

MESURES PERSONALS D'HIGIENE I PREVENCIÓ DAVANT DEL COVID-19

1. El o la menor no hauria d'assistir a l'activitat si:

- És vulnerable o conviu amb alguna persona vulnerable (per edat, per estar embarassada o per tenir afeccions mèdiques anteriors com hipertensió arterial, malalties cardiovasculars, diabetis, malalties pulmonars cròniques, càncer o immunodepressió).
- Presenta qualsevol simptomatologia (tos, febre, dificultat respiratòria, etc.) que pogués estar associada amb el COVID-19. Cal contactar amb el telèfon d'atenció al COVID-19 o amb el centre d'atenció primària i seguir les seves instruccions. Consulta el decàleg de com actuar en cas de símptomes aquí:
(https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/documentos/20200325_Decalogo_como_actuar_COVID19.pdf).
- Ha estat en contacte estret amb convivents, familiars i persones que hagin estat en el mateix lloc que un cas mentre aquest presentava símptomes (a una distància menor de 2 metres durant al menys 15 minuts), o ha compartit espai sense mantenir la distància interpersonal amb una persona afectada pel COVID-19, inclús en absència de símptomes, en els últims 14 dies.

2. Recomanacions per als i les assistents a l'activitat:

- Utilitzar mascareta i guants quan ho indiqui el personal de l'activitat.
- Complir totes les mesures de prevenció que indiqui el personal de l'activitat.
- Procurar mantenir la distància interpersonal de 2 metres sempre que sigui possible.
- Evitar la salutació amb contacte físic, inclòs donar la mà.
- Rentar-se freqüentment les mans amb aigua i sabó, o amb solució hidroalcohòlica, especialment després de tossir o estossegar, després de tocar superfícies potencialment contaminades, i a l'inici i final de les activitats, durant al menys 40 segons.
- En cas de tenir els avantbraços descoberts durant l'activitat, incloure el rentat dels avantbraços.
- En tossir o estossegar, tapar-se el nas i la boca amb un mocador d'un sol ús, i llençar-lo preferentment en un cubell que tingui tapa. Si no es disposa de mocadors d'un sol ús, es pot utilitzar la part interna del colze per no contaminar les mans.
- Evitar tocar-se els ulls, el nas i la boca.
- Si es comença a notar símptomes, avisar a les persones responsables de l'activitat, extreure les precaucions de distància i d'higiene, i contactar urgentment amb el metge d'atenció primària o amb el telèfon d'atenció al COVID-19.

3. Desplaçaments al centre:

- Sempre que es pugui, cal prioritzar les opcions de mobilitat que millor garanteixin la distància interpersonal d'aproximadament 2 metres.
- Si es va caminant, en bicicleta o moto, no és necessari portar mascareta, si es pot mantenir la distància interpersonal.
- Si cal desplaçar-se en cotxe, es recomana extreure les mesures de neteja del vehicle i mantenir la major distància possible entre els ocupants (també si s'agafa un taxi o un VTC).
- En els viatges en transport públic cal utilitzar mascareta, i procurar mantenir la distància interpersonal amb la resta d'usuaris.
- Es recomana utilitzar els equips de protecció individual des de la sortida de casa.

4. En el desenvolupament de l'activitat:

- Les persones responsables de l'activitat s'encarregaran de vetllar pel compliment de la distància i mesures de seguretat.
- Els i les participants portaran mascareta i guants quan se'ls requereixi.
- Els i les participants hauran d'obeir als responsables de grup i mantenir la distància interpersonal d'aproximadament 2 metres, sempre que sigui possible, i en tot cas evitar el contacte físic continu amb d'altres participants.