



Recomanacions per a la tornada als centres de treball

Recomanacions per a empreses i persones treballadores sobre possibles actuacions vinculades al coronavirus

Recull de les recomanacions del Consell de Relacions Laborals de Catalunya

ACCIÓ

 Generalitat
de Catalunya

Connecta't a ACCIÓ
accio.gencat.cat

0. Introducció



I. Un pla de contingència per a cada empresa

El retorn a l'activitat empresarial requereix que **cada empresa elabori un pla de contingència o protocol general de seguretat i salut**, davant possibles situacions que puguin sorgir per l'efecte del coronavirus. **Aquest pla haurà de:**



Adaptar-se a les característiques de cada centre de treball.



Establir els requeriments necessaris per garantir la protecció dels treballadors i la ciutadania en general.



Identificar el risc d'exposició dels diferents llocs de treball i determinar quines son les mesures de protecció necessàries per minimitzar-lo.

Com a norma general, tant per part de les empreses com de treballadors i treballadores, **s'han de complir amb totes les disposicions, resolucions i indicacions dictaminades per les autoritat competents (sobretot les sanitàries i laborals).**

Cal tenir en compte que aquestes poden variar en funció de l'estat de la crisi provocada per la COVID-19 i afavorir el confinament domiciliari, tot potenciant, quan sigui possible, el teletreball i el treball a distància.

Cal tenir present que **el pla de contingències ha de:**

- Ser consensuat amb els representants dels treballadors¹.
- Ha de ser objecte de seguiment constant per l'empresa i la representació dels treballadors → per tant, podria ser convenient la constitució d'una comissió de seguiment del mateix en aquelles empreses en les quals existeixin delegats i delegades de prevenció o representació legal dels treballadors.

¹En el cas de manca de consens, cal utilitzar els mecanismes de informació, consulta i participació corresponents a la representació legal dels treballadors abans de la seva aplicació.

II. Mesures preventives i organitzatives i orientacions per planificar una tornada a la feina segura

Tot seguit es proporcionen una sèrie de recomanacions **de mesures preventives i organitzatives i orientacions per planificar una tornada a la feina segura.**



Nota: totes aquestes recomanacions han de ser preses en consideració tant per part de les empreses que reprenen l'activitat com per part d'aquelles que no l'hagin suspès en cas que no les tinguessin ja previstes.

1. Mesures prèvies a la represa de l'activitat



Cal **preveure i planificar com la situació actual pot afectar a l'empresa i al procés productiu**, per tal **d'identificar els processos essencials pel funcionament de l'empresa i determinar quin serà l'equip presencial mínim de treballadors i treballadores**.

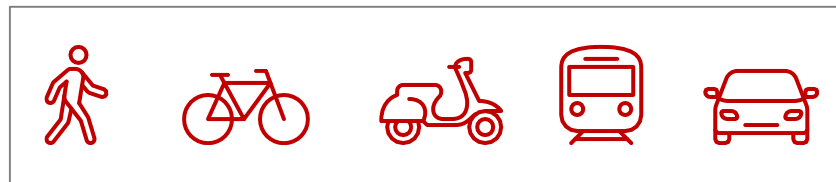
En primer lloc, **l'existència d'EPIS (mascaretes, guants, etc.) i/o mesures de protecció col·lectiva posades a disposició**, d'ús obligat en els centres de treball en aquelles activitats respecte de les que sigui necessari, **ha de ser condició prèvia per a la represa de l'activitat**.

En segon lloc, entre les mesures a considerar, mentre es mantinguin les recomanacions de les autoritats sanitàries de distanciament social, **s'inclouen:**

- 1 Establir i mantenir sistemes de teletreball i treball a distància, sempre que sigui possible.
- 2 Reiniciar l'activitat de manera gradual i reassignar tasques, d'acord amb els criteris de les autoritats sanitàries i de la modalitat organitzativa de l'empresa (servei de prevenció).
- 3 Prioritzar la incorporació al treball de les persones treballadores, d'acord amb els criteris de les autoritats sanitàries i de la modalitat organitzativa de l'empresa (servei de prevenció), considerant els factors de risc intrínsecs de la pròpia activitat i organització.
- 4 Identificar els serveis essencials o mínims i organitzar equips de treball separats per evitar una possible afectació del virus col·lectiva i així garantir la seva disponibilitat.
- 5 Garantir la seguretat i salut de les persones treballadores especialment sensibles enfront de la COVID-19, havent de reflectir-se aquest criteri en l'avaluació de riscos.
 - ✓ La seva incorporació ha d'estar vinculada a les indicacions del servei de prevenció i una vegada s'hagin adoptat les mesures preventives raonables.

