

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

FASE 1

Mesures de neteja i desinfecció establertes pel Ministeri de Sanitat



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

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



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

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



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.

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



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

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



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

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



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

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.



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

Actualitzat: 18/5/2020

PROFESSIONALS

FASE 1

Mesures d'higiene i/o protecció per al personal
que presta el servei professional



Equips de protecció

adequats al nivell de
risc (quan no es
garanteixi distància
de seguretat).

Gels hidroalcohòlics amb
activitat viricida autoritzats
i registrats pel Ministeri de
Sanitat o, de no tenir-ne,
aigua i sabó.



El personal haurà
d'estar **format i
informat** sobre
l'ús correcte
dels equips de
protecció.

Aplicable **també al personal**
d'empreses que prestin
serveis als centres o locals.



CLIENTS - USUARIS

FASE 1

Mesures de protecció i higiene envers els clients - usuaris
que rebin el servei o activitat professional.



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.



OBERTURA D'INSTAL·LACIONS

FASE 1

A L'AIRE LLIURE

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



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.



Pràctica esportiva individual.

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



Pràctiques esportives **màxim de dues persones**, 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.



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.



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.



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.



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



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



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.



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.



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.

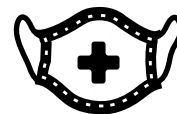


Disposar d'un certificat "**d'instal·lació segura**" acreditat.

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



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



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



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



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



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



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



OBERTURA DELS CENTRES D'ALT RENDIMENT

FASE 1

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



Accés d'esportistes d'alt nivell (EAN), esportistes d'alt rendiment (EAR) i reconeguts d'interès nacional pel CSD als CAR, CEAR, CTD i CETD més propers.

En cas d'haver de desplaçar-se fora dels límits de la seva unitat territorial, esportistes i professionals de l'entrenament necessitaran l'emissió d'una **acreditació de la federació o la instal·lació**.

Preferentment de manera **individual**, i les tasques que calgui dur a terme, sempre sense contacte físic i respectant la distància de seguretat.

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

Acompanyament d'**un/a professional** de l'entrenament, si calgués.

Sense presència de personal **auxiliar** ni assistents de material.

Personal designat als centres per al compliment de l'Ordre:

- 1 coordinador/a (dades al CSD abans de l'inici).
- 1 cap mèdic, amb experiència en medicina esportiva (dades al CSD abans de l'inici).
- 1 responsable tècnic/a per federació esportiva integrada al Centre.



Prèviament a l'obertura:

Establiment de normes bàsiques pròpies de protecció sanitària i d'accés.
Neteja i desinfecció de tot el Centre.

Ús de les instal·lacions, torns i aforaments:

Màxim de **dues hores i mitja** per torn.

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

Neteja dels espais esportius emprats **després** d'haver acabat **cada torn**.

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

Aforament màxim del 30% en funció de la superfície de la instal·lació



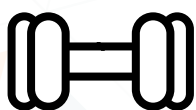
Altres consideracions:

Reunions tècniques (visionat de vídeos, xerrades tècniques, etc.) amb esportistes amb un **màxim de 10 participants**, tot mantenint les distàncies i amb les mesures de protecció necessàries.



ENTRENAMENTS DE CLUBS ESPORTIUS I SAE INTEGRALS EN LLIGUES PROFESSIONALS

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



Entrenaments de clubs esportius i SAE integrats en lligues professionals:

Físics i tècnics **individualitzats**.

Tàctics no exhaustius en grups com a **màxim de 10**, 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 necessari.

Sense presència de personal **auxiliar**, ni tècnics de material.

No hi podran assistir mitjans de comunicació.

Especificacions sobre el personal de clubs esportius i SAE:

Nomenament d'un/a 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 30% 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 10 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.

