

RECOMENDACIONES Y MEDIDAS DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN GENERALES

FEDERACIÓN CATALANA DE BEISBOL Y SOFBOL



www.fcbs.cat

ÍNDICE:

- 1- El o la jugador/a no debería asistir a la actividad si:**
- 2- Desplazamiento al lugar de la práctica:**
- 3- Una vez se llega al lugar de la práctica:**
- 4- Comunicación y visualización de las medidas dentro de la instalación:**
- 5- Higiene general:**
- 6- Uso de la máscara:**
- 7- Equipamiento individual:**
- 8- Equipamiento colectivo:**
- 9- Banquillos**

1. El o la jugador/a no debería asistir a la actividad si:

- Es vulnerable o convive con alguna persona vulnerable (por edad, por estar embarazada o para tener afecciones médicas anteriores como hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión).
- Presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad respiratoria, etc.) que pudiera estar asociada con el Covid-19. Hay que contactar con el teléfono de atención al Covid-19 o con el centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.
- Ha estado en contacto estrecho con convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras éste presentaba síntomas (a una distancia menor de 2 metros durante al menos 15 minutos), o ha compartido espacio sin mantener la distancia interpersonal con una persona afectada por Covid-19, incluso en ausencia de síntomas, en los últimos 14 días.

2. Desplazamiento al lugar de la práctica:

- Se recomienda utilizar los equipos de protección individual desde la salida de casa.
- Siempre que se pueda, hay que priorizar las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros.
- Si hay que desplazarse en coche, se recomienda extremar las medidas de limpieza del vehículo y mantener la mayor distancia posible entre los ocupantes (también si se coge un taxi o un VTC).
- En los viajes en transporte público hay que utilizar mascarilla, y procurar mantener la distancia interpersonal con el resto de los usuarios.
- Se recomienda caminar, ir en bicicleta o vehículos propios.

3. Una vez se llega al lugar de la práctica:

- Usa mascarilla y guantes cuando te lo indique el personal de la actividad.
- Llega a la hora estipulada para cumplir con los grupos y horarios estipulados para evitar concentraciones innecesarias.
- Cumple todas las medidas de prevención que te indique el personal de la actividad.

- Procura mantener la distancia interpersonal de 2 metros siempre que sea posible.
- Evita el saludo con contacto físico, incluido dar la mano.
- Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón, o con solución hidroalcohólica, especialmente después de toser o toser, después de tocar superficies potencialmente contaminadas, y al inicio y final de las actividades, al menos durante 40 segundos.
- En caso de tener los antebrazos descubiertos durante la actividad, incluye el lavado de los antebrazos.
- Al toser o estornudar, tápate la nariz y la boca con un pañuelo desechable, y tíralo preferentemente en un cubo que tenga tapa. Si no dispones de pañuelos desechables, puedes utilizar la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- Si empiezas a notar síntomas, avisa a las personas responsables de la actividad, extrema las precauciones de distancia y de higiene, y contacta urgentemente con tu médico de atención primaria o con el teléfono de atención al Covid-19.
- Los usuarios deben llegar e irse con la ropa de entrenamiento puesta.
- El uso de vestuarios y duchas se hará con el aforo adecuado que permita mantener la distancia de seguridad entre las personas usuarias. No se podrá dejar ninguna pertenencia personal en el vestuario. El gestor de la instalación tendrá la decisión final de habilitarlos o no.
- El acceso a los baños estará regulado (uno de cada dos, dirección del tráfico, etc.).
- No se permitirá utilizar las fuentes de agua de la instalación.
- Se debe elaborar un plan de tráfico (movimiento dentro de la instalación) si hay probabilidad de que se crucen varios grupos.
- Las puertas y portones que permiten el acceso al estacionamiento y al terreno deben mantenerse abiertos para que los usuarios no tengan que manipular las manijas para entrar y salir.
- Los aparcamientos y zonas comunes de la instalación no deben convertirse en lugares de reunión. Los acompañantes deben dejar a los usuarios e irse, o quedarse en las gradas de la instalación manteniendo las distancias de seguridad.

4. Comunicación y visualización de las medidas dentro de la instalación:

- Señalización con las reglas sociales y de salud, así como las recomendaciones específicas de nuestros deportes deben estar visibles en ubicaciones estratégicas dentro de la instalación.
- Se difundirán estos documentos a todos los miembros y usuarios que trabajen o usen la instalación (trabajadores, directivos, entrenadores, voluntarios, etc.).
- El club usuario de la instalación debe realizar un control de los usuarios que entran y participan en la práctica (nombre, apellido, fecha, hora de llegada y salida). Este control permitirá si es necesario en el futuro realizar un rastreo más efectivo de personas infectadas o que hayan podido estar en contacto con las mismas. También realizarán un control de la temperatura.
- Se deberán organizar los grupos de trabajo siguiendo las recomendaciones estatales y cumpliendo con el aforo permitido. Sólo el personal estrictamente necesario debe acceder al campo (entrenadores y jugadores).