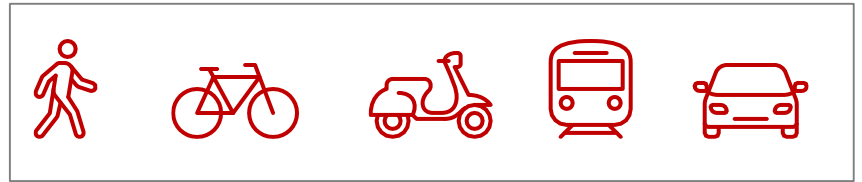
- 6 Garantir que el personal treballador conegui els protocols i els nous procediments i mesures a aplicar per tal d'evitar el risc de contagi (elaborar i distribuir material, realitzar formació a distància prèvia a la reincorporació, etc.).
- 7 Reduir el temps de permanència en el centre de treball al mínim possible.
- 8 Reduir el nombre de treballadors i treballadores presents de forma simultània, quan sigui necessari, per tal de garantir la distànciació entre els treballadors i treballadores.
- 9 Establir horaris i torns especials per reduir el nombre de persones treballadores presents al mateix temps.
- 10 Flexibilitzar els horaris.
- 11 Netejar i desinfectar adequadament els llocs de treball, especialment les zones comunes i les superfícies de treball compartides.
 - ✓ Les instal·lacions es netejaran com a mínim una vegada al dia i depenent del seu ús, per exemple a cada canvi de torn. Els menjadors, després de cada servei, els lavabos depenent de l'ús s'augmentarà la freqüència diària.
- 12 Analitzar la distribució i organització dels llocs de treball per garantir que es pot mantenir la distància de seguretat en totes les àrees d'ús comú.
- 13 Identificar les tasques en les que serà difícil respectar la distància de seguretat i buscar possibles solucions, com barreres físiques i elements de separació entre persones, modificar la forma d'executar la tasca (mecanitzar-la, utilitzant equips de treball que permetin separar els/les treballadors/es, etc.), o l'ús d'equips de protecció individual (en funció de l'avaluació de riscos).
- 14 La utilització d'equips de protecció respiratòria (EPI respiratori) i altres tipus de mascaretes quirúrgiques i/o higièniques s'incorporaran obligatòriament d'acord amb l'avaluació de riscos dels llocs de treball, indicacions del servei de prevenció o seguint les recomanacions de l'autoritat sanitària. El seu ús és recomanable en general als llocs de treball amb espais compartits (especialment superfícies de treball) o quan pugui ser més difícil el compliment estricte i permanent de les distàncies de seguretat mínimes establertes.

1.a) Mesures de mobilitat



- Flexibilitzar els horaris d'entrada i sortida per evitar les hores punta del transport públic.
- En cas d'utilitzar vehicle particular: cal viatjar en solitari, mantenint mesures higièniques abans d'accedir al vehicle i també en baixar (neteja de manetes, volant, palanca de canvi, neteja de mans, etc.).
 - ✓ Poden desplaçar-se dues persones en el mateix vehicle particular si desenvolupen l'activitat laboral al mateix centre de treball i sempre respectant la mesura d'un ocupant per filera de seients i situats a la distància màxima (en diagonal una de l'altra).
- Reduir el nombre de desplaçaments a través de mesures organitzatives i de flexibilitat que permetin reduir el nombre de dies que cal presència física al centre de treball.
- S'eliminaran o evitaran els viatges no essencials.
- Valorar per part de l'empresa facilitar un transport privat col·lectiu a les persones treballadores, sempre limitant l'ocupació a 1/3 i mantenint distància d'1,5 metres.
- Seguir les recomanacions de les autoritats en la matèria.

1.a.1) Recomanacions si s'utilitza transport públic (I)



Per tots els mitjans de difusió disponibles (megafonia, monitors, aplicacions, portals, xarxes socials...), **les autoritats de transport públic i els operadors insistiran en les següents recomanacions als usuaris:**

