



CARTILHA DO VISITANTE

PROTOCOLO DE SAÚDE E
SEGURANÇA NA CPTM



| Secretaria dos Transportes Metropolitanos

PALAVRAS DO PRESIDENTE

Caro(a) visitante,

Espero que você esteja bem!

O Estado de São Paulo iniciou o plano de retomada das ações diante da pandemia. **A CPTM nunca parou**, principalmente nossa operação, que garantiu o atendimento para todos aqueles que não podiam ficar em isolamento. A colaboração, a integração e apoio de cada ferroviário mostrou que realmente somos uma **família**.

Pensando na retomada das atividades que estavam sendo realizadas remotamente, temos um plano para o retorno garantindo a normalização sem esquecermos da saúde e da segurança de cada ferroviário.

As medidas aqui descritas garantem a nossa segurança e a sua também. Queremos que você volte sempre

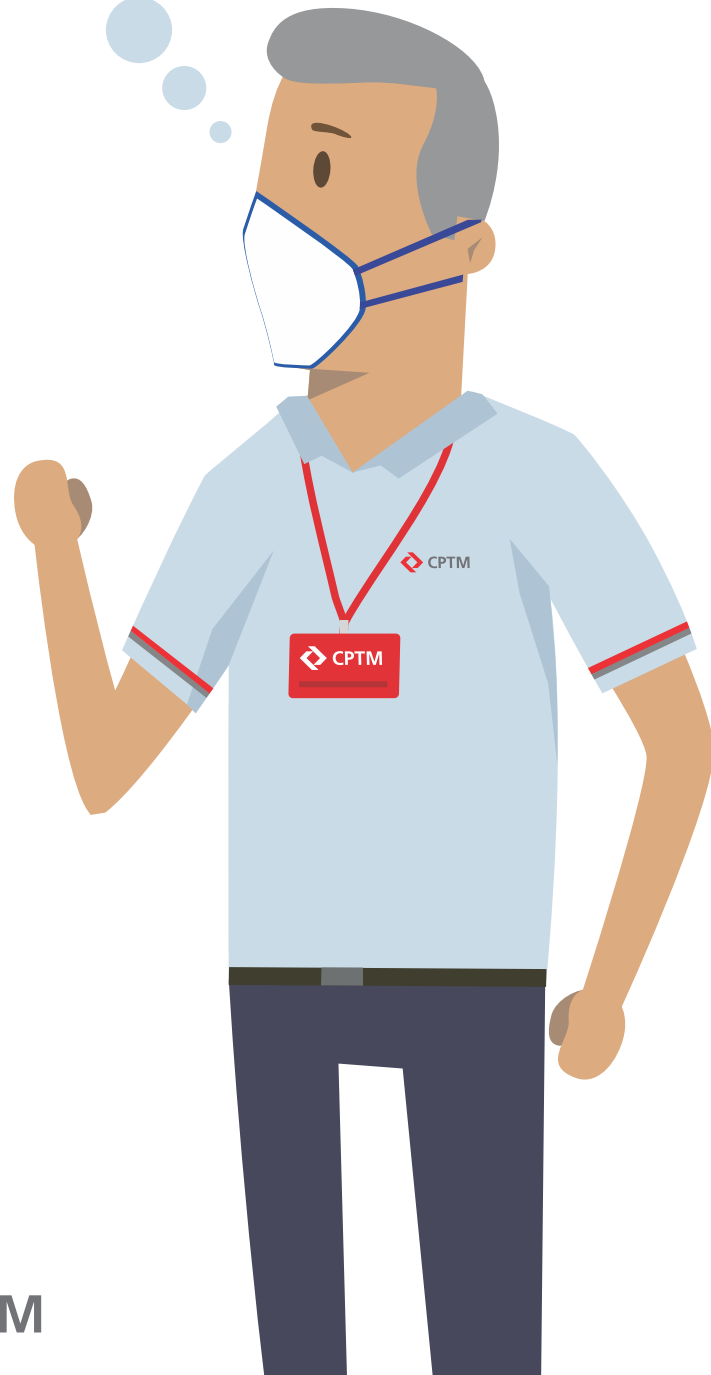
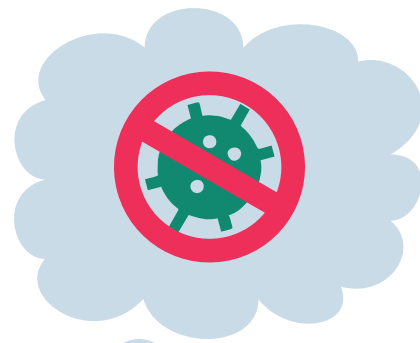
Pedro Tegon Moro

