

Workplace Training Guidance – Coronavirus COVID-19

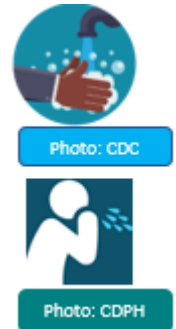
COVID-19 Training

How is the coronavirus (COVID-19) disease spread?

- Mainly from person-to-person through respiratory droplets produced with an infected person coughs, sneezes or talks. These droplets can land in mouth or nose of people who are nearby or possibly inhaled into the lungs
- By touching a surface or object that has the virus on it and then touching your own mouth, nose or possibly eyes

Protection against the COVID-19:

- Maintain social distancing of about 6 feet from people
- Clean and wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds, dry your hands with single-use towels and place used towels in trash.
 - Wash hands when you arrive at work and before you go home
 - Wash hands before and after eating or using the toilet
 - Wash hands after blowing nose or sneezing
- If soap and water are not readily available, use a hand sanitizer and cover all surfaces of your hands and rub them together until they feel dry
- Avoid touching your eyes, nose and mouth with unwashed hands
- Cover coughs and sneezes with tissue or use the inside of your elbow
- Throw used tissues into the trash
- Immediately wash your hands with soap and water for at least 20 seconds - if soap and water are not readily available, use a hand sanitizer and cover all surfaces of your hands and rub them together until they feel dry



It's important to clean and disinfect our workplace:

- By cleaning and disinfecting frequently touched surfaces, this includes work tables, door knobs/handles, light switches, countertops, phones, toilet, shared equipment such as forklifts, seatbelts, hand and power tools, etc. with EPA-registered household disinfectants to help prevent the spread of the COVID-19.

Prevent the Spread of COVID-19 at the Workplace:

- Stay home if you have a frequent cough, fever or difficulty breathing, or if you live or had close contact with someone who has been diagnosed with COVID-19 – notify your supervisor
- Practice safe physical distancing by maintaining a distance of at least 6 feet from other people. Other safe distancing we may practice:
 - Adjust line speed, work practices and work stations
 - Staggering break and lunch times
 - Limiting crew size

To protect workers and prevent exposure to the virus, it is everyone's responsibility to practice safe procedures.

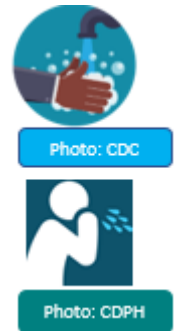
Formación COVID-19

¿Cómo se propaga la enfermedad del coronavirus (COVID-19)?

- Principalmente de persona a persona a través de gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. Estas gotas pueden aterrizar en la boca o nariz de personas que están cerca o posiblemente inhaladas en los pulmones
- Al tocar una superficie u objeto que tiene el virus en él y luego tocar su propia boca, nariz o posiblemente ojos

Protección contra el COVID-19:

- Mantener el distanciamiento social de unos 6 pies de las personas
- Límpiense y lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, séquese las manos con toallas de un solo uso y coloque las toallas usadas en la basura.
 - Lávese las manos cuando llegue al trabajo y antes de irse a casa
 - Lávese las manos antes y después de comer o ir al baño
 - Lávese las manos después de soplar la nariz o estornudar
- Si el jabón y el agua no están disponibles fácilmente, use un desinfectante de manos y cubra todas las superficies de las manos y frote las juntas hasta que se sientan secas
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar
- Cubre la tos y los estornudos con tejido o usa el interior del codo
- Tirar los tejidos usados a la basura
- Lávese inmediatamente las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos: si el jabón y el agua no están disponibles fácilmente, use un desinfectante de manos y cúbralas todas las superficies de las manos y frote las juntas hasta que se sientan secas



Es importante limpiar y desinfectar nuestro lugar de trabajo:

- Mediante la limpieza y desinfección de superficies frecuentemente tocadas, esto incluye mesas de trabajo, perillas/manijas de puertas, interruptores de luz, encimeras, teléfonos, inodoros, equipos compartidos como carretillas elevadoras, cinturones de seguridad, herramientas manuales y eléctricas, etc. con desinfectantes domésticos registrados por la EPA para ayudar a prevenir la propagación del COVID-19.

Evitar la propagación de COVID-19 en el lugar de trabajo:

- Quédese en casa si tiene tos frecuente, fiebre o dificultad para respirar, o si vive o tuvo contacto cercano con alguien que ha sido diagnosticado con COVID-19 – notifique a su supervisor
- Practique el distanciamiento físico seguro manteniendo una distancia de al menos 6 pies de otras personas.
Otros distanciamientos seguros que podemos practicar:
 - Ajustar la velocidad de la línea, las prácticas de trabajo y las estaciones de trabajo
 - Horas de descanso y almuerzo asombrosas
 - Limitar el tamaño de la tripulación

Para proteger a los trabajadores y prevenir la exposición al virus, es responsabilidad de todos practicar procedimientos seguros.