



Semanal del 13 al 17 de junio del 2022

CCOO te cuenta lo más destacado de la semana.

1. [PRL: Disfruta del Verano y Cuídate](#)
2. [¿Sabías que? Medio Ambiente y Responsabilidad Social Empresarial](#)
3. [Participa](#)
 - a. [III Plan de Igualdad](#)
4. [Prensa \(Vodafone Energía\)](#)
5. [Servicios a la Afiliación \(Vacaciones\)](#)



Si tienes alguna duda ponte en contacto con nosotros a través de nuestro buzón ([Seccion_Sindical_CCOO](#)) o hablando con tu delegada/o de **CCOO**.





Prevención Riesgos Laborales (PRL)


Disfruta del Verano y Cuídate




Con el verano llega el calor y las actividades al aire libre. Todos los años **CCOO PRL** recuerda cómo evitar peligros y prevenir los riesgos del calor y el Sol.

Los riesgos del calor y el sol son conocidos:


 Los cánceres de piel por exposición solar aumentan cada año,


 Los golpes de calor producen muertes todos los veranos. Esta es la consecuencia más grave pero tiene otras como que disminuye la capacidad de percepción, alteraciones cardiovasculares, pérdida de conocimiento, mareos, náuseas o vértigos..

 disconfort térmico produce sufrimiento y malestar, reduciendo tu capacidad de atención y concentración, irritabilidad


Todos ellos son problemas que debemos y podemos prevenir.


Nuestra realidad en verano es que **el Sol y las altas temperaturas son un peligro:**


 En verano el índice de UV suele estar por encima de 8 (index va de 1-11). Necesitamos protección extra.

 Son peligrosos tanto los rayos directos como los indirectos. La radiación UV-B se refleja en el agua en un 20%.

¿Cómo se defiende nuestro cuerpo de las altas temperaturas? Nuestro cuerpo intenta mantener la temperatura corporal constante eliminando calor:

 Sudando: si la humedad ambiental es baja, el sudor se evapora; si es alta seguiremos sudando y no se conseguirá el efecto enfriamiento. (Ej.: cuando estamos en la playa).

 Aumentando el flujo sanguíneo: facilitando la transferencia de calor desde el organismo al medio ambiente.

 Nos aclimatamos al calor, a las semanas de exposición lo soportamos mejor. Empezamos a sudar a temperaturas más bajas y aumenta la sudoración. Aumenta el volumen plasmático y se reduce la frecuencia cardíaca.

Sin embargo, si todo esto es insuficiente y el calor persiste se produce agotamiento, síncope, calambres, erupciones, golpe de calor.



MEDIDAS DE PREVENCIÓN BÁSICAS PARA EL CALOR Y LAS ALTAS TEMPERATURAS

Este año tenemos pero también tenemos

- 1 HIDRÁTATE**
Agua y bebidas isotónicas, no azucaradas ni con alcohol. No compartas envases.
- 2 EVITA COMIDAS PESADAS**
Evita picoteos de los platos de tus compañeros.
- 3 PROTEGE TU PIEL**
Utiliza cremas protectoras. Los melanomas acechan.
- 4 CUIDA TUS OJOS**
La exposición prolongada a radiación UV los daña.

Bebe agua con regularidad, aunque no tengas sed. Cuando estés expuesto al sol evita el consumo de bebidas alcohólicas, azucaradas, estimulantes.

Haz comidas ligeras. Reduce el consumo de alimentos grasos.

Evitar salir en las horas centrales del día.

Utiliza **sombrero y gafas de sol**, que hagan frente a las radiaciones solares UV-B y UV-A.

Utiliza crema fotoprotectora adecuada y reponla frecuentemente (cada 2 horas, después de ducha o baño). Recubre todo el cuerpo, no olvides zona de las orejas o cuero cabelludo en niños/as y calvicie. Aplica el producto con la piel seca. Si vas a usar repelente de insectos o maquillaje, aplica primero la protección solar.

Reduce el esfuerzo físico en las horas de calor. Si haces deporte hazlo en las horas más frescas del día.

Usa ropa con alto contenido en fibras naturales, como algodón. Y colores claros. Calzado cómodo y transpirable.

- 5 ROPA TRANSPIRABLE**
Preferiblemente tejidos con alto contenido en algodón y colores claros.
- 6 TRABAJOS PESADOS A 1ª HORA**
Buena época para instaurar la jornada continua.
- 7 HAZ DESCANSOS**
En zona sombreada. Eso sí, guarda la distancia social.
- 8 EVALUACIÓN**
Si falta el riesgo por altas temperaturas, reclama que se incluya en la evaluación.
- 9 FORMACIÓN**
Has de saber como evitar los riesgos por altas temperaturas. Exige formación.
- 10 PRIMEROS AUXILIOS**
Nociones y protocolo ante golpe de calor siempre accesible para consulta.

