

ANEXO: RECOMENDACIONES PREVENTIVAS CURSILLOS DE NATACIÓN

CONSIDERACIONES PARA EVITAR ACUMULACIÓN DE PERSONAS (INFANTIL) EN EL INTERIOR DE LAS INSTALACIONES, ESPECIALMENTE VESTUARIOS, DUCHAS Y SERVICIOS, QUE SON ESPACIOS CERRADOS Y DE AFORO LIMITADO.

PREVIO AL ACCESO:

En lo posible, se optará por ropa cómoda para cambiarse rápido, o incluso traer el bañador puesto de casa.

Se recomienda haber pasado por el baño antes de venir.

Se recomienda venir solo. En caso de personas que no se cambian solas, se permitirá el acceso de un solo acompañante.

Aunque hemos calculado que los aforos de los vestuarios no se saturen, cabe que haya momentos en que se tenga que esperar en los pasillos a que salgan personas para poder acceder.

No se permitirá a los acompañantes permanecer en los pasillos viendo las clases. Se deberá abandonar la instalación durante las clases.

ESPERA DE INICIO:

Se deberá esperar en el **PASILLO PRINCIPAL, PARA ACCEDER POR LA PUERTA DE EMERGENCIA a la piscina 2**, manteniendo las distancias interpersonales y con mascarilla. Para la piscina 1, se accederá por las escaleras del acceso para personas con discapacidad, haciendo la espera en la rampa de la piscina.

Serán llamados por el monitorado.

DESARROLLO DEL CURSO

El monitorado velará por el cumplimiento de las normativas de distancia interpersonal e higiene de manos.

FINALIZACIÓN

Previo a salir, todo el alumnado pasará por la ducha de piscina, de forma que no será necesario pasar por la zona específica de ducha, así como harán un lavado de manos.

Los alumnos saldrán por la **PUERTA DE EMERGENCIA de la piscina 2** a fin de evitar cruces y deberán ir directamente a los vestuarios a cambiarse. De la piscina 1 se saldrá por las escaleras del acceso para personas con discapacidad.

Se ruega no hacer esperas en dichos espacios, muy limitado en aforo. Se recomienda que las esperas sean fuera de la instalación, al aire libre.

Estos procedimientos están sujetos a revisión. Se informará debidamente.

RECOMENDACIONES GENERALES

Debido a la situación excepcional y de riesgo sanitario que estamos viviendo, se han reforzado las indicaciones sobre medidas preventivas de la instalación mediante carteles para informar y recordar a las personas usuarias de cumplir las medidas de higiene y protección establecidas por la autoridad sanitaria contra el COVID-19 y las recomendaciones, en los que se indica lo siguiente:

Antes de ir a la instalación:

1. Si presenta síntomas compatibles con el COVID-19, tales como fiebre, escalofríos, tos, sensación de falta de aire, disminución del olfato y del gusto, dolor de garganta, dolores musculares, dolor de cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos, permanezca en su domicilio y consulte con su Centro de Salud o Consejo Sanitario en el nº 900 20 30 50
2. Infórmese de las condiciones de uso, de acceso y aforo.

En el conjunto de la instalación:

3. Mantenga al menos 1.5 metros de distancia con las personas que no conviva.
4. Lávese las manos con agua y jabón. Evite tocarse ojos, nariz y boca sin haberse lavado antes las manos.
5. Cúbrase la boca con el antebrazo o con un pañuelo al toser o estornudar.
6. Utilice pañuelos desechables y tírelos a la papelera
7. No comparta toallas ni otros objetos personales. Lave toallas y la ropa deportiva ha al llegar a casa.
8. Vigile a los menores de 14 años e insista en que cumplan las medidas preventivas.
9. Siga las normas y recomendaciones de uso de la instalación y respeta las indicaciones que se den.
10. Si presenta síntomas compatibles con el COVID-19, síntomas respiratorios o fiebre abandone las instalaciones cuanto antes y consulte con su centro de salud.
11. Uso obligatorio de mascarilla hasta comenzar la práctica deportiva
12. Se deberán respetar las medidas de seguridad e higiene establecidas por las autoridades sanitarias para la prevención del COVID-19.

El lavado de manos debe realizarse:

- Después de sonarse la nariz, estornudar o toser
- Antes de comer ó manipular alimentos
- Después del contacto con animales
- Siempre que las manos estén sucia.

ERANSKINA: PREBENTZIO GOMENDIOAK IGERIKETA IKASTAROAK

INSTALAZIOEN BARNEALDEAN PERTSONAK (HAURRAK) EZ PILATZEKO KONTUAN HARTU BEHARREKO ALDERDIAK, BEREZIKI ALDAGELAK, DUTXAK ETA ZERBITZUAK, ESPAZIO ITXIAK ETA EDUKIERA MUGATUKOAK BAITIRA.