- Eviteu utilitzar el transport públic si us trobeu malament o pertanyeu a un grup de risc o si teniu algun símptoma compatible amb la malaltia.
- Si la vostra activitat us ho permet, treballeu i feu gestions a distància. Si us heu de desplaçar, eviteu les hores punta si us és possible.
- Preveieu un temps més llarg de l'habitual per a fer els desplaçaments en transport públic. Us podeu trobar amb limitacions d'accés i controls de seguretat.
- Porteu mascareta mentre utilitzeu el transport públic, tant dins dels vehicles com a les estacions, parades i passadissos.
- Procureu mantenir una distància de seguretat amb els altres usuaris del transport públic.
- Feu una cua ordenada i pacient en els passos d'entrada i de sortida d'estacions ferroviàries i de metro.
- A les parades d'autobús, feu una cua ordenada deixant l'espai de seguretat entre usuaris. Feu-la recta, sense ocupar tota la vorera.
- Deixeu espai a l'usuari que us precedeixi quan valideu.
- A les estacions, quan circuleu pels passadissos, feu-ho per la vostra dreta, deixant espai amb els usuaris que circulen en sentit contrari.
- A les escales mecàniques i a les cintes transportadores, mantingueu una sola fila, sense avançar els que estiguin davant.
- No ompliu els ascensors.
- Si esteu a una andana o una parada d'autobús, deixeu un espai ampli davant les portes i permeteu que els usuaris que surten ho puguin fer amb comoditat. Entreu sense aglomerar-vos: el conductor esperarà.

1.a.1) Recomanacions si s'utilitza transport públic (II)



- Mentre espereu a l'andana l'arribada del tren, el metro o el tramvia distribuïu-vos en tota la seva longitud per a mantenir la màxima separació amb la resta d'usuaris.
- A l'interior del tren, el metro o el tramvia, distribuïu-vos en tota la longitud del vehicle, mantenint la distància de seguretat amb d'altres usuaris. Procureu no seure davant d'una altra persona, no ocupeu el passadís entre seients per a facilitar els desplaçaments i deixeu lliure l'accés a les cabines dels/les maquinistes.
- En els serveis en autobús respecte la distància de seguretat, no seieu en els seients confrontats amb altres usuaris si estan ocupats i en la mesura possible seieu en fileres diferents a les d'altres usuaris. Si s'assoleix l'ocupació màxima, no hi pugueu i espereu el següent.
- Recordeu que els conductors i conductores dels autobusos no venen bitllets i que és convenient que tinguin la mínima interacció possible amb els usuaris.
- Quan sortiu del transport públic, renteu-vos bé les mans amb aigua i sabó o amb un gel hidroalcohòlic de seguida que pugueu.



Per a més informació: <http://territori.gencat.cat/ca/inici/index.html?page302842d3-47a9-11e8-941d-005056924a59=2&googleoff=1>

1.b) Mesures relacionades amb les zones comunes (I)



Les zones comunes dels centres de treball (accés, passadissos, ascensors, vestuaris, lavabos, zones de descans, menjador) **requereixen una atenció especial per evitar el risc de contagi**, per la major probabilitat d'entrar en contacte amb superfícies i objectes contaminats i de contacte directe entre persones.

Entre les mesures a adoptar s'inclouen, quan s'escaigui:

- Establir zones d'entrada i sortida diferenciades per evitar l'aglomeració de personal i garantir les distàncies de seguretat.
- Establir entrades per torns i flexibilitzat d'horaris.
- Evitar sistemes de fitxatge que impliquin el sistema dactilar.
- Garantir la ventilació adequada dels locals, natural o general forçada.
- Facilitar els accessos als espais, si pot ser amb sistemes mecànics o deixant quan sigui possible les portes obertes, de forma que s'utilitzin les manetes el mínim possible.
- Fomentar l'ús de les escales en lloc de l'ascensor.
- Preveure llocs separats on deixar la roba de treball i la de carrer.
- Preveure llocs on netejar-se les mans amb aigua i sabó o amb solució hidroalcohòlica.
- Disposar cubells amb tapa d'accionament amb pedal com a paperera per llençar tovalloles i/o mocadors d'un sol ús.
- Netejar les superfícies freqüentment amb aigua i lleixiu.
- Establir zones de descans preveient un aforament màxim que permeti mantenir una distància interpersonal superior a 1,5m.
- Limitar l'ús del menjador sempre que sigui possible, limitant la manipulació i consum d'aliments al centre de treball.

