

# PROTOCOL COVID-19



**UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**  
*1921*

# PROTOCOL COVID-19

## UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA

INTRODUCCIÓ.....	3
COMISSIÓ COVID19 .....	3
QUÈ ÉS LA COVID19.....	3
REINCORPORACIÓ A L'ACTIVITAT ESPORTIVA.....	4
SOBRE LA NECESSITAT D'ESTAR INFORMATS.....	4
SOBRE LA NECESSITAT DE CONTROLAR LA SALUT .....	4
SOBRE LES MESURES GENERALS DE PREVENCIÓ DE LA COVID19 .....	5
SOBRE L'ÚS DE MASCARETES .....	5
SOBRE LES MESURES HIGIÈNIQUES.....	6
HIGIENE PERSONAL .....	6
SOBRE L'ÚS DE GUANTS .....	7
SOBRE LA NETEJA DE SUPERFÍCIES.....	7
SOBRE LES INSTAL·LACIONS ESPORTIVES.....	7
SOBRE L'ÚS DE MATERIAL .....	7
SOBRE LA SALUT DELS JUGADORS I JUGADORES .....	8
SOBRE ELS DESPLAÇAMENTS.....	8
RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES PER A INSTAL·LACIONS I PERSONAL SANITARI.....	8
NORMES PELS ENTRENAMENTS.....	9
NORMES PELS PARTITS.....	9
ANNEX.....	10
a) Declaració de Responsabilitat .....	10
b) Control Assistència .....	11
c) Normes pels entrenaments.....	12
d) Normes pels partits .....	13

# PROTOCOL COVID-19

## UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA

### INTRODUCCIÓ

Aquest protocol respon a la normativa de control COVID19 governamental i de les diferents federacions esportives, catalanes, espanyoles i internacionals, que exigeixen que cada entitat disposi de:

- un coordinador COVID19
- una comissió COVID19
- un protocol COVID19 a seguir per totes les persones vinculades a l'entitat i els seus usuaris.

El protocol s'anirà adaptant en funció dels nous coneixements sobre la malaltia i les directrius que s'estableixin en cada moment.

### COMISSIÓ COVID19

La comissió COVID19 de la Unió Esportiva Santboiana està constituïda per:

- COORDINADOR COVID19: Mercè Ros Petit
- DIRECTOR ESPORTIU: Ricardo Martinena Royo
- DIRECTIU DE LA JUNTA i COMISSIÓ ESPORTIVA: Rosanna Ros Petit
- RESPONSABLE SANITARI: Rita Sahún Font
- DIRECTOR ESCOLA U.E.S: David Fernández Rodríguez "Maki"
- RESPONSABLE DELEGATS: José Antonio Rubio
- DELEGADATS: Yvonne Alberich Puig
- COL-LABORADORA: Manoli López Jódar

D'acord amb les directrius, a tots els club ha d'existir la figura d'un/a **Coordinador/a COVID19**, que ha de ser sanitari o, si més no, algú amb els coneixements necessaris o amb accés a la informació necessària sobre el COVID19. Aquest coordinador COVID19, juntament amb la Junta Directiva del seu club i la comissió COVID19, seran els responsables de prendre les mesures adequades per acomplir la normativa establerta. En cap cas la responsabilitat ha de recaure en una sola persona, per això la responsabilitat final ha de ser repartida entre totes les persones vinculades al club (jugadors i jugadores, delegats i delegades, equip tècnic de totes les categories, equip sanitari i responsables i persones treballadores d'administració i manteniment)

### QUÈ ÉS LA COVID19?

La COVID 19 és una malaltia infecciosa provocada pel virus "síndrome respiratori coronavirus 2", el SARS-CoV-2. Els símptomes més habituals són **la febre, la tos seca i el cansament**, i menys freqüentment dolors, molèsties, congestió nasal, conjuntivitis, mal de coll, diarrea, pèrdua del gust i de l'olfacte, i erupcions cutànies o canvis de colors en els dits de les mans i dels peus.

