

Protocol per a la utilització de rocòdroms amb les mesures de prevenció de la COVID 19

Índex

- Introducció
- Aforament
- Desinfecció materials i instal·lacions
- Reserves Horàries
- L'Estada al Rocòdrom
- En finalitzar
- En cas d'accident

■ Introducció

La finalitat d'aquest protocol és la de reduir la possible transmissió entre persones de la COVID-19 durant les activitats en rocòdroms, que organitzen les nostres entitats excursionistes, adequant-nos al pla pel desconfinament progressiu en el sector esportiu, desenvolupat per la Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física dins les diferents fases del desconfinament.

Les recomanacions recollides en aquest document podran ser modificades segons les resolucions que estableixin les autoritats competents de sanitat. Així doncs, tant la participació com les franges d'edat dels participants, quedaran subjectes a aquestes resolucions si bé d'entrada no s'estableix cap limitació en aquests aspectes.

■ Aforament

L'aforament dels rocòdroms vindrà donat per les seves mides i característiques. S'han de poder garantir les distàncies de seguretat i desinfecció. Caldrà adaptar la capacitat depenent del moment de desconfinament que ens trobem i de la reglamentació marcada des del departament de salut i la SGEAF de la Generalitat.

■ Desinfecció de materials i instal·lacions

Material individual i col·lectiu tècnic

La desinfecció d'arnesos, cordes, cintes exprés i altre material de components tèxtils es farà segons recomanacions del fabricant o sotmetent-los a una quarantena de 72 hores. El material no tèxtil es netejarà amb productes desinfectants, observant sempre que no estiguin prohibits pel fabricant.

Instal·lacions

Les instal·lacions es desinfectaran segons el que dictamini el decret per instal·lacions esportives.

Els panells del rocòdrom i els matalassos es desinfectaran per polvorització després de cada sessió.

Els rocòdroms que disposin de cintes exprés col·locades, les trauran pel seu risc d'infecció. Exceptuant les que estiguin posades en reunions pel fabricant del rocòdrom. Els usuaris hauran d'utilitzar les seves.

Garantir i acreditar que els Professionals, monitors, entrenadors i tècnics que treballen en instal·lacions o equipaments esportius, així com aquells que desenvolupen la pràctica econòmica vinculada amb l'activitat física i l'esport han **d'estar asimptomàtics i d'haver donat negatiu en el test COVID19**

■ Reserves horàries

Per evitar aglomeracions es recomana fer reserves horàries telemàticament. Aquestes són obligatòries fins a fase 2 del desconfinament.

En el moment de la reserva, s'informarà als participants de les mesures a prendre durant la pràctica de l'activitat.

Les persones que tinguin o hagin tingut símptomes en els 15 dies previs a l'activitat de COVID-19 en el període de 15 dies o que convisquin amb alguna persona que en tingui, no podran accedir als rocòdroms.

En cas d'escalar en parella, s'intentarà que la parella del rocòdrom sigui una persona que convisqui en el mateix habitatge. En cas que no sigui possible, es recomana anar al rocòdrom sempre amb la mateixa parella.

▪ L'estada al Rocòdrom

A l'entrada:

A la entrada hi haurà una safata amb líquid desinfectant per les sabates, peus de gat i una altra per l'eixugat de les mateixes.

El rocòdrom estarà dotat de cartells indicatius on es detallarà com s'han de d'utilitzar les mascaretes, i la manera de netejar les mans correctament.

S'hauran de netejar les mans amb gel hidroalcohòlic. Es recomana a tots els participants utilitzar mascareta, sempre seguint el protocol que marquin les autoritats competents, menys en el moment de fer l'activitat.

Seguint les indicacions vigents de les autoritats sanitàries, a l'entrada, s'ha de disposar de termòmetre per poder prendre la temperatura corporal als usuaris que detectem que poden tenir símptomes o ho sol·licitin . El termòmetre ha de permetre prendre la temperatura sense contacte

No es podran utilitzar sistemes d'entrada per empremta digital.