Diretor Presidente da CPTM



JORNADA DO VISITANTE

Para quem vai se deslocar pelas dependências da CPTM, seja para fazer uma reunião ou alguma outra atividade junto dos nossos colaboradores, montamos uma Jornada do Visitante, com os **protocolos** a serem seguidos de modo a evitar a propagação da COVID-19.



ORIENTAÇÕES GERAIS



1. USE MÁSCARA O TEMPO TODO E EM TODOS OS AMBIENTES DA CPTM



2. GARANTA SUAS MÁSCARAS RESERVAS PARA AS TROCAS EVENTUAIS



A temperatura será medida na chegada do visitante e, em caso de febre (**igual ou superior a 37,8**), esse não poderá adentrar no ambiente. Nesse caso, informe o colaborador da CPTM que estava lhe aguardando e procure atendimento médico.



3. HIGIENIZE MÃOS E SEUS OBJETOS REGULARMENTE COM ÁGUA E SABÃO OU ÁLCOOL EM GEL



4. EVITE APOIAR OU ENCOSTAR EM PAREDES, OBJETOS, SUPERFÍCIES ETC



5. FIQUE ATENTO ÀS DEMARCAÇÕES E LIMITES DE PESSOAS EM CADA ESPAÇO



6. TODAS AS MEDIDAS DESTA CARTILHA TAMBÉM ESTÃO SENDO SEGUIDAS À RISCA PELOS COLABORADORES DA CPTM

ORIENTAÇÕES GERAIS



É ESSENCIAL TRATAR AS SUAS MÃOS COMO SUJAS E FÁCEIS DE SEREM CONTAMINADAS O TEMPO TODO

Lave as mãos constantemente

Evite tocar o rosto, mesmo quando estiver utilizando luvas

Faça uso do álcool em gel

EM TODOS OS MOMENTOS, MANTENHA PELO MENOS 1,5 METRO DE DISTÂNCIA DE OUTRAS PESSOAS:

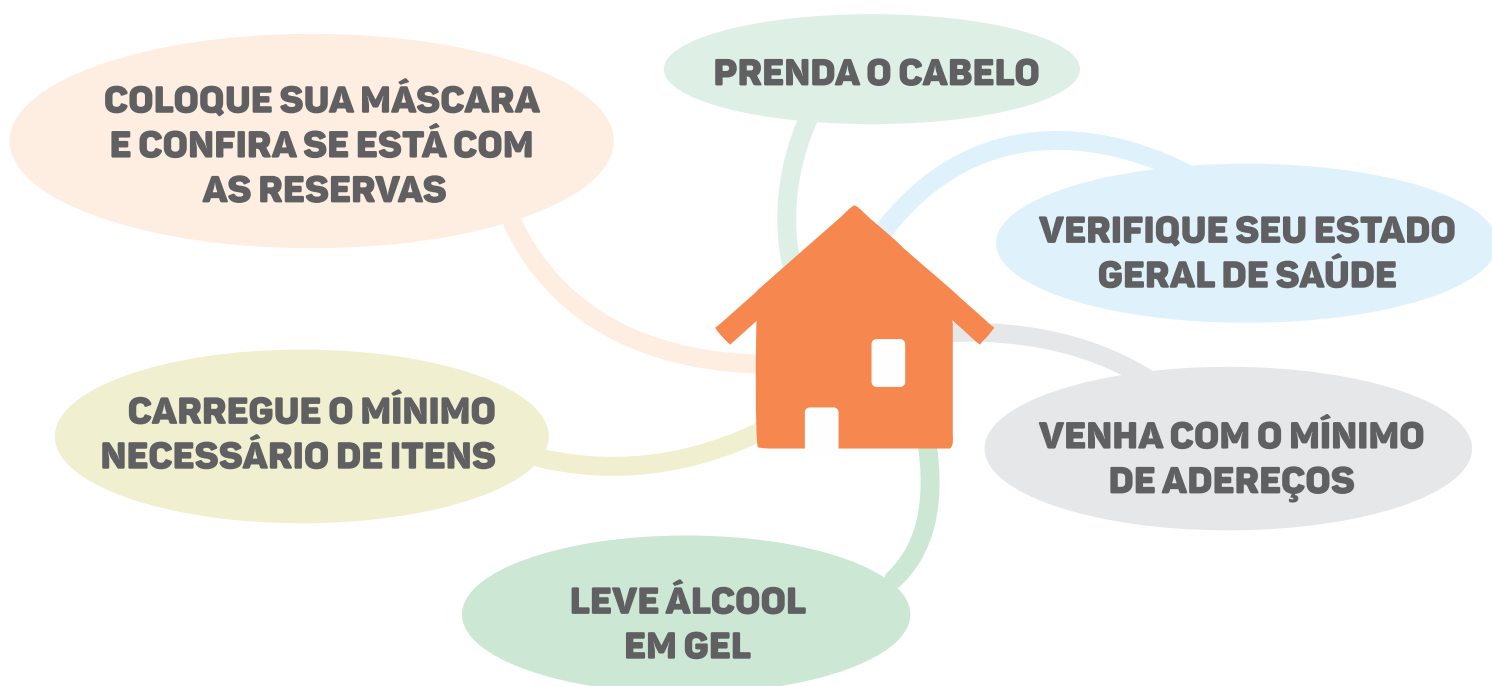
Recepções e Catracas;
Áreas de uso comum;
Banheiros;
Corredores;
Áreas de espera;
Entre outras.