La clínica sol ser lleu i amb aparició dels símptomes de forma progressiva, de fet el 80% de les persones es recupera sense necessitat de tractament hospitalari. Un 20%, però, sol presentar un quadre més greu, principalment les **persones més grans (>65 anys) o persones que tinguin antecedents d'hipertensió arterial, problemes cardíacs o pulmonars, diabetis o càncer, o problemes d'immunitat**. Aquestes persones, són les que presenten més risc, però qualsevol persona exposada al virus pot fer una manifestació greu de la COVID19, independentment de la seva edat, i estat de salut. S'ha descrit també afectació en nens, tot i que amb clínica lleu i inclús asimptomàtica.

## **PROTOCOL COVID-19**

### **UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**

Es transmet per via respiratòria, de persona a persona, a través de les gotes procedents de secrecions nasals o orals, que surten quan una persona infectada tus o exhala (**aquestes gotes poden arribar als 2 metres de distància**) i a través de superfícies contaminades.

El període d'incubació de la malaltia va **des del dia 2 al dia 14 de la infecció**, amb possibilitats de transmetre la malaltia des de 2 dies abans de l'aparició dels símptomes, durant tot el període simptomàtic i fins a 5-6 dies després. La transmissibilitat es molt elevada (es pensa que està al voltant del 2,2: 1 persona afectada por contagiar a 2,2 persones sanes).

La inactivació de virus es produeix en presència d'etanol al 95% o d'hipoclorit sòdic en concentracions superiors al 0.1% durant 1 min.

No hi ha evidència encara sobre l'estacionalitat de la malaltia.

La malaltia es diagnostica a través de mètodes que determinen la presència del virus (PCR) en la persona infectada i/o a partir de la detecció d'anticossos (serologia IgM i IgG) que ens permeten saber si la persona presenta infecció aguda o si la persona ja es immune. No hi ha coneixement encara de la duració de l' estat immunitari. No hi ha actualment un tractament específic per a la COVID19, ni una vacuna que permeti la immunització.

### **REINCORPORACIÓ A L'ACTIVITAT ESPORTIVA**

Les guies per a la reincorporació a la pràctica esportiva estableixen alguns conceptes:

- La necessitat d'estar informats sobre la COVID19.
- La necessitat d'un compromís personal explícit de controlar l'estat de salut i d'abstenir-se de participar de les activitats en cas de sospita d'infecció o de contacte amb persones infectades.
- La necessitat d'acomplir les recomanacions i normatives en relació a la situació actual: control de salut, mesures higièniques, neteja i desinfecció, mesures generals de prevenció.
- La necessitat d'assegurar una reincorporació saludable dels jugadors i jugadores que hagin estat afectats per la malaltia.

### **SOBRE LA NECESSITAT D'ESTAR INFORMATS**

Es considera obligatòria la pràctica del mòdul sobre la COVID19 de la World Rugby abans de l' inici dels entrenaments i de l'activitat esportiva als jugadors i jugadores majors de 14 anys, membres del staff, directius i personal de suport (<https://playerwelfare.worldrugby.org/covid-19-courses>). I assistir a les sessions de formació específica que farà la COMISSIÓ COVID, per informar i resoldre dubtes d'acord a les actualitzacions de normativa que es vagin produint.

Aquesta obligatorietat ha estat establerta per estaments internacionals, nacionals i catalans.

### **SOBRE LA NECESSITAT DE CONTROLAR LA SALUT.**

Per motius de salut personal cal garantir les mesures que facilitin identificar casos positius i de contactes, per això resulta indispensable que abans de cada entrenament, partit o activitat esportiva, cada jugador, jugadora, tècnic, o persona relacionada amb l'equip faci una autoavaluació sobre les possibilitats de ser una persona contagiosa. El document d'autoavaluació qüestionari COVID19, que proporcionen la FCR i la FER pot facilitar aquesta tasca.

## **PROTOCOL COVID-19**

### **UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**

**No obstant la UES, donades les dificultats de realitzar i emmagatzemar aquest document d'autoavaluació** es farà signar un document de responsabilitat individual (en menors de tutor legal) amb el qual quedi constància i es confirmi que no assistiran a cap entrenament, partit i/o activitat esportiva organitzada pel club o federació corresponent, si presenten alguna sospita d'infecció o contacte amb SARS-Cov-2, i que comunicaran al club l'aparició de qualsevol canvi al respecte. El document s'arxivarà amb la fitxa del jugador o jugadora.