SARTU AURRETIK:

Ahal dela, arropa eroso erabiliko da azkar aldatzeko edo bainujantzia etxetik ekartzeko.

Etorri aurretik komunetik pasa izana gomendatzen da.

Bakarrik etortzea gomendatzen da. Bakarrik aldatzen ez diren pertsonen kasuan, laguntzaile bakarra sartu ahal izango da.

Aldageletako edukierak ez direla asetzen kalkulatu dugun arren, baliteke zenbait unetan korridoreetan jendea irten arte itxaron behar izatea sartu ahal izateko.

Laguntzaileei ez zaie utziko korridoreetan egoten eskolak ikusten. Eskolek dirauten bitartean, instalazioa utzi beharko da.

HASIERAKO ITXARONALDIA:

KORRIDORE NAGUSIAN ITXARON BEHARKO DA 2. IGERILEKURA LARRIALDIKO ATETIK IRISTEKO, pertsonen arteko distantziak eta maskara mantenduz. 1. Igerilekurako, desgaitasuna duten pertsonentzako sarbideko eskaileretatik sartuko da, eta igerilekuko arrapalan egingo da itxaronaldia.

Begiraleak deituko die.

IKASTAROAREN GARAPENA

Begiraleak pertsonen arteko distantziari eta eskuen higieneari buruzko araudiak betetzen direla zainduko du.

AMAIERA

Irten aurretik, ikasle guztiak igerilekuko dutxatik igaroko dira, eta ez da beharrezkoa izango dutxako gune espezifikotik pasatzea, ez eta eskuak garbitzea ere.

Ikasleak 2. igerilekuko larrialdi-atetik aterako dira, bidegurutzak saihesteko, eta aldageletara joan beharko dute zuzenean, aldatzera. 1. igerilekutik, berriz, desgaitasuna duten pertsonentzako sarbideko eskaileretatik aterako dira.

Leku horietan itxaronaldirik ez egitea eskatzen da, edukiera oso mugatua baita. Itxaronaldiak instalaziotik kanpo egitea gomendatzen da, aire zabalean.

Prozedura horiek berrikusi egin behar dira. Behar bezala jakinaraziko dira.

GOMENDIO OROKORRAK

Bizi dugun salbuespenezko eta osasun-arriskuko egoera dela eta, instalazioaren prebentzio-neurriak buruzko jarraibideak indartu dira, kartelak jarritz, erabiltzaileei jakinarazteko eta gogorarazteko osasun-agintaritzak COVID-19ren aurka ezarritako higiene- eta babes-neurriak eta gomendioak betetzen dituztela, honako hau adierazita:

Instalaziora joan aurretik:

1. COVID-19rekin bateragarriak diren sintomak badituzu, hala nola sukarra, hotzikarak, eztula, aire-faltaren sententzia, usaimena eta dastamena gutxitzea, ezarriko mina, giharretako mina, buruko mina, ahultasun orokorra, beherakoa edo gorakoak, etxean egon eta zure osasun-zentroarekin edo osasun-kontseiluarekin kontsultatu 900 20 30 50 zenbakian.

2. Informatu erabilera, sarbide eta edukiera-baldintzei buruz.

Instalazio osoan:

3. Gutxienez 1.5 metroko tartea uztea elkarrekin bizi ez diren pertsonetako.

4. Garbitu eskuak urarekin eta xaboiarekin. Ez ukitu begiak, sudurra eta ahoa eskuak lehenago garbitu gabe.

5. Estali ahoa besurrearekin edo zapi batekin ezta edo doministiku egitean.

6. Erabili paperezko musuzapiak eta paperontzian bota.

7. Ez ditu eskuoihalak eta beste objektu pertsonal batzuk partekatzen. Eskuoihalak eta kirol-arropa etxera iristean.

8. Zaindu 14 urtetik beherakoak eta azpimarratu prebentzio-neurriak bete ditazatela.

9. Ea betetzen dituen instalazioa erabiltzeko arauak eta gomendioak, eta ea errespetatzen dituen ematen diren jarraibideak.

10. COVID-19rekin bateragarriak diren sintomak badituzu, arnas sintomak edo sukarra badituzu, utzi instalazioak lehenbailehen, eta kontsultatu osasun-zentroari.

11. Maskara nahitaez erabiltzea, kirola egiten hasi arte

12. Osasun-agintariek COVID-19ren prebentziorako ezarritako segurtasun- eta higiene-neurriak errespetatu beharko dira.

Nola garbitu behar dira eskuak?

- Sudurra jo, doministiku egin edo ezta egin ondoren
- Jan aurretik edo elikagaiak manipulatu aurretik
- Animaliekin kontaktua izan ondoren
- Eskuak zikin badaude.