

PLA DE CONTINGÈNCIA PER LA COVID-19 DELS CLUBS ESPORTIUS DEL TEB



CONSIDERACIONS GENERALS

1.- INTRODUCCIÓ

Aquests és el Pla de Contingència dels Clubs del Grup Cooperatiu TEB:

- Club Esportiu TEB
- Club d'Hoquei Interior TEB
- Club Ciclista del Verdum Sant Jordi

Es tracta d'una essencial per poder posar en marxa les activitat esportives després de l'aturada que ha suposat el confinament.

Aquest document s'emmarca dins del Pla de desconfinament progressiu en el sector esportiu de Catalunya, i segueix les indicacions que es van emetent per part de les autoritats de govern i sanitàries del país.

També té en compte les especificitats del col·lectiu de persones amb discapacitat intel·lectual

Es tracta d'un document viu, on s'aniran incorporant les modificacions oportunes a partir de les disposicions emeses per les autoritats sanitàries

2.- OBJECTIUS

- ü Mantenir al màxim possible la pràctica esportiva de les persones amb discapacitat intel·lectual en el marc de la situació de Pandèmia

L'activitat física i la pràctica regular de l'esport són imprescindibles pera a:

- o Mantenir una vida activa
- o Reduir el sedentarisme
- o Ajudar a adquirir hàbits saludables
- o Prevenció de malalties cròniques
- o Millora del benestar físic i també emocional

L'esport és també un element clau per contribuir a un entorn inclusiu de les persones amb discapacitat intel·lectual.

- ü Garantir al la prevenció i seguretat per tal de reduir al màxim el risc de contagi de la Covid-19 per totes aquelles tenen relació amb els clubs del TEB: socis, equip de monitors, persones usuàries, voluntàries,, etc.

3. NORMATIVA DE REFERÈNCIA

Decret 63/2020, de 18 de juny, de la nova governança de l'emergència sanitària provocada per la COVID-19. • Resolució SLT/1429/2020, de 18 de juny, per la qual s'adopten mesures bàsiques de protecció i organitzatives per prevenir el risc de transmissió i afavorir la contenció de la infecció per SARS-CoV-2.

El Pla Nacional per a la Reactivació de l'Esport i l'Activitat Física a Catalunya davant dels efectes de la Covid-19:

https://esport.gencat.cat/web/.content/home/arees_dactuacio/afectacio-coronavirus-esport/Pla-Nacional-per-a-la-Reactivacio-de-IEsport_Catala_17_juny2020.pdf

Dintre d'aquest Pla, especialment tenim en compte el protocol general Document "Mesures de seguretat i condicions generals en instal·lacions esportives"

https://esport.gencat.cat/web/.content/home/arees_dactuacio/afectacio-coronavirus-esport/SGE_PROTOCOL_GENERAL_MESURES.pdf

De manera específica s'ha tingut en compte els protocols de les instal·lacions següents:

- ü Protocol de Seguretat i Higiene Temprada 2020-21 Poliesportiu Municipal Torras i Bages.
- ü [Protocol amb les mesures de protecció contra la Covid-19 en proves de ciclisme a l'aire lliure en rutes de carretera](#)
- ü Mesures Covid per als Nadadors del TEB Poliesportiu Sagrada Família Horta

3.- TEMPORALITAT I ACTUALITZACIÓ

Aquest Pla estarà vigent durant el temps que duri la situació d'emergència provocada per la Covid-19.

S'actualitzarà constantment en funció de les indicacions de les autoritats sanitàries i a mesura que es vagi avançant en les diverses fases de la Pandèmia.

Al peu de pàgina sortirà la data i l'hora de la darrera actualització.

El document actualitzat estarà penjat al web del Grup Cooperatiu TEB:
<http://www.teb.org>.

