors i espais comuns. T'informaran dels horaris des de la coordinació. Acudeix a classe amb suficient antelació i ocupa ràpidament el lloc assignat. Intenta romandre al teu lloc durant els descansos, si no et cal canviar d'aula. En tots cas, recorda que no pots quedar-te als corredors, sinó eixir a l'aire lliure en els moments de pausa.

A DINS DE L'AULA

- Fes cas de les indicacions sobre llocs ocupables i no ocupables i mantén el mateix lloc al llarg de la jornada. Intenta sempre que siga possible deixar més espais lliures entre els teus companys. En la mida del possible, s'han creat grups estables (els mateixos companys i companyes en totes les assignatures alternaran cada setmana), se t'avisarà per correu del teu torn. Les finestres estaran obertes el major temps possible. Recorda: la salut col·lectiva és part de la teua responsabilitat. Ajuda els teus companys i companyes a mantenir les normes d'higiene comuna.

ALS LAVABOS

- L'accés als lavabos està limitat per a evitar aglomeracions. Espera el teu torn amb la distància interpersonal adequada i efectua una higiene de mans acurada abans i després. Utilitza sempre papereres i contenidors adequadament, no deixes tovallons usats o altres deixalles per damunt de les superfícies.

AL SERVEI DE REPROGRAFIA

- El més convenient per a evitar cues i aglomeracions és enviar per correu els teus arxius al servei de reprografia (faculfilolo@gmail.com, impresión@encuadernacionesagUILAR.com). Per portar a copiar documents nous o recollir les còpies encarregades procura triar un moment de baixa afluència. Hauràs d'esperar-te en els llocs indicats al paviment davant del servei, i entrar a la saleta de reprografia segons el teu torn. Si veus diverses persones que hi esperen, intenta fer-ho en un altre moment. Recorda que no podem romandre als corredors més temps de l'imprescindible.

A LA CAFETERIA-MENJADOR

- La cafeteria és un lloc de contacte on cal extremar la precaució. Evita els moments d'aglomeració. Entra a la cafeteria amb màscara i amb l'adequada higiene de mans. Fes la cua per les comandes en els llocs marcats al paviment i seu només en els llocs indicats. Utilitza preferentment les taules a l'aire lliure, sempre mantenint la distància de seguretat. Lleva't la màscara només per a menjar i beure. No deixes mai tovallons, gots, plats o coberts rebutjables que hages utilitzat sobre les taules. Diposita'ls acuradament en els contenidors de residus que trobaràs prop de tu. Recorda que tots els elements que has utilitzat per a menjar poden ser vectors de contagi. Protegeix la salut col·lectiva com protegeixes la teua pròpia.

DAVANT DELS SÍMPTOMES DE COVID-19

- Si et trobes malament mentre estàs a la Facultat, amb febre, tos, mal de cap, etc., has de contactar de manera immediata amb el teu centre de salut. Addicionalment, comunica la teua situació al correu electrònic covid@uv.es i amb còpia a covidfftic@uv.es
- En cas necessari, per exemple, símptomes greus que puguen evidenciar la consideració com a possible cas de contagi, avisa al professor o professora que comunicarà la situació i avisarà al gabinet de salut de Blasco Ibáñez, on es procedirà a l'aïllament voluntari fins que rebes l'assistència necessària dels serveis sanitaris. En cas que el gabinet estiga tancat, el lloc d'espera serà una sala condicionada dins de la Facultat. De manera immediata, es telefonarà a l'autoritat sanitària en el telèfon 900 300 555, al SPMA en el telèfon 96 339 50 17 i s'avisarà a l'adreça de correu electrònic covid@uv.es. Recorda que no t'has d'abaixar la màscara i que cal mantenir les normes d'higiene i distància interpersonal en tot moment.