

Documento de medidas personales de higiene y prevención obligatorias frente al COVID-19.

1. No debes acudir a la actividad si...

- Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, tienes que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de la Comunidad Autónoma o con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No debes acudir a lugares donde se encuentren más personas hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.
- Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.
- Puedes participar, bajo tu responsabilidad, si eres vulnerable o convives con una persona que sea vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión). Pero esto puede suponer un grave riesgo para ti o para las personas con las que vives.

2. Desplazamiento a la actividad.

- Siempre que puedas, prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 1,5 metros. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual.
- Si vas andando, guarda la distancia interpersonal o ponte mascarilla cuando vayas caminando por la calle.
- Si te tienes que desplazar en un turismo, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
- Si coges un taxi o un VTC, solo debe viajar una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
- En los viajes en transporte público guarda la distancia interpersonal con el resto de los usuarios. En el caso de los autobuses públicos, el conductor velará porque se respete la distancia interpersonal. Es obligatorio usar una mascarilla higiénica, no médica, si vas en transporte público.
- Utiliza tus equipos de protección individual desde la salida de casa.

3. Medidas organizativas de la actividad.

- Se informará a los participantes de los riesgos y medidas sanitarias y de higiene que deben cumplir de forma individual.

- Se deberá asegurar de que los participantes cuentan con mascarillas o proveerles de ellas.
- Se deberá proveer a los participantes de los productos de higiene necesarios para poder seguir las recomendaciones individuales, adaptándose a cada actividad concreta. Con carácter general, es necesario mantener un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables.
- Deberá evitarse en la medida de lo posible, el uso de materiales compartidos durante la actividad. En caso de que así sea, se aumentarán las medidas de precaución, desinfectándolos tras cada uso.
- Como norma general, no se permitirá comer ni beber durante la actividad. En caso de que se haga, se estará a lo dispuesto en las medidas de control y prevención.
- Se facilitará la información sobre las medidas de higiene y seguridad mediante cartelera en puntos clave de las instalaciones, en las páginas web de las instituciones y mediante la entrega de documentos, preferiblemente por vía telemática.

4. Normas de prevención e higiene para monitores y participantes de la actividad.

- Los participantes llevarán a cabo todas sus actividades en grupos aislados de máximo 10 participantes supervisados en todo momento por cuatro monitores (uno por cada 3 o 4 niños), que dictarán y velarán por el cumplimiento de las medidas higiénicas y de seguridad.
- Los monitores y participantes deberán contar con 1 mascarillas limpias por día. Si los participantes no pueden asegurar este suministro, deberá asumirlo la organización.
- En lo posible se respetará la distancia de seguridad interpersonal de 1,5 metros; el uso de mascarillas será obligatorio siempre en lugares cerrados, y en los abiertos cuando no pueda mantenerse la distancia de seguridad.
- Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica, durante 40 segundos. Es especialmente importante después de toser o estornudar, o al inicio y fin de actividades en espacios compartidos. En el caso de que tener los antebrazos descubiertos durante la actividad, es recomendable incluir el lavado de antebrazos
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
- Evitar tocar los ojos, la nariz o la boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- Se recomienda que los pañuelos desechables que los participantes y monitores empleen sean desechados en papeleras o contenedores protegidos con tapa y accionados por pedal.
- Si se empieza a notar síntomas, se seguirá el protocolo de prevención y actuación en caso de emergencia, de riesgo de contacto o de contagio positivo.

5. Medidas de carácter general para monitores.

- Todas las indicaciones referidas del apartado “Medidas de prevención durante el desarrollo de la actividad para los participantes” deberán ser respetadas también por monitores.
- Las mascarillas serán de uso obligatorio en todo momento y dispondrán también de pantallas de protección durante el desarrollo de las actividades. El uso de guantes no es recomendable de forma general, pero sí en los casos de tareas de limpieza.
- Los monitores deberán llevar el pelo recogido durante la duración de los talleres. Evitando el uso de pulseras, relojes y anillos.
- Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.