

OBERTURA D'INSTAL·LACIONS A L'AIRE LLIURE

FASE 1



S'exclouen en aquest cas
les **piscines i les
zones d'aigua**

Qualsevol ciutadà que
vulgui fer una pràctica
esportiva.



Prèviament a l'obertura
de la instal·lació, caldrà
efectuar-hi la **neteja i
desinfecció**.

**Establir sistema de cita
prèvia i torns horaris.**



**Pràctica esportiva
individual fins a un
màxim de 10 persones.**

**Un entrenador per
esportista**, si és
necessari, **degudament
acreditat**, excepte en cas
de persones amb disca-
pacitat o menors que
necessitin un
acompanyant.



Pràctiques esportives
**màxim de dues
persones o modalitat
de dobles**, sense
contacte físic i distància
de 2 m.

**30% de la capacitat
d'aforament** de l'ús
esportiu de la instal·lació,
i habilitar un sistema
d'accés que eviti
l'acumulació de persones.

Cal complir les
**mesures de neteja i
desinfecció** establertes
pel Ministeri de Sanitat al
final de cada torn
d'activitat a les zones
comunes i amb material
compartit.



COPLEFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

RECOMANACIONS I MESURES D'HIGIENE I PROTECCIÓ PER A LA REACTIVACIÓ DELS SERVEIS PROFESSIONALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT A CATALUNYA

ACTIVITAT ESPORTIVA INDIVIDUAL AMB CITA PRÈVIA EN CENTRES ESPORTIUS

FASE 1

Mesures per a l'obertura de serveis professionals, instal·lacions i centres esportius d'activitat física i esportiva general.



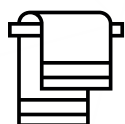
Instal·lacions i centres esportius de titularitat pública o privada poden oferir **serveis esportius amb caràcter individualitzat i amb cita prèvia**.

Prèviament a l'obertura de la instal·lació, caldrà efectuar una **neteja i desinfecció**, que s'haurà de fer periòdicament durant la jornada.



S'ha de fer **sense contacte físic, per torns** prèviament establerts i evitant l'acumulació de persones als accessos.

Cal complir les **mesures de neteja i desinfecció** establertes pel Ministeri de Sanitat al final de cada torn d'activitat a les zones comunes i amb material compartit.



No es poden obrir els vestidors ni les zones de dutxes, tot i que es poden habilitar espais auxiliars en casos necessaris, que podran ocupar com a màxim una persona, excepte els casos en què es requereixi un acompanyant. Aquests espais s'hauran de netejar i desinfectar immediatament després de cada ús i al final de la jornada.

No superar el **30% de l'aforament** d'usuaris.



Mantenir la distància de seguretat de 2 m entre persones.



Una persona per entrenador i per torn.



COPELEFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

ACTIVITATS DE TURISME ACTIU I DE NATURA

FASE 1

Mesures per a l'obertura de serveis professionals, instal·lacions i centres esportius d'activitat física i esportiva general.



Empreses registrades com a empreses de turisme actiu.

L'**equipament** necessari per fer l'activitat **s'ha de desinfectar** després de cada ús.



Concertar preferentment mitjançant **cita prèvia**.

Zones comunes tancades al públic, excepte la recepció, lavabos i vestidors, que hauran de disposar de sabó desinfectant i/o gels hidroalcohòlics o desinfectants viricides.



Grups d'un màxim de **deu persones**.



Garantir la **distància de seguretat** interpersonal de 2 m i, si això no és possible, caldrà utilitzar els **equips de protecció adequats** al nivell de risc.

Cal complir les **mesures de neteja i desinfecció** establertes pel Ministeri de Sanitat al final de cada torn d'activitat a les zones comunes i amb material compartit.



COPLERFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

RECOMANACIONS I MESURES D'HIGIENE I PROTECCIÓ PER A LA REACTIVACIÓ DELS SERVEIS PROFESSIONALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT A CATALUNYA

RECOMANACIONS COPLEFC

FASE 1



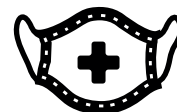
Descarrega't l'**acreditació de mobilitat professional** del COPLEFC per si necessites justificar-la davant de les autoritats pertinents.

Prendre la temperatura abans d'iniciar l'entrenament (termòmetre IR)



Es recomana realitzar **qüestionari** previ de **simptomatologia** COVID-19 abans de concertar cita prèvia.

Ús de **mascareta i guants**. En cas de no tenir-ne, caldrà proporcionar-ne abans de l'entrenament.



Es recomana que el client signi el **consentiment** informat per al professional.

Abans d'iniciar l'entrenament caldrà sol·licitar que es faci servir la **solució hidroalcohòlica** per a la neteja de les mans.



A l'entrada del centre serà recomanable col·locar una **estora o safata amb aigua i desinfectant** (lleixiu) al terra per poder trepitjar i desinfectar el calçat.

Traslladar totes les activitats físiques i esportives a l'**aire lliure** mantenint sempre la distància de seguretat de 2 m.



Per garantir el distanciament social de 2 m entre les persones mitjançant la separació o alternança de màquines/equipament, cal **marcatge en el terra** o la vigilància per part del personal.

Precintar els dispensadors d'aigua i fomentar l'**ús individual d'ampolles** d'aigua o begudes isotòniques.



Disposar d'**estacions de neteja i desinfecció** a disposició dels usuaris a tots els espais, com a mesura complementària al servei de neteja del centre esportiu.

Cal eliminar l'empremta digital o qualsevol contacte físic als controls d'accés al recinte.



Disposar d'un certificat "**d'instal·lació segura**" acreditat.

Disposar d'un **pla de coordinació intern** per a l'avaluació i el seguiment de les mesures d'higene i protecció implementades.



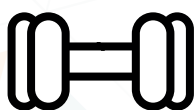
COPLEFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

ENTRENAMENTS TOTAL O PRECOMPETICIÓ EN LLIGUES PROFESSIONALS

FASE 1

FASE 2



Entrenaments de clubs esportius i SAE integrats en lligues professionals:

Físics i tècnics **individualitzats**.

Tàctics exhaustius en grups com a **màxim de 14**, tot mantenint almenys **2 m de distància**.

Amb caràcter general **no** podran **compartir cap material**. Si no fos possible, haurà de ser desinfectat després de cada ús.

Assistència del personal tècnic i auxiliar necessari.

No hi podran assistir mitjans de comunicació.

Especificacions sobre el personal de clubs esportius i SAE:

Un responsable entre el personal tècnic encarregat/ada d'informar de les incidències a la persona coordinadora de l'entitat esportiva.



Ús de les instal·lacions, torns i aforaments:

Per torns sempre que sigui possible.

Evitant de superar **el 50% de l'aforament** de la instal·lació.

En concentració, havent de complir les mesures específiques de serveis d'allotjament i de restauració.

Es podrà fer ús dels vestidors.

Neteja i desinfecció periòdica de les instal·lacions d'acord amb l'Ordre.

Neteja i desinfecció del material emprat pels esportistes en finalitzar cada torn d'entrenament i al final de la jornada.

Altres consideracions:

Reunions tècniques (visionat de vídeos, xerrades tècniques, etc.) amb esportistes amb un **màxim de 15 participants**, tot mantenint les distàncies i amb les mesures de protecció necessàries.

Control mèdic i seguiment posterior del personal que accedeixi al centre, tant esportistes, tècnics com personal assimilable.



COPLAFEC

Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

RECOMANACIONS I MESURES D'HIGIENE I PROTECCIÓ PER A LA REACTIVACIÓ DELS SERVEIS PROFESSIONALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT A CATALUNYA

PRESTACIÓ DE SERVEIS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT NO PROFESSIONAL A L'AIRE LLIURE

FASE 1

Menys de 10.000 habitants



Prestació de serveis d'esport individual o en grup fins a un màxim de 10 persones.



