



PROTOCOL DE SEGURETAT PER EVITAR EL CONTAGI I CONDICIONS DE CANCEL·LACIÓ EN CAS DE SIMPTOMATOLOGIA COMPTATIBLE AMB EL COVID 19

CONSIDERACIONS GENERALS

- És d'obligat compliment portar mascareta, vestir roba còmoda i calçat esportiu (bambes), dur motxilla pròpia amb aigua, gorra, crema solar, ulleres de sol... i tot allò que puguis necessitar.
- No es podrà compartir material ni objectes personals entre usuaris, guies i instructors.
- Queden prohibides les salutacions amb contacte físic.
- Caldrà mantenir la distància de seguretat que s'indiqui en cada moment.
- No es podran fer servir els lavabos, les fonts i les papereres amb tapa de l'espai públic.
- Aconsellem dur bastons propis de marxa nòrdica per garantir les màximes mesures d'higiene personal i minimitzar el risc de contagi. En cas de no tenir-ne, l'organització en facilitarà.

ABANS

- Cal haver-se llegit la normativa i el protocol de seguretat de l'activitat, ser-ne conscient i signar la declaració de conformitat.
- En cas de tenir qualsevol símptoma compatible amb el Covid 19: febre (>37,3°C), tos, dificultat per a respirar, cansament o malestar general; cal notificar-ho a l'organització i cancel·lar la participació a l'activitat.

INICI DE L'ACTIVITAT

- Cal seguir en tot moment les indicacions del guia / responsable de l'empresa.
- Mentre esperes que comenci l'activitat, cal dur la mascareta posada i mantenir la distància de seguretat de 2m entre usuaris.
- En cas de no disposar de bastons propis de marxa nòrdica, caldrà demanar-los al guia / responsable. En cap cas es poden agafar lliurement.
- Abans de recollir els bastons, hauràs de rentar-te les mans amb gel hidroalcohòlic.

DURANT L'ACTIVITAT

- Durant la fase inicial: explicacions prèvies, escalfament, exercicis de tècnica... etc que es desenvolupin en el punt de trobada, sempre haurem de dur la mascareta posada i mantenir la distància de seguretat de 2m. entre usuaris.
- Durant la part principal de l'activitat, fora del punt de trobada (és a dir, en ruta), haurem de mantenir una distància de 4m amb el company del davant i de 2 amb el del costat sempre que sigui possible.
- Quan estiguem en ruta i la zona per on circulem estigui lliure d'altres persones o l'exigència física sigui més elevada (no passejar), ens podrem treure la mascareta per facilitar la respiració.
- Tanmateix, si durant l'activitat coincidim en un punt de pas amb altres persones alienes a la nostra activitat i no podem mantenir la distància de seguretat, caldrà durant aquell impàs posar-nos la mascareta.
- Durant l'activitat no es pot compartir bastons, roba, aigua,... amb els altres usuaris ni tampoc recollir material o objectes que no siguin propis. Cadascú ha de ser responsable de les seves pertinences.

EN ACABAR L'ACTIVITAT

- Quan tornem al punt final de l'activitat ens haurem de tornar a posar la mascareta i mantenir la distància de seguretat de 2 metres entre usuaris.
- Mentre fem els exercicis d'estiraments i tornada a la calma, caldrà dur la mascareta posada.
- Finalitzada l'activitat, cadascú recull el seu propi material i s'acomiada evitant el contacte físic.
- En cas d'haver utilitzat bastons de l'empresa, caldrà entregar-los en mà al guia / responsable, el qual els posarà en quarantena 48h i desinfectarà correctament seguint el protocol intern.



CONSENTIMENT INFORMAT PER A LA PRESTACIÓ DE SERVEIS PROFESSIONALS EN LA CRISI SANITÀRIA DE LA COVID-19

El Sr./Sra _____, amb DNI _____, està inscrit/a a l'activitat de *marxa nòrdica*, del dimecres 10 de juny del 2020, que es desenvoluparà a Campdevàrol de 9:30h a 12h.

Aquesta activitat està organitzada pel Consorci del Ter, l'Ajuntament de Campdevàrol i Nordic Walking Girona i serà executada per l'educadora física esportiva, la Sra. Cristina Borràs Ferré, amb DNI 39897321A i número de col·legiat/da 61344.

Atesa la situació d'alarma decretada pel govern de l'estat en el marc de la crisi sanitària de la Covid-19, el Sr./Sra. _____ és conscient que s'han d'adoptar les mesures de prevenció de contagi de la malaltia i de seguretat i higiene personals pel bon desenvolupament de l'activitat.

Assegura que no ha estat en contacte amb cap cas positiu de covid19 com a mínim un mes o més abans de la data d'avui i manifesta que ha facilitat a l'organització tota la informació sobre el seu estat actual de salut, sobretot pel que fa referència a no tenir cap mena de símptoma o sospita d'estar afectat per la infecció de la Covid-19 i que és coneixedor de la normativa de seguretat de l'activitat on està inscrit/a.

La col·legiada Sra. Cristina Borràs Ferré, ha pres totes les mesures exigibles per prevenir tota mena de contagis i així ho constata el/la client/a _____, de forma que l'exonera de qualsevol mena de conseqüència que es pugui derivar de la prestació del servei, sempre que no siguin fruit de la mala praxi professional. El client és coneixedor del possible risc de contagi per la pròpia naturalesa de l'activitat, atès que impliquen un contacte proper amb el client i no es pot garantir un risc nul de transmissió, tot i usar tots els mitjans de protecció disponibles.

I perquè així consti, i en prova de conformitat i d'haver entès la informació facilitada per l'educadora física esportiva i havent aclarit els dubtes que li he plantejat, signa el present document a _____ a la data de _____.

Nom i cognoms del client

Nom i cognoms del professional

DNI:

DNI: 39897321A

Signat:

Signat: Cristina Borràs Ferré