5. Higiene general:

- Se aconseja una buena higiene personal de todos los asistentes al campo.
- Se deberá entrar y salir del campo con mascarilla puesta. Si es posible realizar la práctica con mascarilla, también es recomendable.
- Cada usuario debe venir al campo con su propia botella de agua.
- Se recomienda a los usuarios que traigan su propio gel desinfectante.
- No se permite escupir en ningún espacio interior y exterior del campo.
- Está estrictamente prohibido mojarse los dedos con la boca y posteriormente tocar las pelotas u otro material.
- Se programarán descansos regulares para que los entrenadores y jugadores puedan lavarse las manos y desinfectar el material si es necesario.
- Entre actividades se recomienda también que los usuarios se laven las manos y el material con un gel desinfectante.
- Las personas responsables de la actividad se encargarán de velar por el cumplimiento de la distancia y medidas de seguridad.

6. Uso de la máscara:

- En general, el uso de una mascarilla es obligatorio para todos los entrenadores encargados de la actividad.
- Los jugadores usaran la mascarilla en la medida de lo posible.
- No se recomienda el uso de una mascarilla en los jóvenes en las categorías U8 y U10. En cambio, los entrenadores tienen la obligación de usar uno cuando estén en presencia de estas audiencias.
- Se pide a las personas que supervisan la práctica que se mantengan muy atentas a las señales de problemas respiratorios, dificultad para respirar, etc. de los jugadores.

7. Equipamiento individual:

- Los jugadores deben usar su equipamiento personal como prioridad y en ningún caso prestárselo a nadie más.
- En la medida de lo posible, se recomienda que el Club establezca un sistema de préstamo de equipamiento a personas que lo necesiten durante la duración del protocolo (bates, equipamiento de cátcher, cascos, etc). El jugador tendrá la posibilidad de mantener el material prestado con él/ella sin tener que compartirlo con otras personas.

8. Equipamiento colectivo:

- El material de equipo se desinfectará después de cada práctica o sesión, según sea necesario. El material será de uso exclusivo por cada categoría. No es recomendable compartir material.
- Las pelotas deben desinfectarse antes y después de cada práctica.
- Para limitar el número de personas en contacto con el material colectivo, el supervisor del Club designará una o más personas que serán las únicas capaces de manejar este material (bolsas de material, batting tee's, screens, etc.) durante toda la práctica.

9. Banquillos:

- Los banquillos de los jugadores, o los espacios identificados para este propósito, deben permitir a los practicantes presentes poder depositar sus pertenencias respetando la distancia física (2 metros). Si este no es el caso, se deberán habilitar otros espacios para poder cumplir con la distancia de seguridad.



DECLARACIÓ RESPONSABLE PER L'ÚS DE LES INSTAL·LACIONS ESPORTIVES MUNICIPALS DURANT LES FASES DE DESCONFINAMENT EN EL CONTEXT DE LA CRISI SANITÀRIA DE LA COVID-19

Nom de l'Esportista:	
DNI:	
Club:	
Data i hora entrenament:	
Instal·lació esportiva:	

*En cas dels menors d'edat, autorització del pare, mare o tutor/a legal:

Nom i Cognoms:	
DNI:	

DECLARO RESPONSABLEMENT que en el moment de fer ús de les Instal·lacions Esportives Municipals compleixo els següent requisits:

1. Disposo de llicència esportiva, d'acord amb l'article 23.3 del Decret Legislatiu 1/2000, de 31 de juliol, pel qual s'aprova el Text únic de la Llei de l'esport.
2. No pateixo malaltia i/o simptomatologia compatible amb la Covid-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea...) o amb qualsevol altre quadre infecció (asimptomàtics durant 48 hores en el cas de simptomatologia no COVID-19 i 14 dies quan es tracti de simptomatologia compatible).
3. Conec i respectaré el protocol de reobertura de les instal·lacions esportives municipals a Manresa i realitzaré la neteja i desinfecció del material utilitzat després del seu ús.

Descargo de Responsabilidad

Si bien el consejo dado en estas pautas ha sido desarrollado utilizando la mejor información disponible, se pretende el uso de la misma únicamente como guía para ser utilizada por y a riesgo del usuario. No se acepta responsabilidad hacia la FCBS o por cualquier persona, empresa, corporación u organización que haya estado de alguna manera colaborando con el suministro de información o datos, la compilación, publicación o cualquier traducción, suministro o venta de esta Guía para la exactitud de cualquier información o consejo dado aquí o por cualquier omisión aquí de o de cualquier consecuencia que resulten directamente o indirectamente del cumplimiento o adopción de orientación contenida en el mismo, incluso si es causado por un no ejercer un cuidado razonable.

FEDERACIÓ CATALANA DE BEISBOL I SOFBOL



www.fcbs.cat