Respectar la **distància de seguretat** 2 m.



Complir les **mesures higièniques** i de protecció.



Complir amb les **mesures de lliure circulació** establertes



Respectar les **franges horàries** establertes:

-70 anys, en qualsevol franja horària, excepte de 10 a 12 h i de 19 a 20 h.

+70 anys, entre les 10 i les 12 h i entre les 19 i les 20 h.

Més de 10.000 habitants

Prestació de serveis d'esport no professional individual o en grup fins a un màxim de 10 persones.



Respectar la **distància de seguretat** 2 m.



Complir les **mesures higièniques** i de protecció.



Complir amb les **mesures de lliure circulació** establertes



Respectar les **franges horàries** establertes:

+ 14 anys, de 6 a 10 h i de 20 a 23 h.

Menors de 14 anys, de 12 a 19 h.

Majors de 70 anys, de 10 a 12 h i de 19 a 20 h.



COPLERFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

RECOMANACIONS I MESURES D'HIGIENE I PROTECCIÓ PER A LA REACTIVACIÓ DELS SERVEIS PROFESSIONALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT A CATALUNYA

PRÀCTICA D'ACTIVITAT FÍSICA I ESPORT EN QUALSEVOL INSTAL·LACIÓ ESPORTIVA I CENTRE ESPORTIU (INCLOENT-HI ELS GIMNASOS), PÚBLIC O PRIVAT

FASE 1

Sense franges horàries.

El titular o gestor de la instal·lació haurà de respectar els aforaments establerts, establir torns i sistemes que garanteixin la no acumulació de persones usuàries segons les diferents Ordres ministerials de cada fase.

PRÀCTICA D'ACTIVITAT FÍSICA I ESPORT A L'AIRE LLIURE



Passejar o fer esport individual o en grup fins a un màxim **10 persones**

Respectant la **distància de seguretat** 2m

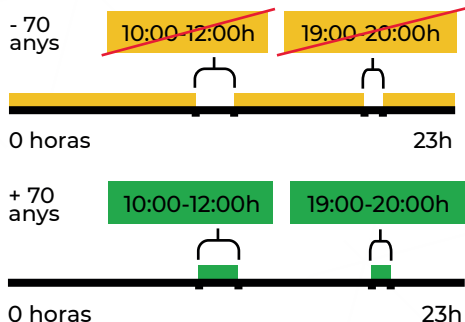


Respectar les **mesures higièniques**

Menys de 10.000 habitants

Respectar les franges horàries establertes:

Qualsevol ciutadà sense cap franja horària, excepte de 10 a 12 h i de 19 a 20 h, reservada per a persones de +70 anys.



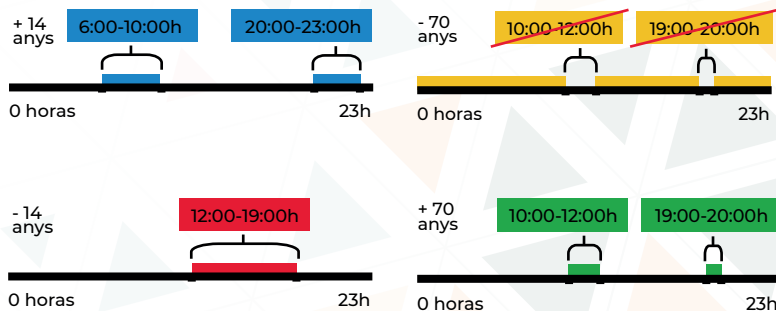
Més de 10.000 habitants

Respectar les franges horàries establertes:

+ 14 anys, de 6 a 10 h i de 20 a 23 h.

Menors de 14 anys, de 12 a 19 h.

Majors de 70 anys, de 10 a 12 h i de 19 a 20 h.



COPLERFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

PISCINES PER A ÚS ESPORTIU

FASE 1

FASE 2



Piscines a l'**aire lliure** per fer-hi activitats esportives.