En cada activitat que es realitzi algun membre de l'equip haurà de dur el control d'assistència a qualsevol tipus d'esdeveniment per permetre fer la traçabilitat. S'ha de fer control de les absències i si hi ha sospita de COVID19 s'ha de notificar a la Comissió COVID19.

En cas de detectar febre i/o algun altre símptoma suggestiu en alguna persona, caldrà aïllar-la de forma immediata (aire lliure, mascareta i a 2 metres de la resta) i derivar-la als serveis de salut. Aquesta persona s'haurà d'abstenir de fer activitats esportives, haurà de fer el període de aïllament corresponent, i s'haurà d'avisar tots els contactes. Si es confirma com a cas COVID19 s'hauran de suspendre els entrenaments de tot l'equip.

En tot moment cal seguir les instruccions de la comissió COVID19 i les indicades pels responsables de les instal·lacions esportives (presa de temperatura, circuits d'entrada i sortides, prohibició d'ús dels vestidors, prohibició de compartir líquids, prohibició d'escopir al camps, etc.)

S'establirà tants PUNT-COVID com siguin necessaris on es prendrà la temperatura (< 37,5°C).

### **SOBRE LES MESURES GENERALS DE PREVENCIÓ DE LA COVID19**

Les principals mesures de prevenció actuals, són:

- **mantenir la distància de seguretat,**
- **usar mascaretes si no és possible mantenir la distància de seguretat,**
- **rentar-se les mans amb freqüència**
- **desinfectar les superfícies que puguin estar contaminades.**

**Mesures que s'hauran d'acomplir en tot moment per accedir a les instal·lacions i a dins sempre que sigui possible. Un cop dins de les instal·lacions, s'hauran de seguir les indicacions específiques que es detallen a continuació.**

### **SOBRE L'ÚS DE MASCARETES**

**Només es obligatori l'ús de mascaretes per a la pràctica esportiva quan no sigui possible mantenir una distància de seguretat** entre persones. No és obligatori per a la pràctica esportiva a l'aire lliure.

Les darreres recomanacions indiquen que es facin servir només si no es pot assegurar una distància de seguretat i només si es possible el seu ús. L'ús de mascaretes pot provocar autocontaminacions, dificultats per respirar i falsa sensació de seguretat.

En cas de que sigui possible el seu ús, es recomanen mascaretes higièniques o sanitàries sense filtre, en els esportistes, i mascaretes sanitàries en tècnics i personal de recolzament. Es indispensable tenir en compte les recomanacions d'ús. L'equip sanitari ha d'acomplir indicacions especials.

## PROTOCOL COVID-19 UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA

Actualment les persones de més de 6 anys estan obligades a l'ús de les mascaretes excepte per la pràctica d'activitat física i esportiva.

### SOBRE LES MESURES HIGIÈNIQUES

La neteja de mans és la principal mesura de prevenció i control de la infecció. S'ha de realitzar segons la tècnica correcta i sempre:

- Abans d'entrenar
- Al retirar-se els guants si s'usen
- Després d'entrenar
- En arribar a casa
- Sempre que sigui necessari

Es recomana que hi hagi dispensadors de gel desinfectant. L'ús del gel desinfectant no eximeix de la necessitat de rentar-se les mans, sobretot si estan brutes. De fet un bon rentat de mans evita l'ús del gel desinfectant.

Es recomana que el rentat sigui, almenys de 30 segons, amb aigua i sabó o bé amb solució hidroalcohòlica, i que s'eixuguin amb mocadors d'un sol ús. Per a millorar la higiene es millor dur les ungles curtes, i evitar l'ús de rellotges anells i polseres.

## HIGIENE DE MANS Tècnica del rentat de mans amb sabó. De 40 a 60 segons.



Font: Agència de Salut Pública de Barcelona

### HIGIENE PERSONAL

S'ha d'evitar:

- Compartir utensilis personals com l'ampolla d'aigua, gots, etc.
- Escopir al camp i d'altres accions que impliquin l'eliminació de secrecions en zones comunes.
- Tocar-se la cara, el nas, la boca o els ulls sinó hi ha una higiene de mans prèvia.
- Portar el cabell llarg sense recollir.
- Utilitzar lents de contacte i si es imprescindible portar-les des de casa.

