



## **PROTOCOLO DE PROTECCIÓN FRONTE AO COVID-19 PARA USUARIOS DAS INSTALACIÓNS E ACTIVIDADES CULTURAI E DEPORTIVAS**

A crise sanitaria provocada polo COVID-19 supón a necesidade de adaptar as actividades extremando as precaucións e normas hixiénico-sanitarias establecidas polas autoridades competentes, prestando especial atención a:

- Nas instalacións deportivas desenvolveránse actividades sen contacto físico. O límite máximo de usuarios será de 25 persoas de forma simultánea.
- Distanciamento social (1,5 mtrs. ) ou uso de máscara
- Desinfección de mans.

1. Non debe acudir a actividade/instalación nos seguintes casos:

- Se presenta calquera sintomatoloxía (tose, febre, dificultade ao respirar...) que puidera estar asociada co COVID-19. Neste caso, deberá contactar co teléfono de atención ao COVID-19 (900.400.116) ou co seu centro de atención primaria e seguir as instrucións. No debe acudir a lugares onde se atopen máis persoas ata que lle confirmen que non hai risco para vostede ou os demais.
- Se estivo en contacto estreito (conviventes, familiares ou persoas que estiveran no mesmo lugar que un caso mentres o caso presentaba síntomas a unha distancia menor de 2 metros durante un tempo de ao menos 15 minutos) ou compartiu espazo sen gardar a distancia interpersonal cunha persoa afectada polo COVID-19. Neste caso debe realizar un seguimento por si puideran aparecer indicios ou signo da enfermidade durante 14 días.

2. Recomendación xerais de protección e hixiene fronte o COVID-19

- Lavar frecuentemente as mans con auga e xabón, ou con unha solución hidroalcohólica, durante mínimo 40 segundos. É especialmente importante despois de toser ou esbirrar, ou ao inicio e fin da actividade en espazos compartidos. No caso de que teñan os antebrazos descubertos durante a actividade, é recomendable incluír o lavado de antebrazos.
- Cubrirse o nariz e a boca con un pano desbotable ao producirse a tose ou o esbirro, e tiralo a continuación a un cubo de lixo. Se non dispón de pano empregue a parte do cóbado para non contaminar as mans.



- Evitar tocar os ollos, o nariz ou a boca. Evitar o saúdo con contacto físico, incluído o dar a man.
- Todo o material de hixiene persoal (máscaras, luvas de látex, etc) debe depositarse tralo seu uso nos colectores habilitados para tal fin.
- Se se comeza a notar síntomas, extremar as precaucións tanto de distanciamento social como de hixiene e avisar aos responsables da actividade para que contacten de inmediato cos servizos sanitarios.

LIN, ENTENDO E ESTOU CONFORME, ACEPTANDO LIBRE, VOLUNTARIA E EXPRESAMENTE A TOTALIDADE DO EXPOSTO NO DOCUMENTO INFORMATIVO.

Asdo:

Coristanco, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020