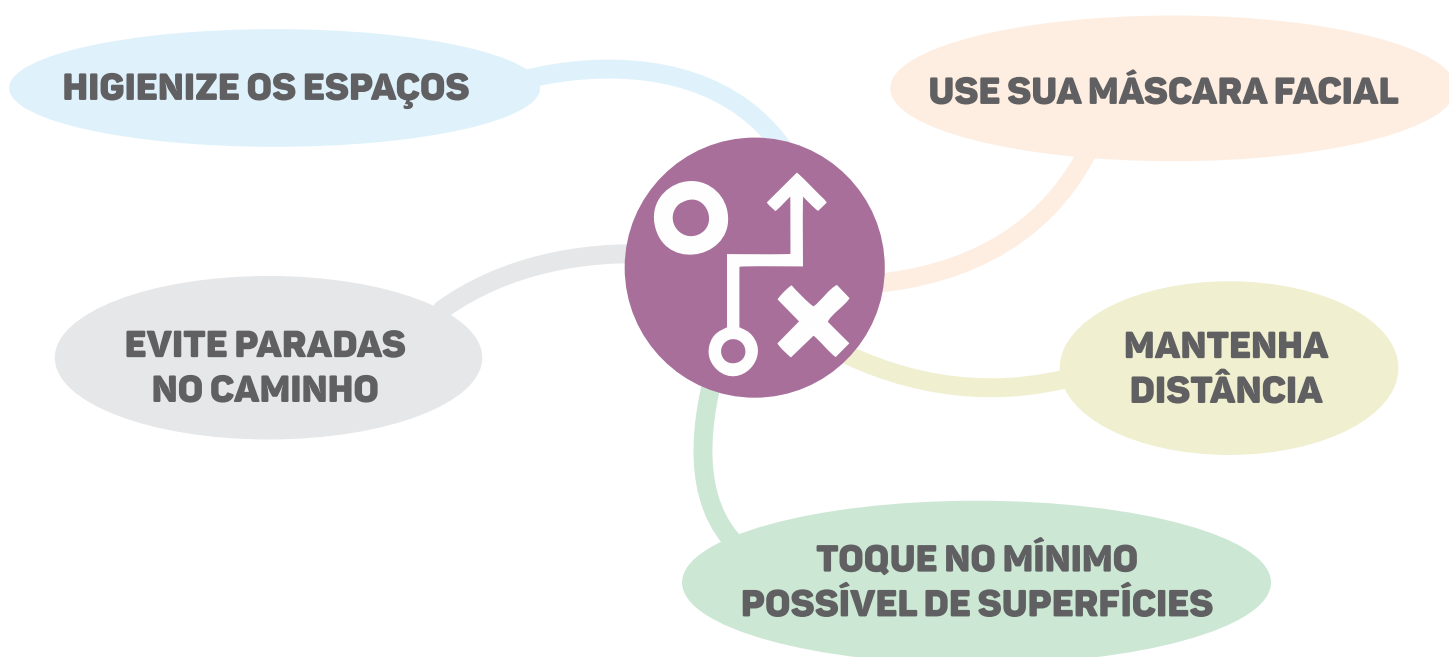
LEMBRETE

HIGIENIZE BOLSAS, CELULARES E OUTROS ITENS QUE POSSAM EVENTUALMENTE TER CONTATO COM ALGUMA SUPERFÍCIE

ANTES DE SAIR DE CASA



NO TRAJETO



CHEGANDO À CPTM

HIGIENIZE SUAS MÃOS

EVITE ENCOSTAR
NOS BLOQUEIOS

NÃO CUMPRIMENTE COM
BEIJOS, ABRAÇOS OU
APERTOS DE MÃO

A TEMPERATURA SERÁ
MEDIDA LOGO NA
ENTRADA

EM CASO DE FEBRE,
PROCURE
ATENDIMENTO MÉDICO



ATENÇÃO!
NÃO ESTÁ AUTORIZADA A ENTRADA DE PESSOAS QUE:

Estejam com COVID-19

Estejam com sintomas

Febre acima de 37,8°
Dificuldade para respirar
Tosse contínua
Perda de olfato ou e/ou paladar

ELEVADORES



**RESPEITE O
LIMITE DE
PESSOAS NO
ELEVADOR**

**POSICIONE-SE
EM FILA**

1,5m

**RESPEITE O
DISTANCIAMENTO
SEGURO DE 1,5M**

ESCADAS

**SEMPRE UTILIZE
MÁSCARAS**



**AO USAR O CORRIMÃO,
LEMBRE-SE DE HIGIENIZAR
AS MÃOS**

EVITE CONVERSAS NESSES AMBIENTES



NO CAFEZINHO...

**SE DESEJAR TOMAR CAFÉ, EVITE AGLOMERAÇÕES
PRÓXIMO À MÁQUINA**

OUVIDORIA E SIC

OS PROCEDIMENTOS DE CONCESSÃO DE VISTAS A PROCESSOS E DOCUMENTOS SOLICITADOS VIA SIC TAMBÉM DEVERÃO OBEDECER AOS PROTOCOLOS DE SEGURANÇA DESTA CARTILHA.

APENAS UMA PESSOA PODERÁ DAR VISTAS AO PROCESSO. SE VIER COM ACOMPANHANTE, ESTE DEVERÁ AGUARDAR DO LADO EXTERNO DO PRÉDIO.



CONFIRA A DATA LIMITE PARA A CONFIRMAÇÃO DE PRESENÇA E ENCAMINHE OS DADOS PESSOAIS (NOME E RG) DA PESSOA QUE DARÁ VISTAS AOS DOCUMENTOS

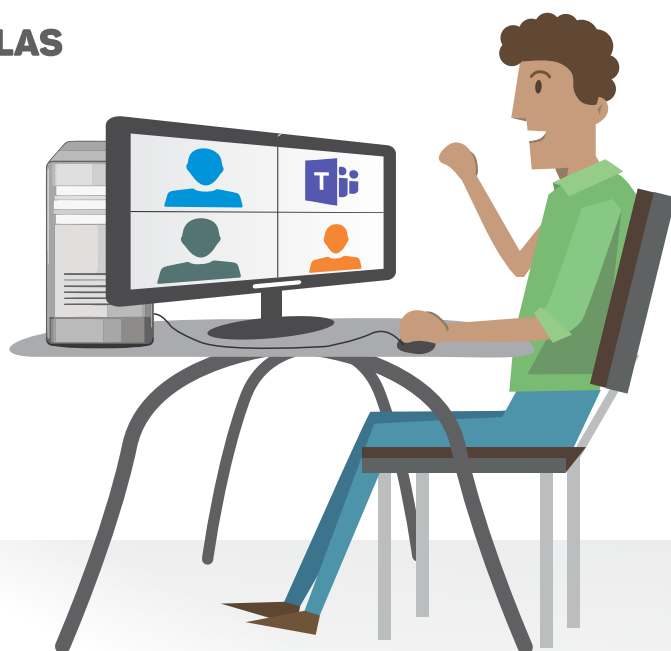
ANTES E DEPOIS DA CONSULTA E MANUSEIO DE DOCUMENTOS, HIGIENIZE SUAS MÃOS COM ÂLCOOL EM GEL