## **PROTOCOL COVID-19**

### **UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**

En cas de tossir o esternudar cal fer-ho a la flexora del colze, i utilitzar mocadors d'un sol ús.

#### **SOBRE L'ÚS DE GUANTS**

Tot i que algunes entitats recomanen l'ús de guants, inclús durant la pràctica esportiva, sembla que les recomanacions més actuals al respecte es decanten pel seu desús i per la intensificació de la neteja freqüent de mans.

#### **SOBRE LA NETEJA DE SUPERFÍCIES**

Cal assegurar una correcta neteja de totes les superfícies amb aigua i sabó i la desinfecció posterior de les superfícies de contacte freqüent i els banys. Per a la desinfecció es recomana l'ús de lleixiu diluït (20 ml lleixiu per cada 980 ml d'aigua) o bé productes desinfectants amb efecte virucida (llista de virucides autoritzats pel Ministerio de Sanidad en aquest enllaç:

[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado\\_virucidas.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf))

Les instal·lacions s'han de netejar i ventilar diàriament, i la brossa ha de ser retirada de forma diària en bosses tancades.

En les primeres fases caldrà acudir a les instal·lacions amb l'equipació adequada per no canviar-se a les instal·lacions del club. Quan ja sigui possible, la roba haurà de dipositar-se en bosses tancades per al seu trasllat i rentar-se a 60º de temperatura.

Sobre el material tèxtil utilitzat en la neteja de superfícies (draps i similars), es preferible que sigui rebutjable, i si no és possible, que es renti a 60º de temperatura.

#### **SOBRE LES INSTAL·LACIONS ESPORTIVES**

Caldrà seguir totes les recomanacions exigides per les autoritats sanitàries i de govern pertinents, establertes en cada fase, tot i que en general aniran dirigides a garantir la presència de punts de desinfecció, control i registre sobre l'accés i sortida a les instal·lacions, senyalització amb cartells sobre la necessitat de seguir les recomanacions respecte a la COVID19, neteja de les instal·lacions almenys un cop cada 24 hores, neteja sovint dels llocs i equipaments (poms de portes, cadires, botons d'ascensors, pilotes, teclats d'ordinadors, ...) que entrin en contacte amb les persones, i ventilació freqüent de les instal·lacions.

Hi ha indicacions específiques per a la neteja i manteniment de sistemes de refrigeració. Cal dirigir-se a l'empresa responsable del manteniment per al seu acompliment.

La responsabilitat d'acomplir les mesures respecte a les instal·lacions és del titular de la instal·lació.

#### **SOBRE L'ÚS DE MATERIAL**

Cada persona s'ha de responsabilitzar de netejar el material d'ús comú que hagi utilitzat just en acabar el seu ús i abans que el pugui tocar una altra persona.

En zones comunes, com el gimnàs, per exemple, s'ha d'assegurar la distància de seguretat (mínim 2 metres), l'aforament limitat, i l'ús individual del material. El material només pot ser utilitzat per una persona, i en acabar l'ha de netejar i desinfectar.

## **PROTOCOL COVID-19**

### **UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**

Als entrenaments, el material comú s'ha de netejar de forma constant, a l'inici, durant i en acabar.

#### **SOBRE LA SALUT DELS JUGADORS I JUGADORES**

A dia d'avui s'han descrit seqüeles cardiològiques i pulmonars en persones que han estat infectades pel SARS-COV-2, motiu pel qual resulta indispensable prendre mesures extraordinàries de control mèdic abans de la reincorporació dels afectats a qualsevol activitat esportiva.

Les recomanacions actuals per part de la Comissió Mèdica de la FCR, són:

- Federats sense antecedents de COVID: realitzar la revisió mèdica obligatòria, prèvia a l'obtenció de la llicència federativa si s'ha acomplert la vigència de l'anterior, i si és possible, recomanen la pràctica d'un reconeixement mèdic a tots els jugadors i jugadores abans d'iniciar els primers entrenaments, d'acord amb el que correspongui segons els protocols establert per la Societat Catalana de Medicina de l'Esport.
- Federats amb antecedents de COVID, en funció de les recomanacions que es facin a cada moment.  
Actualment:
  - Si el jugador o jugadora ha presentat la COVID19 però no ha estat hospitalitzat: reconeixement mèdic amb un electrocardiograma de repòs, tot i que la revisió obligatòria encara sigui vigent, i si és asmàtic, es recomana fer a més proves funcionals respiratòries amb broncodil·latació.
  - Si el jugador o jugadora ha presentat la COVID19 i ha estat hospitalitzat per aquest motiu: reconeixement mèdic amb una avaluació cardiològica completa que inclogui ecocardiografia i enzims, tot i que la revisió obligatòria encara sigui vigent, i si és asmàtic, es recomana fer a més proves funcionals respiratòries amb broncodil·latació. En alguns casos pot ser necessària, a més, la pràctica de TAC pulmonar d'alta resol·lució
- **Només es recomanaria la pràctica de proves de diagnòstic de COVID19 si hi ha sospita d'infecció i cal descartar-la.**

Cap jugador o jugadora es podrà reincorporar a la pràctica esportiva després de presentar un quadre sospitós de COVID19, abans dels 14 dies de desaparició dels símptomes i/o de la confirmació d'absència de malaltia.

#### **SOBRE ELS DESPLAÇAMENTS**

Caldrà seguir les recomanacions en cada moment de les autoritats pertinents, minimitzant al màxim la duració dels viatges, l'estància i el número de persones que es desplacen, assegurant la neteja dels mitjans utilitzats abans i després del seu ús, i procurant la màxima distància entre persones.

Trasllat individual (això pot variar en funció de la fase de desconfinament) a les instal·lacions i sempre amb mascareta.

#### **RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES PER A INSTAL·LACIONS I PERSONAL SANITARI**

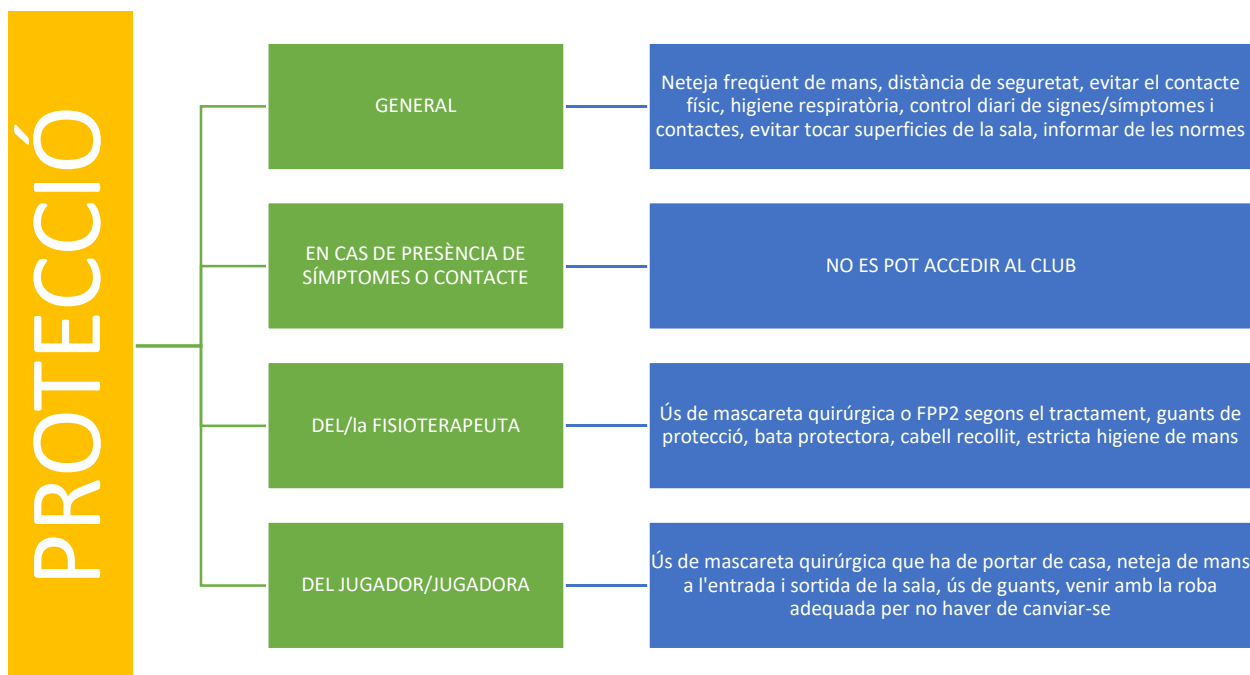
**RESPECTE A L'ESPAI:** la sala sanitària s'ha de poder ventilar després de cada tractament, ha d'assegurar la desinfecció del calçat del pacient a l'entrada, i assegurar a més, que no hi haurà contacte entre jugadors.

