

Protocol de seguretat arrel de la pandèmia de COVID-19



Pautes per als **participants** de les activitats durant l'etapa de represa per a reduir la possible transmissió de COVID-19.

Les persones que presentin símptomes compatibles amb la COVID-19 o conviuen amb alguna persona que en tingui no poden realitzar l'activitat i han de contactar amb el sistema públic de salut. Els símptomes compatibles són: febre o febrícula (temperatura superior o igual a 37,3°C), tos, dificultat per respirar, congestió nasal, mal de coll, mal de panxa, vòmits, diarrea, calfreds, malestar, dolor muscular.

Les persones que participen a les activitats de l'ADENC han d'adoptar les mesures necessàries per evitar la generació de riscos de propagació de la infecció de la COVID-19, així com la pròpia exposició a aquests riscos, i ha d'adoptar les següents mesures de bàsiques de protecció individual i col·lectiva:

- **Higiene** freqüent de mans. Dur gel hidroalcohòlic i utilitzar-lo quan sigui necessari.
- Higiene de símptomes respiratoris (evitar tossir directament a l'aire, tapar-se la boca amb la cara interna de l'avantbraç en aquests casos i evitar tocar-se la cara, nas i ulls).
- **Distància** física interpersonal de seguretat **d'1,5 m**, tant en espais tancats com a l'aire lliure, quan s'estigui aturat. Quan es camini, aquesta distància ha de ser de **4 m**.
- **Mascareta ben posada obligatòria** quan no es pot mantenir la distància de seguretat o seguint les indicacions que les autoritats estableixin en el moment de realitzar l'activitat.

No es poden mantenir distàncies inferiors a 1 m en espais tancats, excepte entre persones que mantenen una relació i un contacte propers de forma molt habitual o bé per desenvolupar aquelles activitats professionals o d'atenció a persones que requereixen una distància inferior.

En cas d'utilitzar **eines** durant l'activitat, cal desinfectar-les eines abans i després del seu ús. No es compartiran les eines amb els altres participants.

En la mesura del possible es programaran activitats en què no calgui utilitzar mitjans de transport. **En cas de compartir vehicles** privats per als desplaçaments, si un conductor porta participants de diferents famílies pot dur-ne com a màxim dos sempre al seient de darrera, amb mascareta i rentant-se les mans abans i després de pujar al cotxe.

Àpats: Abans de començar a menjar, els participants s'han de netejar les mans. No s'han de compartir ni menjar ni begudes.

No es faran pagaments en efectiu a les activitats de l'ADENC. Les activitats de pagament s'han d'haver abonat amb anterioritat als comptes de l'entitat.

L'ADENC limitarà l'**aforament** de les activitats seguint la normativa vigent en el moment de la seva realització i portarà un **registre dels assistents** de totes les activitats per assegurar la traçabilitat dels contactes.

Notes sobre l'ús de mascareta

Les persones de sis anys en endavant estan obligades a l'ús de mascareta en els supòsits següents:

- En la **via pública**, en **espais a l'aire lliure** i en qualsevol **espai tancat d'ús públic o obert al públic**, sempre que, entre persones que no mantenen una relació i un contacte propers de forma molt habitual, no sigui possible mantenir una distància d'1,5 m.
- En tots els **mitjans de transport de viatgers per carretera, per ferrocarril**, excepte si tots els ocupants del vehicle de turisme són persones que mantenen una relació i un contacte propers de forma molt habitual.

L'obligació de portar mascareta **no serà exigible per a les persones amb algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria** o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.

Tampoc serà exigible en el cas d'**exercici físic esportiu a l'aire lliure** ni en els supòsits de força major o situació de necessitat o quan per la pròpia naturalesa de les activitats l'ús de la mascareta resulti incompatible.