CCOO te desea, Buen y Saludable verano





¿Sabías qué?

El Grupo Vodafone España dispone de un “Sistema de Gestión Ambiental” (de acuerdo con la norma ISO 14001) y un “Sistema de Gestión energético” (de acuerdo con la norma ISO 50001) para reducir su impacto ambiental en el planeta, puedes revisarla en su informe integrado FY 2020-21, puedes leerlo en el apartado “6.4 Planeta”:

<https://www.vodafone.es/c/conocenos/es/vodafone-espana/empresa-sostenible/informe-anual/>

Los objetivos del FY2019-20 fueron:



Cumplimiento de Objetivos 2019-20	Grado de cumplimiento
• 100% de la Energía consumida de origen renovable. Marzo 2025	100%
• Reducir al 50% las emisiones de CO2 respecto al ejercicio 2016-17. Marzo 2025	100%*
• Obtener el certificado ISO 50001 de Gestión Energética para los centros de mayor consumo. Marzo 2021	100%
• Instalación de paneles fotovoltaicos en Vodafone Plaza. Marzo 2022	100%
• Plan de eficiencia del agua en Vodafone Plaza. Marzo 2021	100%
• Hacer más sostenibles los procesos de mudanzas masivas. Marzo 2021	100%
• Realizar auditorías energéticas en tiendas. Marzo 2022	100%

*A cierre de ejercicio la reducción de las emisiones de CO2 respecto a 2016-17 era de 97%.

Para alcanzar algunos de estos puntos es necesaria la involucración de las personas empleadas. Otros como el propósito de Cero Emisiones Netas (la huella de carbono) que según norma no incluye todavía la huella de carbono de las personas empleadas, en concreto en su transporte a las oficina. Tiene que haberse visto mejorado considerablemente con acuerdos como el teletrabajo, incluso el acuerdo de desconexión digital y lanzaderas.

CCOO como representación social en la empresa y sindicato mayoritario en el país **esta en la obligación de velar también por el buen hacer en este tema de las empresas**. Por esta razón, nuestros delegados/as de PRL también se forman en materia ambiental.

Los objetivos del años fiscal que acabamos de dejar fueron:



Próximos Objetivos
• Reducir al 50% las emisiones de CO2 respecto al ejercicio 2016-17. Marzo 2025
• Implantar el sistema de Eco Rating para los terminales que comercialice. Marzo 2022
• Ampliar el alcance del certificado ISO 50001 de Gestión Energética. Marzo 2022
• Instalación de cargadores eléctricos en Vodafone Plaza. Marzo 2022

Te invitamos a leer el informe de la empresa referente a este punto, participar y colaborar en él, **CCOO** trasladara tu opinión.

Nuestro Convenio recoge una declaración de intenciones en su “Artículo 42. Responsabilidad Social Corporativa” dentro del “Capítulo XIV. Responsabilidad Social Corporativa. Igualdad” que desde el punto de vista de CCOO debe ser ampliado, mucho más puesto que consideramos que es una responsabilidad compartida como parte de la sociedad.



¡PARTICIPA!

Participa



III Plan de Igualdad

Actualmente estamos en el marco negociador de **III Plan de Igualdad del Grupo Vodafone España**. Con la presentación del registro retributivo tendremos todos los datos necesarios para acabar el diagnóstico de la situación de la empresa y será el momento de empezar a negociar las medidas que creamos necesarias para una igualdad efectiva en todas las materias (desde salario hasta contratación).

Es imposible negociar sin ti, necesitamos saber tu opinión y empezamos por puntos básicos:

[**CCOO: Encuesta sobre Igualdad. Tu opinión construirá el III Plan de Igualdad \(google.com\)**](#)

Por supuesto, como en otras ocasiones, los datos son tratados con total confidencialidad. Debes hacer la encuesta fuera de VPN y a ser posible con tu correo personal de Gmail o con tu móvil.

También puedes enviarnos tus opiniones, iniciativas, dudas, ... por los canales habituales: [sección sindical CCOO](#) o contactando con cualquier delegada o delegado de **CCOO**.





Prensa



[Participa en el piloto de Vodafone Energía](#)



Servicios a la Afiliación

Nueva oferta exclusiva para la afiliación de **CCOO** de la agencia de viajes “B the Travel Brand”, que ofrece unas condiciones y descuentos especiales, destacamos 2:

- Súper oferta Fin de año Nueva York y Egipto
- **Súper oferta Lanzarote en Julio y Agosto.** Estancia de 5 noches

Más información en el Boletín de Servicios disponible en el siguiente enlace:

<https://servicios.ccoo.es/cms/g/public/servicios/6093.pdf>

Para más información de servicios de **CCOO**: <https://servicios.ccoo.es/>

[Afílate](#) a **CCOO** y participa.