Els canvis es comunicaran per escrit als monitors/es, i als esportistes, i a les seves famílies i/o tutors, si s'escau,

4. CRITERIS GENERALS

Els criteris a partir dels quals s'ha elaborat aquest protocol són els següents:

1. Totes les activitats es duran a terme en instal·lacions que compleixin la normativa del PROCICAT
2. La mascareta és obligatòria, excepte en el moment de fer activitats física i esportiva, llevat d'aquelles persones que n'estiguin exemptes per indicacions mèdiques. Es recomana que tothom porti de casa una bosseta de tela o un sobre amb el nom per deixar la mascareta abans de començar l'activitat.
3. Es mantindrà, com a mínim, la distància de seguretat d'1,5 m (equival a espai de seguretat de 2,5 m² per persona).
4. Es realitzarà higiene i rentat freqüent de mans (aigua i sabó; solució hidroalcohòlica).
5. L'esport es practicarà en un grup estable i s'organitzarà de manera que no es tingui contacte amb altres grups.
6. Es garantirà la traçabilitat d'esportistes, entrenadors/es en cas que n'hi hagi algun contagi.
7. Totes les persones hauran de signar la declaració de responsabilitat específica de Covid-19.
8. En els esports que sigui possible, s'evitarà compartir material.

9. Tot el material es desinfectarà seguint les indicacions sanitàries.
10. Tothom portarà ampolla d'aigua de casa, marcada amb el nom. No es podran compartir les ampolles.
11. Tothom haurà de venir canviat de casa per a la pràctica esportiva. No es farà ús dels vestuaris.
12. Només es permetran tovalloles individuals per eixugar-se la suor. No es podran compartir.
13. Es registrarà l'assistència a l'activitat i estarà disponible en cas de necessitat per possible intervenció de les autoritats sanitàries.
14. Queden prohibides les actituds incíviques, especialment aquelles que atempten contra la seguretat en la situació de Pandèmia com per exemple escopir.
15. En cas de competicions, se supervisarà que aquestes segueixin la normativa aprovada pel PROCICAT

5. NORMATIVA DE COMPLIMENT OBLIGATORI

Aquest Pla s'ha redactat per garantir la màxima seguretat de totes aquelles persones que participen en les activitat i són d'obligat compliment.

Qualsevol incompliment de les normes comportarà l'expulsió de l'activitat, entenent que preval el criteri de garantir la salut pública.

6. COMITÈ DE SEGURETAT, PREVENCIÓ I COMUNICACIÓ DE LA COVID-19 DEL GRUP COOPERATIU TEB

L'elaboració del Pla de contingència, així com la responsabilitat del seu seguiment recau en el Comitè de Comitè de Seguretat, Prevenció i Comunicació del Grup Cooperatiu TEB. Les seves funcions són:

FUNCIONS

Les funcions d'aquesta comitè són les següents:

- Elaborar i publicar la normativa per a les activitats, així com el material de prevenció.
- Supervisar el compliment de les mesures de seguretat
- **SOL·LICITAR I SUPERVISAR LA FORMACIÓ NECESSÀRIA SOBRE LA COVID-19**, de manera coordinada amb el Departament de Recursos Humans.
- Garantir el material necessari per a la prevenció i seguretat de la Covid: desinfectants per al material, hidroalcohol, guants, mascaretes...
- Mantenir una comunicació estreta amb la persona coordinadora de les activitats
- Reportar a la Junta Directiva dels Clubs Esportius TEB.
- Actuar com a interlocutores davant d'autoritats sanitàries, esportives i agents de seguretat.

COMPOSICIÓ

- Montserrat Roger Palau, directora de l'Àrea Social del Grup Cooperatiu TEB
- Elisabet Roman Hidalgo, directora de Qualitat del Grup
- Pepa Muñoz Quintana, directora de Comunicació i Promoció Cooperativa del Grup.

è Telèfon: **636 03 33 14**

ESPECIFICITATS DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA

MESURES DE SEGURETAT COMUNES

ABANS D'INICIAR QUALSEVOL ACTIVITAT ESPORTIVA

- 1) **TEMPERATURA:** Es prendrà la temperatura de tothom (esportistes, entrenadors/es, coordinadors/es...). Si aquesta és superior a 37,3 °C o hi ha algun dubte amb la presa de temperatura, es trucarà a Joan Cano o a qualsevol persona del Comitè de Prevenció, Seguretat i Comunicació davant el Covid-19 del TEB. Mentrestant, la persona quedarà apartada de l'activitat.
- 2) Rentar bé les mans abans de cada activitat i desinfectar amb gel hidroalcohòlic.
- 3) **ACOMPANYANTS:** En el cas que una persona necessiti persona acompanyant, només podrà entrar en el cas que així ho permeti el protocol d'accés a les instal·lacions. Aquesta haurà de quedar en l'espai reservat per a espectadors i apartada del grup.
- 4) El material és d'ús exclusiu del TEB i haurà d'estar desinfectat prèviament; si hi ha dubtes al respecte, caldrà desinfectar-lo abans d'iniciar l'activitat.

