



SETEMBRE 2020

Protocol COVID-19 CURSOS DE NATACIÓ



ÍNDIX DE CONTINGUTS

1. Mesures restrictives i recomanacions PROCICAT
2. Anàlisi del funcionament segons estructura de la sessió
 - a. Entrada dels nens /es al vestidor
 - b. Entrada dels nens /es a piscina
 - c. Durant la sessió
 - d. Tornada dels nens /es al vestidor
3. Consideracions generals

MESURES RESTRICTIVES I RECOMANACIONS PROCICAT

Tot seguit farem un recull d'aquelles mesures més rellevants i interessants per l'àmbit aquàtic. Considerem així que tots els nostres serveis han de complir les següents mesures i requisits.

Font: PLA D'ACCIÓ PEL DESCONFINAMENT ESPORTIU DE CATALUNYA

https://esport.gencat.cat/web/.content/home/arees_dactuacio/afectacio-coronavirus-esport/Pla_desconfinament_esportiu_Actualitzacio-Fase-REPRESA.pdf

MESURES A PRENDRE PER PART DELS CENTRES ESPORTIUS

- *Disposar visiblement de **panells i infografies informatives de les mesures d'higiene.***
- *Qualsevol activitat esportiva o pràctica d'activitat física ha de guiar-se pel **principi de minimització de risc.***
- *Disposar de **dispensadors de gel hidroalcohòlic en diferents espais** distribuïts per tot el CEM.*
- *En el cas d'instal·lacions indoor/cobertes, realitzar **tasques de renovació i ventilació constant.***
- *Establir si és possible una **sectorització dels diferents espais, tant dins de vestidors com de la piscina.***
- ***Informar**, en lloc visible a l'entrada de les instal·lacions, **de l'aforament màxim autoritzat.***
- ***Formar el personal i dotar-lo dels elements individuals de protecció** prescrits a l'avaluació de riscos laboral.*
- ***Garantir la traçabilitat dels grups** estables així com dels esportistes que hi participin mitjançant la protocol·lització de les mesures que permetin identificar els esportistes.*
- *Ús de la **mascareta per part dels monitors/es quan es requereixi proximitat física.***
- ***Evitar els assecadors de mans i cabells** de vestidors o de lavabos per mitjà de dispositius d'aire calent, incloent-hi els assecadors personals.*

MESURES A PRENDRE PER PART DELS USUARIS

- *Signar una **declaració de responsabilitat**...que si s'ha estat en contacte estret amb una persona afectada per la COVID-19, encara que amb símptomes lleus, ha d'abstenir-se d'accedir a la instal·lació esportiva un mínim de 14 dies.*
- ***Evitar els assecadors de mans i cabells** de vestidors o de lavabos per mitjà de dispositius d'aire calent, incloent-hi els assecadors personals.*
- *En el cas d'habilitar els **lavabos la seva ocupació màxima serà d'una persona**, excepte en aquells supòsits de persones que puguin necessitar assistència, en aquest cas també es permetrà la utilització per la seva acompanyant.*
- ***Prohibir qualsevol desplaçament de persones descalces** en qualsevol part de la instal·lació esportiva, especialment zona de vestidors i dutxes.*
- *Es recomana, a l'hora de **rentar la roba de piscina**, rentar-se de manera mecànica en cicles de rentat **entre 60 i 90 graus centígrads**.*
- *Només podrà accedir **un adult acompanyant per infant**. En el cas de cursetistes a partir de 3er de primària hauran d'accedir de sols al vestidor.*
- *Caldrà **accedir mitjançant la polsera d'accés**. Cal que passeu per recepció per recollir-la i **activar-la**. S'haurà d'abonar en concepte de dipòsit de 3€ que es retornaran al finalitzar el curs i retornar la polsera.*
- ***L'accés al CEM i tots els desplaçaments caldrà fer-los amb la mascareta.***



QUÈ FER EN CAS QUE UN CURSETISTA SIGUI POSITIU DE COVID-19 O HAGI ESTAT EN CONTACTE ESTRET AMB ALGUN POSITIU O CONFINAT DOMICILIARI:

- *Caldrà comunicar-ho immediatament al CEM, via telefònica o via mail a mlopez@cemvallirana.cat posant a l'assumpte URGENT COVID.*
- *En el cas que el CEM rebi una comunicació activarà immediatament els protocols que marca el Departament de Salut.*



02

Anàlisi del funcionament segons estructura de la sessió

COM PROCEDIREM?



































A) Entrada dels nens/es al vestidor

- *L'entrada als vestidors **només es podrà fer 10 minuts abans de l'inici del curs.***
- ***Indispensable puntualitat.** Caldrà ser molt puntuals, i aquest any més que mai, tant a l'entrada, com a la sortida dels cursos.*
- *Marcarem amb enganxines espais als vestidors **separant 1 metre entre sí** els nuclis familiars. Cada nucli familiar (adult acompanyant + nen/a) caldrà situar-se en un d'aquests espais.*
- ***Els vestidors durant les hores dels cursos de natació seran mixtes i utilitzarem un vestidor per a cada grup** i en cada franja horària.*
- *La informació de la distribució dels grups per cada vestidor i franja horària estarà visible a la porta dels vestidors.*
- ***Al vestidor tothom haurà d'anar amb la mascareta posada.** Demanarem siusplau, que els menors de 6 anys també la portin, tot i que està demostrat que transmeten el virus 6 vegades menys que els adults.*
- ***No es podran deixar bosses ni pertinences als vestidors,** caldrà que els bancs quedin lliures un cop els cursetistes baixin a la piscina.*
- *Els cursetistes que accedeixin sols caldrà que portin cademat per guardar les bosses als armariets.*