REUNIÕES

SEMPRE QUE POSSÍVEL, EVITE REUNIÕES PRESENCIAIS. PREFIRA REUNIÕES VIA APLICATIVOS DE VIDEOCONFERÊNCIA, PELO COMPUTADOR OU PELO CELULAR

CASO TENHA A NECESSIDADE DE REALIZÁ-LAS PRESENCIALMENTE, CERTIFIQUE-SE DE MANTER DISTÂNCIA MÍNIMA DE 1,5M ENTRE OS PARTICIPANTES

EVITE COMPARTILHAR OBJETOS. NA IMPOSSIBILIDADE, LEMBRE-SE DE HIGIENIZAR ANTES E APÓS O USO



BANHEIROS

MANTENHA A ATENÇÃO REDOBRADA EM RELAÇÃO À HIGIENE

RESPEITE O LIMITE DE LOTAÇÃO MÁXIMA DEFINIDO EM CADA AMBIENTE

HIGIENIZE AS MÃOS ANTES E DEPOIS DO USO

A LIMPEZA FOI INTENSIFICADA NESSES LOCAIS



CHEGANDO EM CASA



**NÃO TOQUE EM NADA E
FAÇA O RITUAL DE
HIGIENIZAÇÃO ANTES
DE CUMPRIMENTAR
SUA FAMÍLIA**

**LIMPE SEUS PERTENCES:
ÓCULOS, CHAVES,
BOLSAS, CARTEIRAS,
CELULARES ETC**



**TIRE OS SAPATOS NA
ENTRADA E, SE POSSÍVEL,
PASSE UM PANO COM ÁGUA
SANITÁRIA NAS
SOLAS**

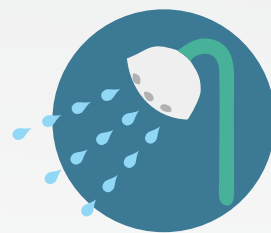
**INTENSIFIQUE A HIGIENIZAÇÃO
DA CASA SE VOCÊ CONVIVE
COM PESSOAS DO GRUPO
DE RISCO**



**TIRE A ROUPA QUE UTILIZOU
E COLOQUE-A PARA LAVAR**

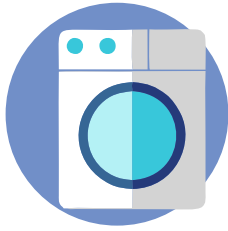


**DEIXE UMA CAIXINHA
PRÓXIMO À ENTRADA PARA
COLOCAR OS OBJETOS QUE
VIERAM DA RUA**



**PREFERENCIALMENTE,
AO CHEGAR EM CASA, VÃ
DIRETO PARA O CHUVEIRO
TOMAR UM BANHO**

POR FIM



**LAVE AS ROUPAS DE CAMA
E DE BANHO COM MAIS
FREQUÊNCIA**



**CASO LEVE SEU PET PARA
PASSEAR, FAÇA O RITUAL
DE HIGIENE AO CHEGAR E
LIMPE AS PATINHAS DELE**



**MANTENHA A SAÚDE DA SUA FAMÍLIA!
BEBE ÁGUA REGULARMENTE, REALIZE UMA ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL E PRATIQUE EXERCÍCIOS FÍSICOS**

VÍDEOS



COMO USAR MÁSCARAS?



COMO LAVAR AS MÃOS CORRETAMENTE?

