

ESCOLA DE RÍTMICA AE BON PASTOR

Hola Famílies,

En primer lloc esperem que estiguen tots i totes bé!

A continuació us hem preparat un petit document que inclou el Protocol Bàsic d'Actuació per a la tornada als entrenaments i que posarem en marxa a partir del proper dimarts 1 de setembre.

Us demanem la vostra col·laboració per duur a terme totes aquestes mesures i entre tots i totes salvaguardar, a més de la pròpia salut, la de la resta d'esportistes, familiars, tècnics i personal del Centre. Amb l'ajuda de tots i totes aconseguirem que el Centre Esportiu sigui un entorn segur on desenvolupar les nostres activitats esportives. Torna la gimnàstica rítmica però no baixem la guàrdia!

PROTOCOL BÀSIC D'ACTUACIÓ ENTRENAMENTS TEMPORADA 2020-2021

REQUISITS DE PARTICIPACIÓ

Els requisits indispensables per a la participació dels/les gimnastes als entrenaments són els següents:

- Estar **inscrit/a** a l'activitat esportiva.
- **Temperatura corporal** inferior a **37,8º C** (Font: Societat de Metges Generals i de Família).
- **Entregar el primer dia d'entrenament de cada setmana la declaració responsable** conforme els darrers 14 dies no han tingut cap simptomatologia compatible amb la Covid-19, no haver estat positiu, no haver conviscut amb persones que ho hagin estat ni haver tingut contacte estret amb persones afectades per la mateixa. Veure model a l'Annex 1.
- **Declarar verbalment** que s'ha realitzat la **comprovació de símptomes** al nen/a. Veure model de "Check-List" a l'Annex 2.

MESURES GENERALS DE PROTECCIÓ REQUERIDES

- DISTÀNCIA DE SEGURETAT

Es preservarà la distància física interpersonal de seguretat de 1.5 metres en general, amb l'equivalent a un espai de seguretat de 2,5 m2 per persona, tret del moment de la pràctica esportiva entre gimnastes i cos tècnic.

- MASCARETA

Les persones majors de 6 anys estan obligades a l'ús de la mascareta, tret de gimnastes i cos tècnic en el moment de la pràctica esportiva.

- HIGIENE DE MANS

Cal fer un rentat freqüent de mans mitjançant solucions hidroalcohòliques així com amb aigua i sabó.

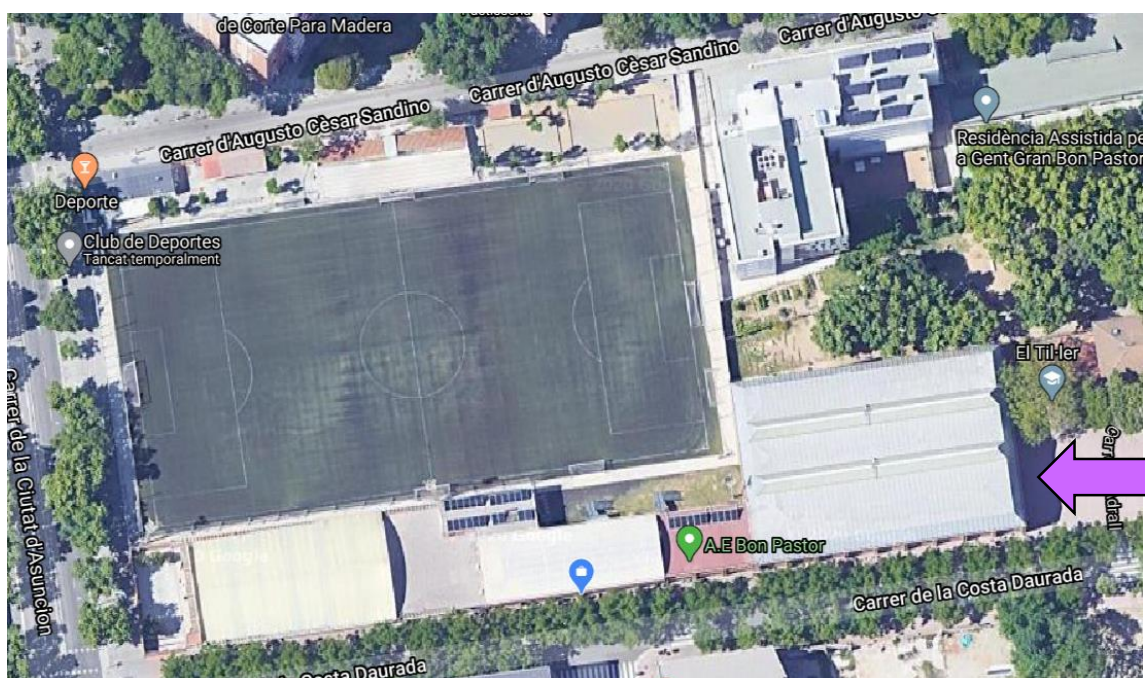
- GRUPS ESTABLES

Els grups participants en els entrenaments han d'estar formats per grups estables. S'entén com a grups estables aquells que de forma continuada hagin tingut contacte estret en la pràctica esportiva i cap dels seus membres hagi presentat la simptomatologia clínica de la COVID-19, cal tenir especial cura durant els primers 14 dies del grup de contacte fins a l'estabilització del grup.