Piscines cobertes per fer-hi activitats esportives.



Qualsevol persona que vulgui fer-hi pràctica esportiva

Amb **cita prèvia**



Amb organització de **torns d'ús**.

Aforament **màxim del 30%** d'ús esportiu a cada piscina, tant pel que fa a l'accés, com durant la pràctica pròpiament.



Una persona per carrer.



Preferent **esportistes federats** de modalitats del medi aquàtic.*

Sistema d'accés que eviti l'acumulació de persones i que compleixi les mesures de seguretat i protecció sanitària.



Sense contacte físic i amb una distància mínima de 2 m.

Pràctica **individual** o com a **màxim dues persones** en les modalitats que no es puguin practicar de manera individual.



Es podran fer servir els **vestidors**.

Acompanyament d'un professional AFE permès, **acreditat** degudament**



Realitzar la **neteja i desinfecció** d'acord amb l'Ordre

*Federacions de: Natació, Salvament i Socorrisme, Triatló, Pentatló Modern i Activitats Subaquàtiques

**Els col·legiats/associats poden fer ús dels certificats acreditatius de mobilitat professional



ESPORT PROFESSIONAL I FEDERAT

COMPETICIÓ DE LES L·LIGUES PROFESSIONALS.

FASE 1

FASE 2



Sense públic i a porta tancada.



Es permetrà l'entrada de **mitjans de comunicació** per a la retransmissió.

El **nombre de persones** que podran accedir als estadis i pavellons, per al funcionament escaient, serà establert prèviament pel CSD.



ESPORT PROFESSIONAL I FEDERAT

Adreçat a una modalitat esportiva específica



Practica esportiva **individual**



Als **centres d'entrenament** dels clubs o en altres tipus d'instal·lacions obertes al públic.

Mantenir la distància de **2 m.**



Acreditació amb la **llicència esportiva**



COPLAFEC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

RECOMANACIONS I MESURES D'HIGIENE I PROTECCIÓ PER A LA REACTIVACIÓ DELS SERVEIS PROFESSIONALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT A CATALUNYA

ESTABLIMENTS I LOCALS

Mesures de neteja i desinfecció establertes pel Ministeri de Sanitat

FASE 1

FASE 2

FASE 3



Mínim 2 vegades/dia. Amb especial atenció a superfícies de contacte més freqüents.



Tasques de **ventilació** periòdica, com a mínim de manera diària i durant 5 minuts.



Llocs de treball. En cada canvi de torn. Especial atenció a zones i elements de més manipulació i en llocs compartits per més d'un professional.



Desinfectants. Dilucions de lleixiu (1:50) acabades de preparar o desinfectants amb activitat viricida autoritzats i registrats pel Ministeri de Sanitat.



Les mesures de neteja i desinfecció s'han d'estendre, a més, a **zones privades del personal** (taquilles, lavabos, vestidors...)



Papereres amb tapa i pedal on disposar material d'un sol ús. Neteja com a mínim 1 vegada/dia.

El responsable de l'activitat o servei haurà de garantir que s'adopten les mesures de **neteja i desinfecció** adequades al local.



Obligatòriament. Una de les neteges s'ha de fer al final del dia.



Després de cada neteja. Cal llençar materials utilitzats i els EPI de manera segura i rentada de mans.



Ascensors. Ús limitat al mínim. Si fos necessari, ocupació màxima, 1 persona. Tret que es garanteixi la distància de seguretat de 2 m.



Rentada i desinfecció diària d'uniformes i roba de treball. Cicles de rentada d'entre 60°-90°.



WC inhabilitats per a clients, excepte urgències i amb ocupació màxima d'1 persona o 2, en cas de persones que necessitin assistència. Tot seguit, s'haurà de fer neteja i desinfecció immediata.



COPLERFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

MESURES DE NETEJA I DESINFECCIÓ

PISCINES PER A ÚS RECREATIU

FASE 1

FASE 2

FASE 3

**Prèvies, abans d'obrir
la piscina**

Durant l'obertura i l'ús

Neteja i desinfecció de
les instal·lacions

Neteja i desinfecció
diària d'acord
amb l'Ordre.