B) Entrada dels nens/es a la piscina

- **Un cop canviats i preparats per baixar a la piscina**, els cursetistes i acompanyants hauran d'esperar que els tècnics els vinguin a recollir.
- **Depenent del grup i l'horari l'espera serà al mateix vestidor o a la zona d'espera habilitada a les grades.** Hi haurà una zona d'espera per a cada grup.
A la següent pàgina podeu consultar la informació d'assignació de vestidors i zones d'espera per a cada grup.
- A l'hora d'inici els tècnics **recolliran el seu grup i baixaran de forma esglaonada a la piscina.**
- Per tal d'agilitzar el funcionament serà importantíssim que tots els **cursetistes estiguin preparats quan els vinguin a buscar per començar la sessió.** Cap acompanyant podrà accedir a la zona de piscina un cop el tècnic hagi baixat amb el grup.
- **A les zones d'espera de la mateixa forma que als vestidors tothom amb la mascareta posada.**
- Els nens/es menors de 6 anys podran deixar la mascareta a l'acompanyant un cop baixin amb el tècnic a la piscina.

DISTRIBUCIÓ DE GRUPS ALS VESTIDORS I ZONES D'ESPERA

DIA	HORA	VESTIDOR GRUPS MASCULÍ	ZONA ESPERA	VESTIDOR GRUPS FEMENÍ	ZONA ESPERA	VESTIDOR ABONATS	ZONA ESPERA
DILLUNS	17:00 a 17:45h	 	VESTIDOR	 	VESTIDOR		
	17:45 a 18:30h	NATACIÓ ADAPTADA		 	GRADES 2		
	18:30 a 19:15h	  	GRADES 1	  	GRADES 1		
DIMARTS	17:45 a 18:30h	 	VESTIDOR				
DIMECRES	17:00 a 17:45h	 	VESTIDOR	 	VESTIDOR		
	17:45 a 18:30h	 	GRADES 1	 	GRADES 2		
DIJOUS	17:45 a 18:30h	 	VESTIDOR				
DIVENDRES	17:00 a 17:45h	 	VESTIDOR				
	17:45 a 18:30h	 	GRADES 1	 	GRADES 2		
	18:30 a 19:15h			   	VESTIDOR		

C) Durant la sessió

- Com es habitual, es **passarà llista** a l'inici de la sessió per garantir la traçabilitat dels cursetistes.
- **Cada grup tindrà assignat un lloc als bancs de la piscina** per deixar les seves coses i de la mateixa forma disposaran **d'un espai de treball a l'aigua**.
- En cas que calgui fer **desplaçaments per la piscina** es farà sempre amb la **supervisió i control del tècnic per evitar contacte amb altres grups**.
- Intentarem **minimitzar el contacte físic** entre els assistents a la sessió.
- **El tècnic, sempre que pugui, realitzarà les sessions desde fora de l'aigua i amb la mascareta posada**.
- En cas que s'hagués de ficar a l'aigua, el **tècnic disposarà d'un equip de protecció facial**.
- **Tot el material després del seu ús serà desinfectat**.

D) Tornada dels nens/es al vestidor

- *Un cop finalitzada la sessió, es farà la **tornada cap els vestidors de forma esglaonada** sempre amb la supervisió del tècnic.*
- ***Primer retornaran els grups dels més petits**, que són els que més temps necessiten en el desplaçament. Després els grups de cursetistes més grans.*
- *Els tècnics acompanyaran als cursetistes fins al vestidor i **els entregaran als acompanyants**. Per tal de fer-ho de forma més ràpida i àgil preguem que els acompanyants estiguin ben atents a les demandes dels tècnics.*
- *El grup de la següent hora, ja estarà esperant a la zona d'espera de les grades preparats per baixar a la piscina.*
- ***És importantíssim que l'acompanyant estigui puntual també a l'hora de finalització** de la sessió per recollir l'infant, per tal de no endarrerir la resta de grups.*



03

Consideracions generals

Consideracions generals

- **No es podrà fer ús de les dutxes dels vestidors.** Els tècnics dutxaran amb aigua els cursetistes un cop finalitzi la sessió, a les dutxes d'accés a la piscina per treure el clor. Es tracta d'evitar al màxim les aglomeracions en els diferents espais i reduir els temps d'estança als vestidors.
- **No es podrà fer ús d'assecadors personals de cabell.** Així que recomanem assecar bé els cabells amb tovallola i portar un gorro de llana per la sortida a l'hivern.
- **En el cas de confinament d'un grup es recuperaran les sessions** no realitzades al llarg del curs en funció de la disponibilitat d'espais i tècnics. No es farà efectiva cap devolució econòmica.

**PER RESOLDRE QUALSEVOL DUBTE O QÜESTIÓ ESTAREM A LA VOSTRA DISPOSICIÓ AL CEM
EL PROPER DILLUNS 28 DE SETEMBRE DE LES 17H A LES 19H**

AGRAÏM PER ENDAVANT LA VOSTRA COL·LABORACIÓ



SINTAGMIA

Unim persones per moure emocions

LLOP^o
GESTIÓ DE L'ESPORT

E3^o
LLEURE I GENT GRAN

MN^o
MANTENIMENT I NETEJA

 Vencencies

 **GONNAFIT.COM**