1.b) Mesures relacionades amb les zones comunes (II)



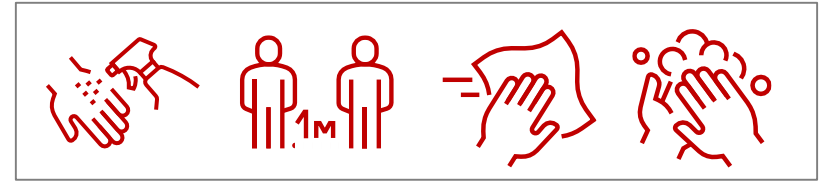
- Preveure un ús esglaonat de zones comuns.
- Els estris del menjador, si són reutilitzables, s'han de rentar amb aigua calenta i sabó.
- Establir sistemes per recordar la necessitat de mantenir la distància de seguretat.
- Incrementar la freqüència de desinfecció del terra i de les superfícies amb major contacte amb les mans.
- Utilitzar rètols informatius amb els consells de higiene i prevenció.

1.c) Mesures relacionades amb les zones de treball



- Garantir la ventilació adequada dels locals, natural o general forçada.
- Reduir la possibilitat de contacte interpersonal (acotar i senyalitzar espais, barreres de separació físiques, redistribució i separació de taules i mobiliari, etc.), garantint una separació superior a 1,5m, inclús en les vies de circulació interiors.
- L'ús d'eines, equips de treball, material d'oficina, telèfons, etc. serà preferiblement individual. En cas contrari caldrà descontaminar-los després de cada ús.
- Evitar, sempre que sigui possible, traslladar material o equips fora d'un àrea concreta.
- Quan sigui possible s'establirà una zona de recepció i una zona d'expedició de material separades.
- Prohibir les visites externes no relacionades amb la feina.
- Evitar les reunions presencials, afavorint les videoconferències o altres sistemes no presencials.
- Si la valoració del risc per infecció per SARS-CoV2 indica la necessitat d'utilitzar equips de protecció individual front el risc de contagi per coronavirus, caldrà garantir la seva distribució i que els treballadors i treballadores estan correctament formats i informats sobre el seu ús.
- En locals amb accés al públic s'adoptaran mesures per garantir la distància de seguretat o instal·lar elements de separació tant entre les persones treballadores així com entre la clientela.
- En cas que no sigui possible la distància de seguretat, proporcionar als treballadors les mascaretes higièniques necessàries per evitar els contagis.

1.d) Mesures higièniques, de neteja i desinfecció



Caldrà **mantenir les mesures i hàbits higiènics generals per evitar la dispersió i el contagi pel coronavirus:**

- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús i tirar-lo tot seguit a un cubell amb tapa d'accionament amb pedal o amb la cara interna del colze en el moment d'estossegar o esternudar i rentar-se les mans de seguida.
- Garantir la disponibilitat i fàcil accés a aigua i sabó i/o solucions desinfectants per a la neteja de mans, distribuïdes per l'empresa.
- Rentar-se les mans amb aigua i sabó de forma freqüent i sempre abans d'accedir i abandonar el lloc de treball .
- Extrepar la higiene personal a lavabos i dutxes.

A més a més, es recomana realitzar una neteja i desinfecció dels espais de treball de forma periòdica, especialment de les superfícies que es toquen amb les mans com manetes, polsadors, teclats, taules, mostradors, eines, passamans en escales, etc. així com de les zones comuns.

Aquesta periodicitat de neteja s'hauria d'intensificar en espais on hi accedeixin persones externes a l'empresa, zones de recepció de materials....

Sempre que sigui possible, les taules, materials i superfícies de treball hauran de ser de fàcil neteja i desinfecció.

1.e) Coordinació empresarial



Totes les mesures adoptades per evitar el contagi del coronavirus s'hauran de fer extensives a altres treballadors i treballadores que accedeixin al centre de treball (proveïdors, subcontractistes, empreses d'obres o serveis o treballadors autònoms) i de la mateixa manera, caldrà garantir que els treballadors propis quedin protegits quan es desplacin a realitzar la seva feina en altres centres de treball d'altres empreses o clients.

2. Possibles actuacions en l'àmbit de les relacions laborals



2.a) Mesures organitzatives (I)



Recomanació genèrica d'ús de les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) → es recomana prioritzar l'ús intensiu de les TIC a les empreses com a alternativa per a la realització del treball, les reunions presencials, els desplaçaments i els viatges.

- ✓ Les TIC propicien l'adaptació organitzativa i substitueixen la ubicació física al centre de treball per mitjà del treball remot (utilitzant les eines bàsiques associades al lloc de treball, com ara el correu electrònic, el telèfon o la connexió remota a la mateixa estació de treball), de manera que minimitzen el risc.
- ✓ La recomanació d'utilització de les TIC, contraposada a una cessació temporal o reducció de l'activitat, si això és tècnica i raonablement possible i si l'esforç d'adaptació necessari resulta proporcionat, respon a l'objectiu prioritari de garantir que l'activitat empresarial i les relacions de treball es reprenguin amb normalitat després de la situació d'excepcionalitat sanitària.