Especial atenció als
espais tancats, com ara
vestidors o lavabos.

Neteja i desinfecció de
superfícies en **contacte
freqüent** amb les mans
dels usuaris.

Dels diversos equips i
materials.

Neteja i desinfecció
reforçada dels **lavabos.**

Biocides de tipus 2,
esmentats a l'annex V
del Reglament (UE)
núm. 528/2012.

Els lavabos han de tenir
sempre **sabó i/o gels
hidroalcohòlics** o
desinfectants amb
activitat viricida.

**Desinfectants dilu-
cions de lleixiu** 1:50 de
preparació immediata
o qualsevol desinfec-
tant amb activitat viri-
cida.

Neteja de la platja de la
piscina i de les zones
comunes **al final de
cada torn.**

Neteja i desinfecció en
cada torn del **material
compartit** després de
cada ús.



COPLERFC

Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

RELACIONADES AMB LA NETEJA I DESINFECCIÓ

Centres esportius, instal·lacions aire lliure i activitats
turisme actiu i de natura

FASE 1

FASE 2

FASE 3



Especificacions per a centres esportius amb activitat esportiva individual

Prèviament, abans d'obrir, cal fer la neteja i desinfecció de tot el centre.

Cal fer la neteja i desinfecció dels espais auxiliars habilitats (en vestidors i zones de dutxes) després de cada ús i al final de la jornada.

Especificacions per a instal·lacions esportives a l'aire lliure

Prèviament, abans d'obrir, cal fer la neteja i desinfecció de tota la instal·lació.

Neteja de les zones comunes al final de cada torn.

Neteja i desinfecció en cada torn del material compartit després de cada ús.

Neteja de la instal·lació al final de la jornada.



Especificacions per a turisme actiu i de natura

Desinfecció de l'equipament necessari per a l'activitat després de cada ús.



COPLERFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

DEL PERSONAL AMB LES PERSONES USUÀRIES I CLIENTS

FASE 1

FASE 2

FASE 3



Temps de permanència.

Ha de ser l'estrictament necessari per a la prestació del servei.

Distància de seguretat interpersonal de 2 m.

Clarament assenyalada al terra o amb rètols indicatius.



A disposició del públic.

Gels hidroalcohòlics a l'entrada del local i en condicions d'ús.

Zones d'autoservei, inhabilitades.

Prestarà el servei, el personal del local, per evitar manipulació directa de productes.



Un mateix treballador/a **no podrà fer atenció simultània** a diversos clients.



COPLERFC
Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

Actualitzat: 30/5/2020
Ordre SND/458/2020

PERSONAL TREBALLADOR

FASE 1

FASE 2

FASE 3



Disposar de **gels hidroalcohòlics o desinfectants** per netejar-se les mans, o quan no sigui possible, aigua i sabó.

Mantenir la **distància de seguretat** interpersonal d'aproximadament 2 m. Si no és possible, cal proporcionar equips de protecció escaients amb el nivell de risc.

En cas d'emprar equips de protecció, cal formar i informar tot el personal sobre l'**ús correcte** que se n'ha de fer.

Substituir el procés de fitxar amb petjada dactilar per un altre que garanteixi la seguretat de l'individu, o bé desinfectació després de cada ús.



Modificar la disposició dels llocs de feina, l'organització dels torns i la resta de les condicions de treball per garantir la possibilitat de **mantenir la distància de 2 m.**

Organitzar els horaris per evitar el risc de coincidència massiva de persones, treballadores o no, especialment a l'entrada i la sortida de la feina.

Davant d'**un possible cas positiu**, cal avisar les autoritats i la persona treballadora haurà de deixar el seu lloc a la feina, amb mascareta, fins a ser valorada per un professional sanitari.



Complir i fer complir les mesures a totes les zones de la instal·lació laboral.