EN ACABAR QUALSEVOL ACTIVITAT ESPORTIVA:

- 1) Tothom es rentarà les mans en acabar l'activitat i es desinfectarà amb gel hidroalcohòlic.

- 2) En el cas que sigui material propi, com les botxes, cadascú recollirà el seu propi material.
- 3) Els entrenadors/es desinfectaran el material amb el líquid desinfectant adequat i es deixarà a l'espai corresponent.

DESINFECCIÓ DE MATERIAL

- Un cop acabada l'activitat, el material es netejarà amb el desinfectant DS300, un producte autoritzat com a virucida pel Ministeri de Sanitat.



MINISTERIO DE SANIDAD

SECRETARÍA GENERAL DE SANIDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA, CALIDAD E INNOVACIÓN
SUBDIRECCIÓN GENERAL DE SALUD AMBIENTAL Y SALUD LABORAL

Nombre Comercial	Número de Registro	Sustancia Activa	Usuario	Forma de aplicación	Registro Nacional/Europeo
DESINBAC DS	20-20-03807-NA	Etanol 65,00% Cloruro de benzil-C12-Cl16-alquil dimetilamonio: 0,008%	-Personal profesional	* desinfección de contacto superficies y equipos por pulverización, inmersión o circulación con el producto puro, respetando los tiempos de contacto.	Nacional
SANIVIR	20-20/AD 02776-NA	Gliceraldehído: 15,00 % Cloruro de clorhidrato de metilamonio: 10,00 %	-Personal especializado	* desinfección de contacto superficies y equipos por pulverización con el producto diluido en agua, respetando los tiempos de contacto. * desinfección aérea: nebulización o termonebulización con el producto diluido en agua, respetando los tiempos de contacto.	Nacional
GERMOSAN NOR BP3	18-20/AD 09512-NA	cloruro de clorhidrato de dimetilamonio: 0,3%	-Personal profesional	* desinfección de contacto superficies y equipos por pulverización, inmersión o bayeta con el producto diluido en agua, respetando los tiempos de contacto.	Nacional
AFESIN DAILY	16-20-06022-NA	Cloruro de clorhidrato de dimetilamonio: 4,5%	-Personal profesional	* desinfección de contacto superficies mediante mopa, bayeta o esponja con el producto diluido en agua, respetando los tiempos de contacto.	Nacional
DS 300	19-20-09505-NA	Etanol: 65% Cloruro de benzil C12-Cl16	-Personal profesional	* desinfección de contacto superficies y equipos por pulverización e	Nacional

91
Última actualización: 06/06/2020

BÀSQUET I FUTBOL

- 1) Els entrenament es faran a la Pista Poliesportiva Torras i Bages. L'entitat responsable és el Club Sant Joan de Mata.
- 2) Es durà a terme en grups estables i permanents de com a màxim 15 persones.
- 3) No està permesa l'entrada de públic als entrenaments.
- 4) Cada entrenador/a prendrà la temperatura i registrarà l'assistència de cada sessió del seu grup i la farà arribar de la manera en què s'estableixi al coordinador dels esports del TEB, Joan Cano.
- 5) Cal utilitzar la mascareta fins al lloc de realització de l'activitat. Un cop acabada l'activitat física, cal posar-se-la novament.
- 6) Els esportistes han de venir canviats de roba i calçat esportius perquè no està prevista la utilització dels vestidors ni al Poliesportiu ni a la Pista.
- 7) No es podran utilitzar les dutxes.
- 8) Els esportistes compartiran el mínim material possible.
- 9) La responsabilitat de la desinfecció del material és de l'entrenador/a responsable de cada grup.
- 10) Les instal·lacions tenen disponible gel hidroalcohòlic. Tot i això el TEB proveirà d'una ampolla de gel hidroalcohòlic a cada grup.
- 11) Les instal·lacions disposen d'un punt d'aigua exclusiu per recarregar les ampolles d'aigua. En cap cas es pot beure a gallet.
- 12) Es recomana que els entrenadors/es utilitzin la mascareta durant la pràctica esportiva sempre que no puguin guardar la distància d'1,5 m de distància.
- 13) Hi ha una zona de descans del grup on es podran deixar les bosses personals dels esportistes. Han d'estar separades les unes de les altres, en cap cas amuntegades.
- 14) Com que es tracten d'activitats amb contacte, especialment el bàsquet, es realitzaran pauses per rentar les mans amb gel hidroalcohòlic.
- 15) Mantenir la distància respecte d'altres grups. Es vetllarà perquè les entrades entre grups siguin esglaonades.