S'ha de disposar de cubells amb tapa amb obertura per pedal i amb bossa de plàstic en tot el recinte per poder-hi dipositar guants, mascaretes, mocadors i demes estris sanitaris d'un sol us.

A la recepció:

En el cas de tenir recepció, es mirarà de col·locar un separador transparent per atendre als esportistes.

S'informarà detalladament de les mesures adoptades a l'espai.

Durant l'activitat:

S'han de netejar les mans cada cop que es puja i baixa del rocòdrom.

No circularem per les instal·lacions descalços.

Prohibit estirar-se als matalassos.

El material que s'utilitzarà serà el propi.

No s'ha de tocar la cara amb les mans.

No s'ha d'agafar la corda amb la boca en cap cas.

Es recomana l'ús de guants sencers de pell per assegurar el company.

Es guardaran les distàncies de seguretat, sempre que sigui possible, amb els companys.

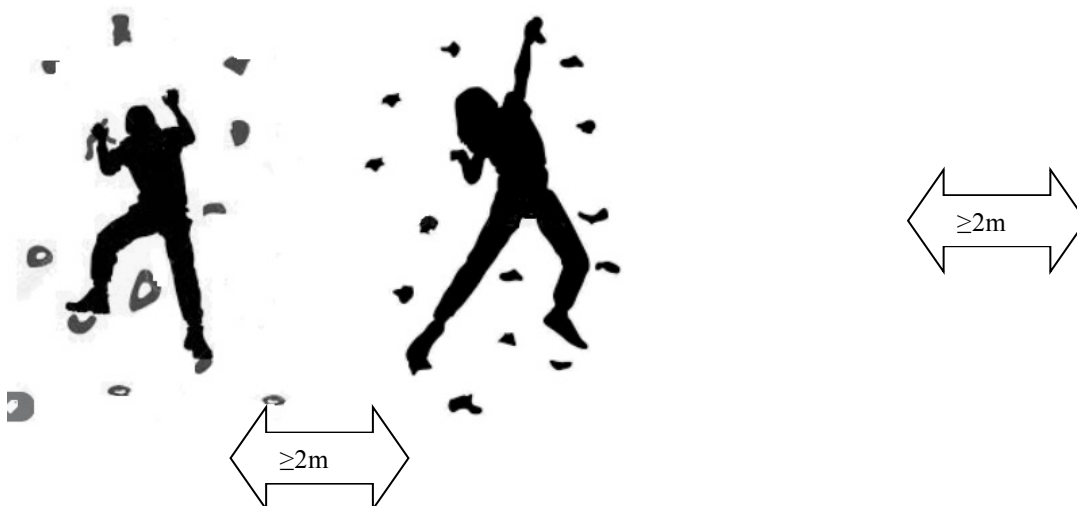
Es recomana portar mascareta quan no es faci activitat física.

No es compartirà material individual amb el company ni amb altres usuaris.

No es compartirà material col·lectiu amb altres cordades.

Es prohibeix utilitzar magnesi en pols, però es permet en líquid. En cap cas es compartirà amb el company.

Quan es descansi es farà en un lloc ampli on es puguin guardar les distàncies de seguretat.





▪ En finalitzar

El material utilitzat es posarà en una bossa de plàstic, per després desinfectar-lo. En arribar a casa, cal dutxar-se i netejar la roba a la temperatura més alta que aguantí el teixit. Si és inferior a 60°C, es recomana deixar-la en quarantena de 72h.

▪ En cas d'accident

La persona encarregada de la farmaciola i les que tractin amb l'accidentat, utilitzaran els EPIs necessaris com ulleres de protecció o pantalla facial, guants, mascareta de tipus FFP2 sense vàlvula d'exhalació i gel hidroalcohòlic

S'ha de ser especialment curós amb les maniobres que es duguin a terme per tal de minimitzar el risc de contagi.