ENTRADA I SORTIDA ALS ENTRENAMENTS

L'entrada i sortida als entrenaments es realitzarà pels següents accessos:

- Porta Cistelles de Bàsquet: c/ Costa Daurada cantonada amb c/ Sèquia Madriguera



ENTRADA I
SORTIDA

MECANISME ENTRADA

- Es prega la màxima puntualitat per accedir al Centre Esportiu. Us demanem que per tal de concentrar el mínim de persones vingueu amb puntualitat, ni abans ni després, i que intenteu mantenir la distància de seguretat amb les altres famílies.
- Es convocarà als grups de la mateixa franja horària d'entrenament a una hora determinada a la porta d'accés (entre 10-15 minuts abans de l'inici de l'entrenament).

Grup	Entrada Dimarts	Entrada Dijous	Entrada Divendres
INICIACIÓ	17:10 hores	17:10 hores	-
PREPARACIÓ	18:10 hores	-	17:10 hores
COMPETICIÓ	17:20 hores	17:20 hores	17:20 hores

- Es quedarà per grup perquè cada grup accedeixi junt però facilitant l'entrada de forma esglaonada amb la resta de grups que entrenen a la mateixa hora.
- L'entrenador/a indicarà l'hora de trobada per tal de no acumular gent a l'entrada del recinte.
- Cada gimnasta farà ús de la mascareta fins el moment d'iniciar l'activitat esportiva, duent-la en tot moment en la seva circulació per la instal·lació esportiva.
- Els/les gimnastes evitaran el contacte físic que no sigui el propi de l'activitat física (salutacions, xocar mans, abraçar) i aquelles conductes que es puguin considerar de risc.
- Els/les gimnastes procuraran una higiene i desinfecció de mans periòdica.
- El/la gimnasta mantindrà els seus materials i utensilis personals en la bossa pròpia que porti a l'efecte, amb un ús individual incloent el material d'avituallament que sigui necessari per l'activitat.
- Els/les gimnastes entraran de un a un al Centre i aniran a la zona assignada per a cada grup. Els/les gimnastes no podran sortir i tornar a entrar al Centre.

MECANISME SORTIDA

- Es prega la màxima puntualitat per sortir del Centre Esportiu. Us demanem que per tal de concentrar el mínim de persones vingueu amb puntualitat, ni abans ni després, i que intenteu mantenir la distància de seguretat amb les altres famílies.
- La sortida es realitzarà de manera esglaonada.
- Els grups sortiran d'un en un, tot mantenint la distància de seguretat entre els grups que és de 10 metres.
- El/la gimnasta evitarà la permanència innecessària a l'espai de les activitats i evitarà aglomeracions a la sortida.

L'ENTRENAMENT

- Es recomana que cada gimnasta porti la seva ampolla d'aigua i líquid hidroalcohòlic per netejar les mans. El Centre també tindrà dosificadors de líquid hidroalcohòlic.
- Es demana a tots els/les gimnastes que portin xanquetes per si han de fer qualsevol

desplaçament pel Centre Esportiu no vagin descalçats.

- No caldrà l'ús de mascaretes per part dels gimnastes durant l'entrenament.
- Els entrenadors/es i el personal tècnic del Centre si utilitzaran les mascaretes en tot moment.

EL PÚBLIC

- En la mesura que sigui possible es demana que la persona que acompanyi i reculli al/la gimnasta sigui sempre la mateixa per poder seguir la traçabilitat dels contactes en cas que sigui necessari.
- És obligatori l'ús de la mascareta i mantenir la distància de seguretat en tot moment.
- Es recomana als familiars que no accedeixin al recinte durant l'entrenament. En cas d'accedir es permetrà l'entrada d'un major d'edat per gimnasta i serà obligatori l'ús de la mascareta i mantenir la distància de seguretat en tot moment.
- Es procurarà una neteja i desinfecció de mans periòdica.
- S'evitarà la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat.

NETEJA I DESINFECCIÓ DE LES INSTAL·LACIONS

- L'entitat organitzadora ha realitzat una neteja exhaustiva de la instal·lació i la desinfecció dels espais i el material d'ús de l'activitat.
- Els vestuaris del Centre estaran tancats i no es podran utilitzar. Demanem que els/les gimnastes vingui canviats de casa.
- Abans d'iniciar i a l'acabar l'entrenament es produirà a la desinfecció del material esportiu utilitzat.
- El material esportiu utilitzat serà d'ús exclusiu pel grup.
- Hi haurà una neteja i desinfecció sistemàtica de les zones i espais comuns tal i com s'estableix en el Pla de Contingència de reobertura del Centre Esportiu.