CICLISME

- 1) La pràctica de ciclisme es realitza en espais exteriors del Maresme, Barcelonès, Vallès Oriental i Vallès Occidental.
- 2) L'entrenador/a prendrà la temperatura i registrarà l'assistència de cada sessió del seu grup i la farà arribar de la manera en què s'estableixi al coordinador dels esports del TEB, Joan Cano.
- 3) En aquest esport no es comparteixen materials.
- 4) Es realitza en un grup estable de, com a màxim 6 persones.
- 5) Caldrà mantenir la higiene de mans. L'entrenador/a disposarà d'un pot de gel hidroalcohòlic per realitzar el rentat de mans a l'iniciar l'activitat i en les parades que es facin.
- 6) Es respectaran les distàncies de seguretat entre les persones que participen en l'activitat i no es podran compartir les bicicletes.
- 7) En cas que es facin aturades en què no es respectin les distàncies de seguretat de, com a mínim 1,5 m, caldrà utilitzar la mascareta.
- 8) Evitar les salutacions amb les mans i els xocs de mans.

HANDBOL I HOQUEI

- 1) Els entrenaments de Handbol es realitzaran a les Instal·lacions del Pavelló Mundet (C. Olympe de Gouges s/n), gestionades per la Federació ACELL
- 2) Es durà a terme en grups estables i permanents de com a màxim 15 persones.
- 3) No està permesa l'entrada de públic als entrenaments.
- 4) Cada entrenador/a prendrà la temperatura i registrarà l'assistència de cada sessió del seu grup i la farà arribar de la manera en què s'estableixi al coordinador dels esports del TEB, Joan Cano. Durant el procés de presa de temperatura es mantindran les distàncies obligatòries a les instal·lacions de 2 metres.
- 5) Cal utilitzar la mascareta fins al lloc de realització de l'activitat. Un cop acabada l'activitat física, cal posar-se-la novament.
- 6) Els esportistes han de venir canviats de roba i calçat esportius perquè no està prevista la utilització dels vestidors ni al Poliesportiu ni a la Pista.

- 7) No es podran utilitzar les dutxes.
- 8) Els esportistes compartiran el mínim material possible.
- 9) La responsabilitat de la desinfecció del material és de l'entrenador/a responsable de cada grup.
- 10) Les instal·lacions no tenen disponible gel hidroalcohòlic. Cada entrenador/a comptarà amb una ampolla que proporcionarà TEB per a cada grup per desinfectar les mans..
- 11) Cadascú ha de portar la seva ampolla d'aigua. No es podrà emplenar ni als vestuaris ni a la font.
- 12) Es recomana que els entrenadors/es utilitzen la mascareta durant la pràctica esportiva sempre que no puguin guardar la distància de 2 m de distància.
- 13) Les bosses individuals es deixaran on indiquin al Pavelló i es vetllarà perquè no es deixen amuntegades.
- 14) Com que es tracten d'activitats amb contacte, especialment el bàsquet, es realitzaran pauses per rentar les mans amb gel hidroalcohòlic.
- 15) Limitar el contacte físic al propi de l'activitat. Evitar les salutacions amb les mans, els xocs de mans o les abraçades.
- 16) Mantenir la distància respecte d'altres grups. Es vetllarà especialment perquè hi hagi entrades esglaonades entre grups.

PETANCA

- 1) Els entrenaments de petanca es realitzen a les pistes de (PENDENT que són a l'aire lliure.
- 2) L'entrenador/a prendrà la temperatura i registrarà l'assistència de cada sessió del seu grup i la farà arribar de la manera en què s'estableixi al coordinador dels esports del TEB, Joan Cano.
- 3) Cada esportista porta les seves pròpies boles i és responsable de desinfectar-les amb hidroalcohol en acabar l'activitat.
- 4) La mascareta higiènica serà obligatòria durant tota l'activitat per a totes les persones participants, incloent-hi entrenadors/es.
- 5) Es realitza en un grup estable i permanent de, com a màxim 8 persones.
- 6) Caldrà mantenir la higiene de mans. L'entrenador/a disposarà d'un pot de gel hidroalcohòlic per realitzar el rentat de mans a l'iniciar l'activitat i en les parades que es facin.
- 7) Es respectaran les distàncies de seguretat de com a mínim 1,5 m entre les persones que participen .
- 8) Evitar les salutacions amb les mans, els xocs de mans, les abraçades..

