

Recomendaciones de salud individual y colectiva

En la actual emergencia sanitaria, tu actitud personal es muy importante para mantenerte sano y mantener sanas las personas de tu entorno: amigos, familiares, compañeros y compañeras de estudio. Te rogamos leer atentamente estas recomendaciones y consultar con el personal y con los mentores y mentoras todas las cuestiones que no te hayan quedado perfectamente claras.

AL SALIR DE CASA

- Antes de salir de casa, controla tus síntomas: si manifiestas algún síntoma compatible con la covid-19 (fiebre, tos, dificultad respiratoria, pérdida del olfato, etc.) tienes que quedarte a casa, aislarte de tus familiares y avisar al Servicio Valenciano de Salud (<http://coronavirus.san.gva.es/>, telf. 900 300 555). Igualmente, tienes que quedarte en tu domicilio y ponerte en contacto con el SVS si has estado en contacto o sospechas de haber estado en contacto con una persona con síntomas o diagnosticada de covid-19. Informa de tu situación al correo institucional covid@uv.es y al del centro covidfftic@uv.es y se activará el protocolo COVID.

DE CAMINO A LA FACULTAD

- Tienes que salir de casa con mascarilla (el Ministerio recomienda que sea higiénica, si es posible, reutilizable). Es conveniente que lleves también una mascarilla suplementaria. Recuerda higienizarte las manos a la entrada y a la salida de los transportes públicos y mantener la mascarilla cubriendo nariz y boca durante todo el trayecto.

PARA ENTRAR A LA FACULTAD

- Para entrar en la Facultad tienes que seguir las indicaciones del sentido de ingreso marcadas al pavimento e higienizarte las manos a los distribuidores de hidrogel de la entrada. Recuerda que es necesaria una higiene de manos frecuente y completa (40 seg. con hidrogel o con agua y jabón). En el interior de la Facultad y en las aulas hay que llevar siempre la mascarilla cubriendo nariz y boca. Procura no tocarla con las manos y no te lo bajes nunca. Si la tocas, límpiata inmediatamente las manos con hidrogel o agua y jabón. Si se te rompe la mascarilla en el Centro y no tienes ninguna de repuesto, el profesorado dispone en el aula para casos de emergencia. Deshazte de las mascarillas rotas o sucias solo en contenedores con tapadera

PARA SUBIR A LAS AULAS

- Antes de subir a las aulas, infórmate convenientemente de su localización. Reduce al mínimo tus desplazamientos dentro del centro, evita las aglomeraciones y recuerda que el ascensor está reservado para personas con movilidad reducida y que hay que usarlo de manera individual y con responsabilidad. Evita al máximo tocar pomos de puertas, interruptores y objetos de uso colectivo; si lo tienes que hacer, higienízate las manos antes y después de hacerlo en los distribuidores que encontrarás por todas partes.

A LA ENTRADA Y SALIDA DEL AULA

- Los horarios de entrada y salida de las clases están adaptados para reducir al máximo los cambios de aula y la circulación por pasillos y espacios comunes. Te informarán de los horarios desde la coordinación de tu titulación. Acude a clase con suficiente antelación y ocupa rápidamente el lugar asignado. Intenta permanecer en tu lugar durante los descansos, si no tienes que cambiar de aula. En todo caso, recuerda que no puedes quedarte en el pasillo, sino salir al aire libre en los momentos de pausa.

DENTRO DEL AULA

- Haz caso de las indicaciones sobre lugares ocupables y no ocupables (marcados en verde) y mantén el mismo lugar a lo largo de la jornada. Intenta siempre que sea posible dejar más espacios libres entre tus compañeros. En la medida de lo posible, se han creado grupos estables (los mismos compañeros y compañeras en todas las asignaturas alternarán cada semana), se te avisará por correo de tu turno. Las ventanas estarán abiertas el mayor tiempo posible. Recuerda: la salud colectiva es parte de tu responsabilidad. Ayuda a tus compañeros y compañeras a mantener las normas de higiene común.

EN LOS SERVICIOS

- El acceso a los lavabos está limitado para evitar aglomeraciones. Espera tu turno con la distancia interpersonal adecuada y efectúa una higiene de manos cuidadosa antes y después. Utiliza siempre papeleras y contenedores adecuadamente, no dejes servilletas usadas u otros desechos por encima de las superficies.

EN EL SERVICIO DE REPROGRAFIA

- Lo más conveniente para evitar colas y aglomeraciones es enviar por correo tus archivos al servicio de reprografía (faculfilolo@gmail.com , impresión@encuadernacionesaguilar.com). En caso de llevar a copiar documentos nuevos o recoger las copias encargadas, procura elegir un momento de baja afluencia. Tendrás que esperarte en los lugares indicados en el pavimento ante el servicio, y entrar a la salita de reprografía según tu turno. Si observas que hay diversas personas en cola, intenta hacerlo en otro momento. Recuerda que no podemos permanecer en los pasillos más tiempo del imprescindible.

EN LA CAFETERIA-COMEDOR

- La cafetería es un lugar de contacto donde hay que extremar la precaución. Evita los momentos de aglomeración. Entra a la cafetería con mascarilla y con la adecuada higiene de manos. Haz cola para los pedidos en los lugares marcados en el suelo y solo en los lugares indicados. Utiliza preferentemente las mesas al aire libre, siempre manteniendo la distancia de seguridad. Quítate la mascarilla solo para comer y beber. No dejes nunca servilletas, vasos, platos o cubiertos desechables que hayas utilizado sobre las mesas. Depóitalos cuidadosamente en los contenedores de residuos que encontrarás cerca de ti. Recuerda que todos los elementos que has utilizado para comer pueden ser vectores de contagio. Protege la salud colectiva como proteges la tuya propia.

ANTE SÍNTOMAS DE COVID-19

- Si te encuentras mal mientras estás en la Facultad, con fiebre, tos, dolor de cabeza, etc., tienes que contactar de manera inmediata con tu centro de salud. Adicionalmente, comunica tu situación al correo electrónico covid@uv.es y con copia a covidfftic@uv.es
- En caso necesario, por ejemplo, síntomas graves que puedan evidenciar la consideración como posible caso de contagio, avisa al profesor o profesora que comunicará la situación y avisará al gabinete de salud de Blasco Ibáñez, donde se procederá al aislamiento voluntario hasta que recibas la asistencia necesaria de los servicios sanitarios. En caso de que el gabinete esté cerrado, el lugar de espera será una sala condicionada dentro de la Facultad. De manera inmediata, se telefonará a la autoridad sanitaria en el teléfono 900 300 555, al SPMA en el teléfono 96 339 50 17 y se avisará a la dirección de correo electrónico covid@uv.es. Recuerda que no te tienes que bajar la mascarilla y que hay que mantener las normas de higiene y distancia interpersonal en todo momento.