**Aquest document està subjecte a les possibles modificacions que ens indiquin els diferents departaments de l'Ajuntament de Barcelona, la Generalitat de Catalunya o el Govern d'Espanya.*

ANNEX 1

A causa de la situació actual vinculada a la propagació del Covid-19, per a accedir als entrenaments de les Escoles Esportives del CEM Bon Pastor en aplicació al Marc Estratègic establert a aquest efecte i d'acord amb les recomanacions de les autoritats sanitàries, els informem sobre la necessitat de, prèviament a l'accés, llegeixin les següents indicacions i signin la declaració que s'acompanya:

- NO haver tingut contacte en els últims 14 dies amb persones amb infecció confirmada pel virus Covid-19 o en espera de resultats de la prova de confirmació.
- NO tenir símptomes de grip, dificultat per a respirar, gastroenteritis, disenteria, vòmits.
- NO tenir febre (més de 37,8 °C) ni haver-la tingut en les últimes 24 hores.

Si, per contra, es troba en alguna de les situacions descrites anteriorment o es té sospites de poder trobar-se, NO podrà accedir a les instal·lacions del CEM Bon Pastor.

El Sr./Sra. _____, amb DNI/NIF

_____,
com a mare / pare / tutor legal del nen/a _____ ha rebut, llegit, comprès el contingut d'aquest document i és conscient que s'han d'adoptar les mesures de prevenció de contagi de la malaltia i de seguretat i higiene personals per poder assistir als entrenaments de les Escoles Esportives del CEM Bon Pastor. A més, manifesta que ha facilitat al CEM Bon Pastor tota la informació sobre l'estat actual de salut de l'infant, sobretot pel que fa referència a no tenir cap mena de símptoma o sospita d'estar afectat per la infecció de la Covid-19.

Comprometent-se a complir les indicacions anteriors, confirmant que no es donen cap de les circumstàncies del primer apartat i es compromet, en cas de canviar aquesta situació o tenir sospita d'haver canviat, a informar immediatament a la persona responsable de l'entitat per tal que pugui prendre les mesures oportunes.

Les dades facilitades s'incorporen al tractament de la qual és responsable l'empresa, la finalitat de la qual és salvaguardar, a més de la seva pròpia salut, la de la resta dels nens i nenes i personal de les Escoles Esportives i del CEM Bon Pastor, perquè es puguin adoptar les mesures oportunes. Finalitat basada en el compliment d'una obligació legal.

Les seves dades personals es mantindran en tant es mantingui la relació laboral, així com pels terminis establerts en normativa aplicable per atendre possibles responsabilitats. Pot exercitar els seus drets d'accés, rectificació, supressió i portabilitat de les seves dades, de limitació i oposició al seu tractament, així com a no ser objecte de decisions basades únicament en el tractament automatitzat de les seves dades, quan siguin procedents, davant l'entitat.

Acuso rebut de la informació facilitada a Barcelona a de de 2020

Signat:

Per a més informació sobre aquest tema poden consultar les recomanacions del Ministeri de Sanitat d'Espanya: www.mscbs.gob.es

ANNEX 2

LLISTAT DE COMPROVACIÓ DE SÍMPTOMES PER A LES FAMÍLIES DELS INFANTS I JOVES QUE PARTICIPEN EN LES ACTIVITATS DE LLEURE D'ESTIU

Si el vostre fill, filla o infant o adolescent tutelat no es troba bé, marqueu* amb una creu quins d'aquests símptomes presenta:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Febre o febrícula | <input type="checkbox"/> Mal de panxa |
| <input type="checkbox"/> Tos | <input type="checkbox"/> Vòmits |
| <input type="checkbox"/> Dificultat per respirar | <input type="checkbox"/> Diarrea |
| <input type="checkbox"/> Congestió nasal | <input type="checkbox"/> Malestar |
| <input type="checkbox"/> Mal de coll | <input type="checkbox"/> Dolor muscular |

Si a casa hi ha alguna persona adulta¹ que no es troba bé, marqueu* amb una creu quins d'aquests símptomes presenta:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Febre o febrícula | <input type="checkbox"/> Calfreds |
| <input type="checkbox"/> Tos | <input type="checkbox"/> Vòmits |
| <input type="checkbox"/> Dificultat per respirar | <input type="checkbox"/> Diarrea |
| <input type="checkbox"/> Falta d'olfacte de gust | <input type="checkbox"/> Malestar |
| <input type="checkbox"/> Mal de coll | <input type="checkbox"/> Dolor muscular |

*Si heu marcat una o diverses caselles **cal que eviteu portar l'infant** a l'activitat i que us poseu en contacte amb els responsables de la mateixa per comunicar-ho.

En horari d'atenció del vostre centre d'atenció primària, poseu-vos en contacte telefònic amb el vostre **equip de pediatria** o de **capçalera**. En cas contrari, truqueu al **061**.

¹ Si es tracta d'un altre infant o adolescent de la unitat familiar utilitzeu la primera llista.