Teletreball (e-treball) i treball a distància (flexibilitat locativa) → és recomanable vehicular mesures de flexibilitat, com ara el teletreball, en els casos en què sigui possible i ho permeti l'activitat o sector, així com el treball a distància per la seva capacitat potencial de reduir la probabilitat d'exposició i contagi per la COVID-19.

- ✓ El treball a distància es prioritari, enfront del cessament temporal o a la reducció de l'activitat.
- ✓ El règim de prestació de serveis en la modalitat de teletreball és voluntari.

2.a) Mesures organitzatives (II)

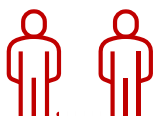
Actualment, no existeix una normativa específica sobre teletreball i treball a distància, més enllà de les indicacions recollides en l'article 13 de l'Estatut dels Treballadors, i les previsions del Reial decret llei 8/2020, de 17 de març, de mesures urgents extraordinàries per a fer front a l'impacte econòmic i social del COVID-19.

Tot i així, l'Acord Marc Europeu sobre el Teletreball (AET) és una referència reguladora, útil i equilibrada per a les relacions derivades d'aquesta nova forma de gestió de l'activitat empresarial. Així mateix l'AIC al seu capítol XV estableix recomanacions envers al teletreball.



Per a més informació veure:

- Recomanacions per a la negociació col·lectiva en matèria de gestió del temps de les persones treballadores
- https://treball.gencat.cat/ca/consell_relacions_laborals/recursos/publicacions/#bloc19
- L'Acord interprofessional de Catalunya 2018-2020:
- <https://www.ccoo.cat/noticia/218936/acord-interprofessional-de-catalunya-2018-2020#.XpXDA3Lgrac>.
- L'Acord marc europeu sobre el teletreball <https://criteris-sindicals-nc.ccoo.cat/wp-content/uploads/2017/08/Acord-Marc-Europeu-Teletreball.pdf>.



Altres mesures de flexibilitat interna → quan la prestació del servei sigui imprescindible de forma presencial, cal organitzar el treball de manera que es redueixi el nombre de persones treballadores exposades, establint regles per a evitar i reduir la freqüència i el tipus de contacte de persona a persona, com per exemple règims de torns o la fixació d'horaris especials.

3. Fonts d'informació per a les empreses i les persones treballadores



Departament de Salut

- <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/>
- Preguntes i respostes sobre el nou coronavirus 2019-nCoV: <http://salutpublica.gencat.cat/ca/detalls/Article/Nou-Coronavirus-2019-nCoV>

Informació per a professionals o col·lectius específics :

- <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/material-professionals/>
- Procediment d'actuació enfront de casos d'infecció pel nou coronavirus SARS-CoV-2:
https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/procediment-actuacio-coronavirus.pdf

Departament de Treball, Afers Socials i Famílies

https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral/riscos_i_condicions_treball/mesures_per_risc/risc-biologic/

- Per què és important rentar-se les mans

https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral/riscos_i_condicions_treball/mesures_per_risc/risc-biologic/ci/mans/perque/

- Com rentar-se les mans:

https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral/riscos_i_condicions_treball/mesures_per_risc/risc-biologic/ci/mans/consells_treballadors/#bloc1

- Resolució TSF/759/2020, de 22 de març, per la qual es concreten les mesures de distància entre treballadors i treballadores i amb les persones usuàries amb les quals interactuen en els centres de treball

<https://portaldogc.gencat.cat/utillsEADOP/PDF/8092/1790621.pdf>

Departament d'Interior

- PLA D'ACTUACIÓ DEL PROCICAT PER emergències associades a malalties transmissibles emergents amb potencial alt risc

http://interior.gencat.cat/web/.content/home/030_arees_dactuacio/proteccio_civil/plans_de_proteccio_civil/plans_de_proteccio_civil_a_catalunya/documents/Procicat_malalties_emergents.pdf

- Preguntes sobre restriccions d'activitats

http://interior.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/proteccio_civil/consells_autoproteccio_emergencia/malalties-transmissibles-emergents-amb-potencial-alt-risc-/preguntes_sobre_restriccions/



ACCIÓ

Passeig de Gràcia, 129
08008 Barcelona
www.accio.gencat.cat
www.catalonia.com
[@accio_cat](#)
[@catalonia_ti](#)

ACCIÓ



Generalitat
de Catalunya

Connecta't a ACCIÓ
accio.gencat.cat