



# Cuídate, cuídanos

Ya sabes que seguimos en una delicada situación sanitaria. **UNATE**, La Universidad Permanente, ha actualizado su Protocolo de Prevención ante el Covid-19, de acuerdo con las autoridades de Salud Pública. Además, en este curso, formamos parte del Comité de Universidades que coordina las acciones contra el Covid en todos los campus y centros de la región.

Puedes consultar el protocolo completo en este enlace:  
[www.unate.es/protocolo-covid-19/](http://www.unate.es/protocolo-covid-19/)

Te recordamos algunas de las cosas que debes tener en cuenta para participar en las actividades de **UNATE** de la forma más segura posible:

- Es obligatorio el uso de mascarilla tapando boca y nariz en todas las sedes y centros de **UNATE**. Si necesitas una o requieres cambiarla, pide una a cualquier miembro del equipo.
- Trata de llegar solo 5 minutos antes de tu actividad para evitar corrillos o grupos en pasillos y zonas comunes.
- No está permitido permanecer en las instalaciones después de asistir a las actividades. Al salir de clase, evita provocar aglomeraciones.
- El uso de hidrogel es obligatorio al entrar a las sedes y centros. Se recomienda utilizarlo al salir o lavarse las manos de forma adecuada.

- La toma de temperatura será voluntaria en este curso para los usuarios en general, pero recuerda pedir que te la tomen si sientes el más leve síntoma (dolor de cabeza, tos...)
- La ventilación cruzada sigue siendo una medida básica, así que, a pesar de las temperaturas bajas, estaremos obligados a mantener ventanas y puertas abiertas durante las clases. Entre clase y clase se ventilará especialmente.
- Recuerda, en el aseo, una persona a la vez.
- Los vestuarios siguen estando limitados a casos excepcionales. De ser necesario, se informará al equipo de **UNATE** y se seguirán las indicaciones recogidas en el protocolo.
- En aquellas actividades que requieren de material (arte o salud y bienestar), se utilizará el propio y se deberá hacer un uso individual del mismo evitando el intercambio con otras personas.
- Se solicita traer y llevar cada día el material de uso personal (esterillas, pinceles, etc...). De no ser posible, deberá quedar en la sede dentro de una bolsa o mochila cerrada y con el nombre de la persona claramente identificado en el exterior.
- En ningún caso está permitido el intercambio de toallas o recipientes de bebida durante la actividad siendo de uso privativo y exclusivo de cada persona.

**¡Recuerda!: si tienes cualquier síntoma compatible con el virus (fiebre, tos, expectoración, malestar general...), quédate en casa y llama a tu Centro de Salud, al teléfono Covid (942 20 40 80) o a emergencias (061). Si sientes los síntomas estando en un centro UNATE comunícale a la persona del equipo más cercana y ella pondrá en marcha el protocolo de atención de casos sospechosos.**

**Al inicio del curso, deberás firmar una Declaración Responsable de conocimiento y aceptación de las medidas de prevención e higiénico-sanitarias establecidas en el Procolo.**

**AGRADECEMOS TU COMPROMISO, ATENCIÓN Y AYUDA.**

**¡CUIDÁNDOTE A TI NOS CUIDAMOS TODOS Y TODAS!**



**Si tienes dudas o requieres de información adicional, llama al 942 22 89 22 o escribe a [unate@unate.es](mailto:unate@unate.es)**