5 Reglas de Oro



1era regla



Lávese las manos frecuentemente

Después de: estornudar, toser, limpiar la nariz, utilizar o tirar un pañuelo, viajar en transporte público, una reunión, subir a un ascensor,
Antes y después de: ir al baño, comer.
Antes de: Preparar alimentos tocarme la cara



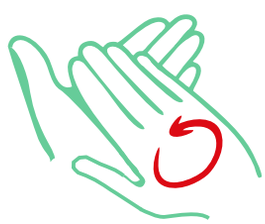
Cero accesorios
(Relojes o anillos)



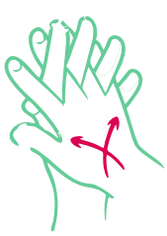
Humedecer
Bien las manos



Aplicar jabón
Mínimo una
tapita de botella



Frotar las manos
Palma con palma
y palma con dorso



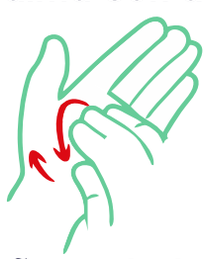
Frotar las manos
Espacios entre
los dedos



Hacer candado
Mano con mano
y muñeca



Frotar dedo pulgar
Dedo con palma
en cada mano



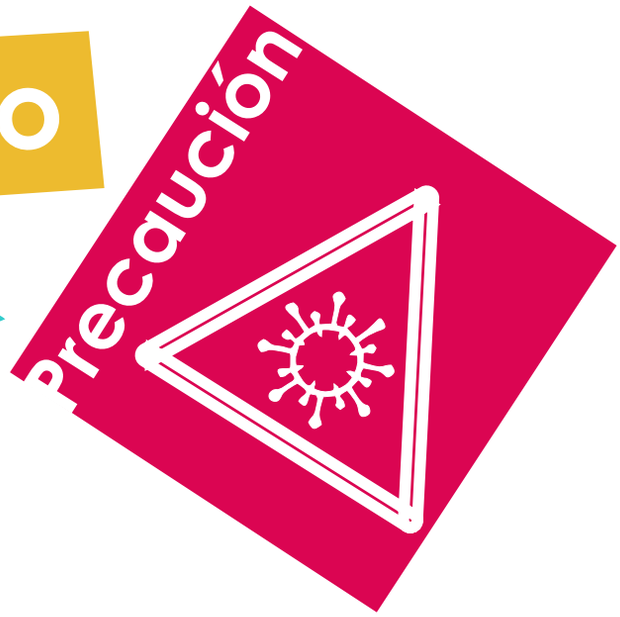
Uñas y dedos
Frotar en forma
circular con
las palmas de
cada mano



Enjuagar y secar
con una toalla desechable
Con la toalla cerrar el grifo

ITT
INGENIERÍA

5 Reglas de Oro



2da regla



Utilice el Código de Etiqueta Respiratoria

Tengo en cuenta las recomendaciones, que deben ser tomadas como normas, para protegerse de la infección contra el Coronavirus

Cambiar hábitos cómo método de precaución



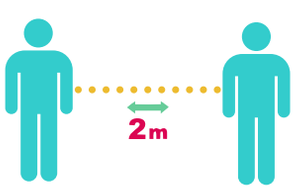
Si tose o estornuda,
hágalo
en la inflexión del codo,
no en las manos o en el aire



No se toque
la cara los ojos, la
nariz, o la boca



Evite Aglomeraciones
o espacios con
muchas personas



Respete el
distanciamiento
Social



Lávese las manos
correctamente
con agua y jabón



YO TE CUIDO, TÚ ME CUIDAS
en ITT actuamos con responsabilidad

ITT
INGENIERÍA

5 Reglas de Oro

3era regla





Antes de salir y después de llegar a casa

Esté atento a las medidas de prevención que anuncien en las noticias y a los cambios que puedan presentarse

Prepárese para Salir



Recójase el pelo, no lleve relojes, pulseras, ó aretes



Cúbrase al salir, pongase una chaqueta de manga larga



Siempre utilice Mascarilla Póngasela correctamente



Separe sus objetos personales de sus objetos de trabajo



Destine unos zapatos para salir a la calle otros para la casa y la oficina

Al llegar a casa



Quítese los zapatos



Desinfecte sus objetos personales



Limpie los objetos que traiga a casa



Cámbiese de ropa guardela en una bolsa o pongala al aire libre



Guarde en un sitio externo los objetos que utilizará nuevamente al salir



YO TE CUIDO, TÚ ME CUIDAS
en ITT actuamos con responsabilidad

ITT
INGENIERÍA

5 Reglas de Oro



4ta regla



En el transporte

Me mantengo atento a las recomendaciones que encuentre en la ruta.
Sigo atentamente las medidas se prevención y de seguridad.



Utilice medios de transporte alternativos



Mantenga el tapabocas puesto en todo momento



Si manipula billetes y monedas, intente llevar el dinero exacto, así evita contactos adicionales



Mantengase alejado de la gente recuerde el distanciamiento social.



No se toque la cara los ojos, la nariz, o la boca

Durante el viaje NO entre en contacto con superficies innecesarias



YO TE CUIDO, TÚ ME CUIDAS
en ITT actuamos con responsabilidad

ITT
INGENIERÍA

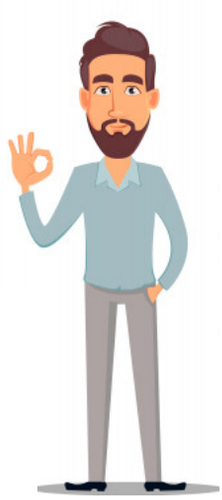
5 Reglas de Oro



5ta regla



Actuar con responsabilidad



1. Sea responsable de su salud, su integridad y seguridad

2. Siempre lleve consigo identificación, cédula, carnet, carta de autorización de desplazamiento y carta de solicitud de Servicio al Cliente.

3. Llevar EPPS durante los desplazamientos, para el servicio y ropa de cambio para usar al realizar la actividad: tapabocas, gafas, casco, guantes. Utilizar su KIT COVID entregado por la empresa

6. Desinfectar su espacio de trabajo utilizando alcohol al 70% antes, durante y después del uso.

7. Es su responsabilidad informar cambios en su estado de salud, si tiene algún síntoma no dude en reportarlo a su jefe inmediato y al coordinador SIG.

ITT
INGENIERÍA

En caso que usted presente síntomas
comuníquese con la Coordinación SIG
Olga Janet, Marentez Cruz
+57 (1) 3 45 19 92 / 7 45 19 92
Móvil 312 431 4815

