

Calendario de verificación diaria de contactos

En el 2021, juntos hacemos que la vida continúe.

































































Instructivo de uso del Calendario de verificación diaria de contactos.

1. Diligéncialo todos los días, programa una alarma o recordatorio a una hora específica para que no se te olvide, en la noche por ejemplo.
2. Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros por 15 minutos sin protección).
3. Sin protección: es sin uso adecuado de tapabocas.
4. Incluye a todas las personas de tu familia y de tu empresa.
5. Al documentar a las personas que están cerca tuyo puedes protegerlas oportunamente.
6. Esta información puede servir para crear un cerco epidemiológico cuando se confirmen casos positivos.

¡Lo puedes necesitar!

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Enero 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
				1	2	3
						
						
4	5	6	7	8	9	10
						
						
11	12	13	14	15	16	17
						
						
18	19	20	21	22	23	24
						
						
25	26	27	28	29	30	31
						
						

 Hogar

 Empresa

No te toques los ojos, la nariz o la boca sin lavarte las manos previamente.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Febrero 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28



Hogar



Empresa

Cuidar de ti es cuidar de los demás.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Marzo 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

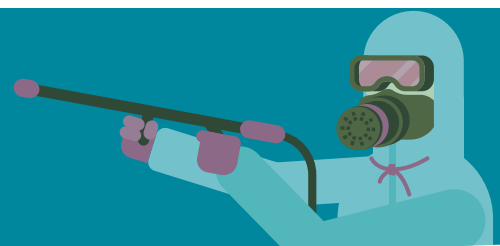


Hogar



Empresa





























































Acata las normas de seguridad y salud de tu empresa.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Abril 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
						
						
5	6	7	8	9	10	11
						
						
12	13	14	15	16	17	18
						
						
19	20	21	22	23	24	25
						
						
26	27	28	29	30		
						
						



Hogar



Empresa

Todos los trabajadores somos parte de la prevención.



Colmena
Seguros



Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Mayo 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

 Hogar  Empresa

**Cuando yo me cuido,
cuido a los que están cerca de mí.**



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Junio 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
	1	2	3	4	5	6
	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 
7	8	9	10	11	12	13
 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 
14	15	16	17	18	19	20
 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 
21	22	23	24	25	26	27
 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 	 ----- 
28	29	30				
 ----- 	 ----- 	 ----- 				



Hogar



Empresa

Recuerda lavarte las manos con frecuencia.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Julio 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
						
						
5	6	7	8	9	10	11
						
						
12	13	14	15	16	17	18
						
						
19	20	21	22	23	24	25
						
						
26	27	28	29	30	31	
						
						

 Hogar

 Empresa

**Recuerda lavar tus manos
cada 3 horas por 30
segundos, aplicando
la técnica correcta.**



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Agosto 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
						1
2 	3 	4 	5 	6 	7 	8
9 	10 	11 	12 	13 	14 	15
16 	17 	18 	19 	20 	21 	22
23 / 30 	24 / 31 	25 	26 	27 	28 	29

Hogar

Empresa

Mantén distanciamiento físico con las demás personas de por lo menos 2 metros.













Colmena
Seguros



Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Septiembre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		1	2	3	4	5
						
						
6	7	8	9	10	11	12
						
						
13	14	15	16	17	18	19
						
						
20	21	22	23	24	25	26
						
						
27	28	29	30			
						
						



Hogar



Empresa































































Utiliza tapabocas en el transporte público y en sitios de afluencia masiva.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

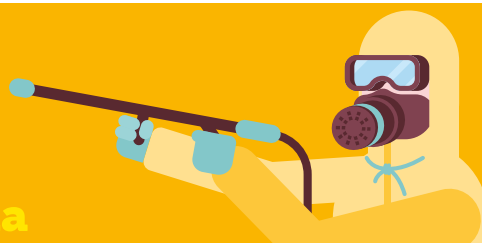
Octubre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
				1	2	3
						
						
4	5	6	7	8	9	10
						
						
11	12	13	14	15	16	17
						
						
18	19	20	21	22	23	24
						
						
25	26	27	28	29	30	31
						
						

 Hogar

 Empresa

Limpia y desinfecta con frecuencia las áreas y superficies de contacto.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quienes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Noviembre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1 	2 	3 	4 	5 	6 	7
8 	9 	10 	11 	12 	13 	14
15 	16 	17 	18 	19 	20 	21
22 	23 	24 	25 	26 	27 	28
29 	30 					

Hogar

Empresa































































Utiliza adecuadamente los elementos de protección.



Colmena
Seguros

Escribe cada día el nombre de las personas con quiénes tienes contacto estrecho (menos de 2 metros, por 15 minutos y sin protección)

Diciembre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		1	2	3	4	5
						
						
6	7	8	9	10	11	12
						
						
13	14	15	16	17	18	19
						
						
20	21	22	23	24	25	26
						
						
27	28	29	30	31		
						
						

 Hogar

 Empresa

Fortalece los hábitos de vida saludables.



Colmena
Seguros



Colmena
Seguros



Más información Línea Efectiva:
Bogotá / 401 0447
Otras ciudades / 01 8000-9-19667
www.colmenaseguros.com