

Protocol per a les activitats d'excursionisme amb les mesures de prevenció de la COVID 19

Índex

- Introducció
- Inscripcions
- Mitjans de transport
- Durant l'activitat
- Àpats
- En cas d'accident

▪ Introducció

La finalitat d'aquest protocol és la de reduir la possible transmissió entre persones del COVID-19 durant les activitats a la muntanya 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.

▪ Inscripcions

Les inscripcions hauran de ser telemàtiques, ja sigui a través d'una aplicació informàtica, correu electrònic, etc. Caldrà tenir sempre en compte la limitació de l'aforament de l'activitat.

Els pagaments de les activitats sempre que sigui possible no es faran en metàl·lic sinó mitjançant sistemes online, i així ha de quedar recollit en la plataforma online d'inscripcions.

No podran participar les persones amb símptomes de COVID-19 o que convisquin amb alguna persona que en tingui.

S'informarà als participants de les mesures a prendre durant l'activitat depenent de la fase de desconfinament en què ens trobem i seguint la normativa de sanitat.

▪ Mitjans de transport

En la mesura que sigui possible, es programaran sortides en les que no faci falta utilitzar transport.

Si s'utilitzen cotxes particulars, prevaldrà compartir cotxe amb gent de la mateixa unitat familiar. Si s'ha de compartir cotxe amb altra gent, sempre amb mascareta de tipus FF2 sense vàlvula d'exhalació.

Si es fa servir un mitjà col·lectiu de transport (autobús), l'ocupació haurà de ser segons s'indiqui la fase de desconfinament pertinent

Abans de pujar a l'autobús, els participants han de portar una mascareta de tipus FF2 sense vàlvula d'exhalació posada i es netejaran les mans amb gel hidroalcohòlic.

L'organització ha de disposar de termòmetres digitals per controlar la temperatura corporal dels participants, a distància si és necessari, abans de pujar a l'autobús, o de començar l'activitat.

Es pujarà a l'autobús guardant la distància de seguretat, de 1'5-2 metres.

En pujar a l'autobús es farà de forma ordenada pujant primer els que tinguin el lloc al final i s'aniran omplint les places fins al davant.

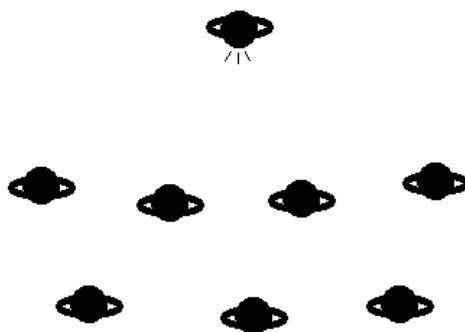
En baixar de l'autobús es farà ordenadament, segons l'ordre dels seients i mantenint la distància de seguretat. Primer baixaran els del davant i per ordre fins arribar al final. Un cop a fora, s'han de tornar a netejar les mans amb gel hidroalcohòlic.

Per recollir les bosses, motxilles i/o maletes que estiguin a la bodega de càrrega, es seguirà el mateix procés.

Les motxilles de 20-30 litres, es recomanable pujar-les a l'autobús per evitar contaminacions. En aquest cas, s'han de deixar al seient del costat, a terra.

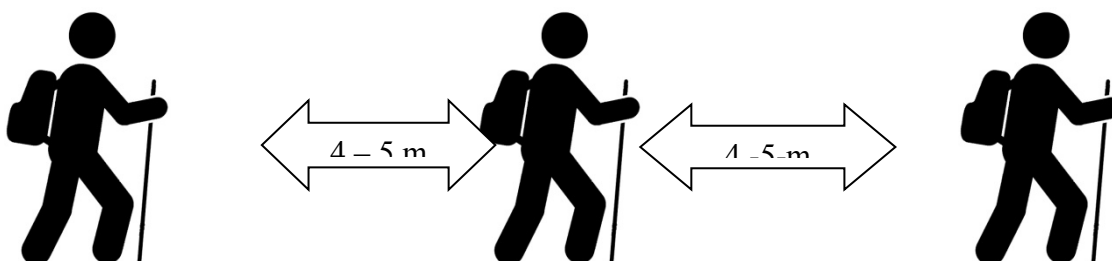
▪ Durant l'activitat

Durant la xerrada d'informació de la ruta, i sempre que s'estigui parat, es mantindrà la distància de seguretat de 1'5-2 metres.



Quan es vagi en grup, sempre es guardarà la distància mínima de seguretat de 4-5 metres, entre persones que no visquin en el mateix domicili.

La distància de seguretat s'augmentarà a més de 4m si fa vent en direcció contrària al sentit de la marxa. (Caminades, BTT, Marxa Nòrdica ...)



▪ Àpats (esmorzar, dinar, avituallaments)

Abans de començar a menjar, els participants s'han de netejar les mans amb gel hidroalcohòlic.

No s'han de compartir ni menjar ni begudes.

S'ha de mantenir la distància de seguretat entre persones que no visquin en el mateix domicili.

No es recomanen avituallaments. En cas de fer-ne, s'han de fer racions individuals i envasades per separat, per tal que un participant no tingui contacte amb una ració que no sigui la seva.

▪ 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 FF2 sense vàlvula d'exhalació i gel hidroalcohòlic

S'ha de ser especialment curós a no contagiar-se, com s'ha de fer sempre.