TENNIS TAULA

- 1) Els entrenaments de petanca es realitzen al menjador de TEB/Estació
- 2) L'entrenador/a prendrà la temperatura i registrarà l'assistència de cada sessió del seu grup i la farà arribar de la manera en què s'estableixi al coordinador dels esports del TEB, Joan Cano.
- 3) Cada esportista porta les seves pròpies pales que no podran ser compartides amb la resta de jugadors/es.
- 4) Abans de començar cada torn, es desinfectarà la taula i les pilotes amb el líquid desinfectant adequat.

- 5) La mascareta higiènica serà obligatòria mentre els jugadors/es esperen el seu torn per jugar i recomanable per a les persones que hi juguen.
- 6) Es realitza en un grup estable i permanent de, com a màxim 7 persones.
- 7) Caldrà mantenir la higiene de mans. L'entrenador/a disposarà d'un pot de gel hidroalcohòlic per realitzar el rentat de mans a l'iniciar l'activitat i en les parades que es facin.
- 8) Es respectaran les distàncies de seguretat de com a mínim 1,5 m entre les persones que esperen el seu torn per jugar.
- 9) S'evitaran les salutacions amb les mans, els xocs de mans, les abraçades.

NATACIÓ

- 1) Els entrenaments de natació es realitzen a les instal·lacions del Poliesportiu Col·legi SAFA Horta (C. Torrent del Carmel, 1).
- 2) Es durà a terme en grups estables i permanents de com a màxim 9 persones.
- 3) No està permesa l'entrada de públic als entrenaments.
- 4) S'accedeix a la instal·lació per una estora que desinfecta el calçat del carrer.
- 5) El transit per les zones de les activitats es farà amb el calçat esportiu, amb xancletes o peücs corresponents.
- 6) Cada entrenador/a prendrà la temperatura i registrarà l'assistència de cada sessió del seu grup i la farà arribar de la manera en què s'estableixi al coordinador dels esports del TEB, Joan Cano. Durant el procés de presa de temperatura es mantindran les distàncies obligatòries a les instal·lacions de 2 metres.
- 7) El Pla general de desinfecció d'espais del Poliesportiu garanteix la correcta recepció dels grups en cada torn i espai:
 - a. Desinfecció de bancs
 - b. Neteja i desinfecció de terres
 - c. Neteja i desinfecció de wc.
 - d. Els penjadors estan fora de servei
- 8) El Pla general de les instal·lacions també recull l'espai suficient als vestidors per als participants, així com la seva ventilació.
- 9) Cal utilitzar la mascareta fins al lloc de realització de l'activitat. Un cop acabada l'activitat física, cal posar-se-la novament.
- 10) Els esportistes compartiran el mínim material possible.
- 11) El protocol de les instal·lacions garanteixen la desinfecció de tot el material abans que l'utilitzi cada grup.
- 12) Les instal·lacions tenen disponible gel hidroalcohòlic. Tot i això, cada entrenador/a comptarà amb una ampolla que proporcionarà TEB per a cada grup per desinfectar les mans.

- 13) Cadascú ha de portar la seva ampolla d'aigua. No es podrà emplenar ni als vestuaris ni a la font.
- 14) És obligatori que els monitors portin sempre la mascareta.
- 15) Les bosses individuals es deixaran on indiquin al Pavelló i es vetllarà perquè no es deixen amuntegades.
- 16) Com que es tracten d'activitats amb contacte, especialment el bàsquet, es realitzaran pauses per rentar les mans amb gel hidroalcohòlic.
- 17) Limitar el contacte físic al propi de l'activitat. S'evitaran les salutacions amb les mans, els xocs de mans o les abraçades.
- 18) Mantenir la distància respecte d'altres grups. Es vetllarà especialment perquè hi hagi entrades esglaonades entre grups.