**RESPECTE A LES SESSIONS DE TRACTAMENT:** cal assegurar una distància mínima de 2 metres entre lliteres i la neteja de les superfícies utilitzades després de cada pacient. Al final del dia caldrà una neteja de tota la sala i l'eliminació de residus.

Abans d'entrar a la sala caldrà interrogar sobre l'autoavaluació i procedir a prendre la temperatura



## PROTOCOL COVID-19 UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA



### RESPECTE A LA NETEJA:

- En finalitzar la jornada la roba de treball ha de rentar-se a 60°
- Cal netejar la llitera amb lleixiu diluït o altres productes virucides entre cada pacient, així com la resta de superfícies utilitzades.
- Cal ventilar l'espai després de cada tractament.
- Al final del dia l'espai ha de ser netejat amb profunditat i s'han de retirar diàriament tots els residus generats. Es recomana l'ús de papereres amb pedal.

RESPECTE A L'ATENCIÓ SANITÀRIA ELS DIES DE PARTIT: programar durant la setmana els tractaments a realitzar abans del partit, assegurar la inexistència de febre, interrogar sobre la presència de símptomes i/o contactes, ús de mascareta FFP2, així com doble guant que haurà de canviar-se en cada intervenció, prohibir que es toqui el material de la farmaciola a qualsevol persona no sanitària, ús d'ampolles d'aigua individuals, ús de bosses de gels d'un sol ús i individuals, i recollida dels residus produïts en contenidors i retirada de les bosses després del partit.

### NORMES PELS ENTRENAMENTS

(VEURE ANNEX C)

### NORMES PELS PARTITS

(VEURE ANNEX D)

**Tot aquest protocol es d'aplicació per a totes les persones vinculades al club encara que sigui de forma transitòria.**

**PROTOCOL COVID-19**  
**UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**



**ANNEX**  
**DECLARACIÓ RESPONSABLE COVID-19**  
**UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**

Nom (jugador/a, staff, directiu, col·laborador/a) .....

Nom i cognoms del pare, mare o tutor/a .....

DNI/NIE/Passaport .....

Categoria .....

Declaro, responsablement:

1. Que durant els darrers 14 dies hi en aquest moment:
  - No presenta cap simptomatologia compatible amb la COVID-19 (febre, tos, dificultat respiratòria, malestar, diarrea....) o amb qualsevol altre quadre infecciós.
  - No ha estat positiu de COVID-19 ni ha conviscut amb persones que siguin o hagin estat positives.
  - No ha estat en contacte estret amb cap persona que hagi donat positiu de COVID-19 ni que hagi tingut simptomatologia compatible amb aquesta malaltia.
2. Conec que en cas de tenir antecedents mèdics d'alguna de les malalties del següent llistat, formo part del grup de perfil de risc i per tant haig d'extremar les mesures de prevenció respecte del COVID-19
  - Malalties respiratòries greus que necessiten medicació o dispositius de suport ventilatori (inhaladors).
  - Malalties cardíaques greus.
  - Malalties que afecten al sistema immunitari (per exemple, persones que necessiten tractaments immunosupressors).
  - Diabetis mal controlada.
  - Malalties neuromusculars o encefalopaties moderades o greus.
3. Que procuraré tenir el calendari vacunal actualitzat.
4. Que he llegit els protocols de prevenció, higiene i seguretat disposats per l'entitat esportiva, i accepto complir responsablement en la seva totalitat les pautes que hi figuren. Accepto igualment que en cas d'incompliment d'alguna d'elles pugui ser exclòs/sa de l'activitat i/o de la instal·lació esportiva.
5. Autoritzo: (marqueu la casella corresponent)
  - A que es prengui la temperatura al meu fill/a a l'entrada i sortida dels dies d'assistència als entrenaments, trobades, partits, etc.
  - Com a persona major d'edat autoritzo que se'm prengui la temperatura a l'entrada i sortida dels dies d'assistència als entrenaments, trobades, partits, etc.
6. En el cas de presentar qualsevol dels símptomes compatibles amb la COVID-19 em comprometo a la no assistència al club per qualsevol pràctica relacionada amb el rugbi.
7. Conec l'obligació de informar al Club de l'aparició de qualsevol cas de COVID-19.

I, perquè així consti signo la present declaració de responsabilitat i consento explícitament el tractament de les dades que hi ha en aquesta declaració.

Signatura:

Lloc i Data:



# PROTOCOL COVID-19

## UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA

### NORMES PELS ENTRENAMENTS

#### ABANS ENTRENAMENTS

- Tots els jugadors, staff, col·laboradors han d' haver realitzat el curs de la World Rugby
- Tots els jugadors han d'haver omplir el registre de responsabilitat sense ell no podran entrenar.
- Control assistència dels jugadors. Control de les absències per tal de saber el motiu.
- Entrada i sortida única
- Grups estables (grups estables aquells que han tingut contacte estret en la pràctica esportiva i cap dels seus membres hagi presentat la simptomatologia clínica de la COVID19. Sobretot durant els primers 14 dies.
- Arribada entrenaments de forma individual i pressa de temperatura 37,5°C.
- Sempre que sigui possible, han d'arribar als entrenaments amb la roba d'entrenament
- Planificar entrenaments de tal manera que hi hagi suficient espai entre les diferents activitats per tal d'evitar aglomeracions i contacte entre els participants.

#### DURANT ENTRENAMENTS

- Només poden assistir els entrenaments els jugadors/es, staff i col·laboradors. Quedant exclosos l'accés a tota persona aliena a l'equip (pares/familiars/socis, etc).
- Totes les persones, entrenadors, staff, delegats, etc.. han de dur la mascareta i mantenir la distància de seguretat de 2 metres amb altres persones.
- Només els jugadors/es quan estant fent activitat física no cal fer us de la mascareta. Staff tècnic queda exclòs d'aquesta excepció.
- Arribada i sortida dels entrenaments els jugadors han de rentar-se les mans amb aigua i sabó o bé amb solució hidroalcohòlica.
- S'ha d'habilitar un espai per poder deixar els efectes personals. No poden estar en contacte amb els d'altre company.
- En l'etapa que ens trobem els entrenaments que s'han de realitzar seran SENSE CONTACTE.
- El material i l'equipament esportiu que s'utilitzi durant els entrenaments (pilotes, escuts, etc.) s'han de desinfectar adequadament sempre abans, durant el seu ús en els entrenaments (cada 20 minuts) y després. Aquesta desinfecció es realitzarà amb una solució aprovada pel Ministeri de Sanitat.
- No es poden compartir ampolles d'aigua.
- Els entrenadors es netejaran les mans abans d'utilitzar el xiulet. Es recomana la utilització d'un xiulet de botzina.
- Evitar celebracions i contactes voluntaris innecessaris durant els entrenaments.
- Evitar escopir voluntàriament.

#### DESPRÈS ENTRENAMENTS

- Es preferible no utilitzar les dutxes ni vestidors, si no es possible, cal mantenir la distància de seguretat.
- Netejar tot el material utilitzat amb una solució adequada i desar al seu lloc.
- Rentat i desinfecció de la roba y del calçat d'entrenament després de cada entrenament.

#### ALTRES RECOMENACIONS

- Es recomana sempre que sigui possible que els desplaçaments dels esportistes es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. En cas de compartir vehicle cada esportista haurà de fer us de mascareta individual

# **PROTOCOL COVID-19 UNIÓ ESPORTIVA SANTBOIANA**

## **NORMES PELS PARTITS**

- Facilitar protocol/instruccions de la UES al Club visitant/arbitres.
- Respectar protocol establert pel Club on es vagi a jugar.
- Seguir protocols que afectin a la competició.
- Els grups han de ser estables, no es poden fer participar jugadors que no hagin entrenat 14 dies mínim en aquell grup.
- Es realitzaran i s'emplenaran actes escrites de tots els partits per tal de poder fer el seguiment de traçabilitat.
- Full de responsabilitat actualitzat jugadors/staff/ fisios/ preparadors físics dels dos equips.
- Full de responsabilitat dels arbitres.