



PROTOCOL DE L'ILURO HOCKEY CLUB PER LA PREVENCIÓ DE LA TRANSMISSIÓ DE LA COVID-19 EN EL DESENVOLUPAMENT DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA AL NOSTRE CLUB

Aquest document descriu les indicacions per tal d'evitar la infecció per Sars-CoV-2 durant un entrenament/partit i les mesures a prendre si es detecta a alguna persona de l'entorn esportiu (jugadors/es, tècnics o voluntaris) amb símptomes del Covid-19.

És un document d'obligat compliment per tothom.

La redacció d'aquest protocol intern de l'Iluro Hockey Club, s'ha basat en les següents fonts consultades:

- Protocol prevenció COVID19 - Federació Catalana de Hockey
- Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya
- Secretaria General d'esports

Si algú, jugadors/es, tècnics, voluntaris o acompanyants, presenta símptomes compatibles amb la Covid-19 abans d'un entrenament/partit, és de vital importància que s'abstingui d'acudir al mateix.

ÍNDEX

- Principis (Pàg. 2)
 - Mesures de prevenció generals (Pàg. 3)
 - Identificació responsable compliment (Pàg. 3)
 - Mesures de prevenció segons la situació (Pàg. 4)
 - Actuació en cas de símptomes compatibles i/o positiu per Covid-19 (Pàg. 8)
 - Símptomes més habituals de la Covid-19 (Pàg. 9)
 - Annex. Informació divulgativa de Salut (Pàg. 10)
-

PRINCIPIS

Les mesures i actuacions contingudes en el PROTOCOL hauran de ser informades d'acord els següents principis rectors:

- **Objecte.** El PROTOCOL serà el marc general d'aplicació per tal d'evitar el contagi per COVID-19 entre les persones de l'entorn de l'Iluro Hockey Club. Les mesures previstes en el PROTOCOL s'aplicaran mentre duri l'estat de pandèmia sanitària, amb independència de l'espai on es desenvolupi l'activitat i de qui sigui l'organitzador d'aquesta. A l'efecte, s'entendrà estat de pandèmia sanitària el període durant el qual les autoritats sanitàries competents mantinguin les mesures escaients de prevenció per evitar el contagi de COVID-19.
- **Jerarquia normativa.** Les mesures previstes en el PROTOCOL seran d'aplicació sempre que l'activitat objecte pugui desenvolupar-se d'acord amb la normativa emesa per les autoritats sanitàries corresponents. El PROTOCOL no autoritzen per si mateix la realització de cap activitat específica, essent la seva finalitat preveure l'actuació determinada per desenvolupar activitat de hockey permesa.
- **Prudència.** En la interpretació i aplicació del PROTOCOL, els participants i organitzadors de l'activitat esportiva es regiran per l'observança del criteri de prudència; essent d'elecció preferent l'opció que davant d'una mateixa situació garanteixi una millor protecció davant del contagi.
- **Mitjans telemàtics.** Es realitzaran per mitjans telemàtics i garantint la distància social de seguretat totes aquelles actuacions pròpies de les activitats objecte dels PROTOCOLS que puguin realitzar-se per aquests mecanismes.

MESURES DE PREVENCIÓ GENERALS

El PROTOCOL inclou en tot moment els criteris generals que s'especifiquen tot seguit:

- **DISTÀNCIA DE SEGURETAT.** Es preservarà la distància física interpersonal de seguretat en 1,5 m en general, amb l'equivalent a un espai de seguretat de 2,5 m² per persona.
- **MASCARETA.** Les persones de més de 6 anys estan obligades a l'ús de la mascareta, tot i que no serà exigible durant els partits de hockey. Són recomanables en les banquetes i s'ha de guardar juntament amb el seu equipament en el moment de jugar (funda).
- **HIGIENE DE MANS.** Cal fer un rentat freqüent de mans mitjançant solucions hidroalcohòliques així com amb aigua i sabó.
- **GRUPS ESTABLES** En el cas que no es pugui garantir la distància de seguretat, cal desenvolupar els partits i els entrenaments mitjançant grups estables. S'entén com a grups estables aquells que de forma continuada, hagin tingut contacte estret en la pràctica esportiva i cap dels seus membres hagi presentat la simptomatologia clínica de la COVID-19, cal tenir especial cura durant els primers 14 dies del grup de contacte fins a l'estabilització del grup.
- **TRAÇABILITAT.** Cal garantir les mesures que facilitin identificar els esportistes, tenir el control de la simptomatologia clínica i dels seus possibles contactes de risc. Per aquesta raó farem servir les actes del partits que els delegats hauran complimentat tot tancant les convocatòries a través de l'aplicació de gestió de la Federació Catalana de Hockey i dels jugadors i jugadores que prèviament hauran obtingut la validació de la seva fixa federativa tot adjuntat els documents corresponents: el document de responsabilitat covid-19, prova mèdica i pagament del cost de les despeses federatives que comporti de la mateixa.
- **DECLARACIÓ DE RESPONSABILITAT.** Als efectes de crear grups estables i oferir major garanties de traçabilitat, els participants de les activitats esportives de hockey han de declarar que els darrers 14 dies no s'ha tingut cap simptomatologia compatible amb la COVID-19, no haver estat positiu, no haver conviscut amb persones que ho hagin estat, ni haver tingut contacte estret amb persones afectades per la mateixa.

IDENTIFICACIÓ RESPONSABLE DEL COMPLIMENT

El màxim responsable del protocol per part de la l'Iluro Hockey Club serà el Sr. **Héctor Caballero**, gerent i director esportiu del Club. Ell vetllarà pel compliment del PROTOCOL i serà l'interlocutor tant amb l'autoritat sanitària com amb la Federació Catalana de Hockey.

MESURES DE PREVENCIÓ SEGONS LA SITUACIÓ

a) Abans d'iniciar l'entrenament o el partit

L'esportista, jugador/a de hockey

- Es recomana que els desplaçaments dels esportistes es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran en la mesura dels possibles els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin, cada esportista haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- Sempre que sigui possible, arribarà al lloc de l'activitat amb la roba esportiva ja posada procurant evitar l'ús de vestidors.
- El material (protector vocal, pals, guants, mascaretes, botelles hidratants..) i l'equipament esportiu propi haurà desinfectar-se abans del seu ús, d'acord amb les instruccions acordades i publicades pel departament competent, i en especial les autoritats sanitàries.
- Cada jugador/a aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Cada jugador de hockey mantindrà la distància de seguretat interpersonal en els seus desplaçaments fins abans d'iniciar l'activitat.
- En el moment de la salutació, tant al inici com al final el partit, recomanem substituir l'habitual salutació amb les mans per la xocada d'sticks per tal de saludar-se.
- Cada jugador/a de hockey farà ús de la mascareta fins el moment d'iniciar l'activitat esportiva, menys per a les persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.
- Cada jugador de hockey facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.

Treballadors, voluntaris, equip tècnic i àrbitres.

- Es recomana que els desplaçaments dels treballadors o voluntaris es facin de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitaran en la mesura dels possibles els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin, cada persona haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- En cas d'utilitzar roba específica o uniforme, cada treballador/voluntari arribarà al lloc de l'activitat amb aquesta ja posada en la mesura que sigui possible. En aquest sentit s'haurà d'evitar la utilització de vestidors.
- Serà necessari el rentat habitual i constant de mans mitjançant la solució hidroalcohòlica així com aigua i sabó.
- Cada treballador o voluntari aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Cal que cada treballador o voluntari mantingui la distància de seguretat en els seus desplaçaments respecte la resta de persones.

- Es farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Cada treballador facilitarà les dades de contacte a través del programa de gestió de la Federació Catalana de Hockey i de l'aplicació per garantir el registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.

L'organitzador

- Comunicarà i informarà de les mesures del PROTOCOL a les persones treballadores a càrrec, el voluntariat que hi participi i els participants de l'activitat. En aquest sentit, s'assegurarà de la disposició d'infografies informatives amb aquesta finalitat.
- Durà a terme una neteja inicial exhaustiva i la desinfecció dels espais i el material d'ús de l'activitat que aporti l'organitzador.
- Dotarà de material EPI a les persones treballadores i voluntàries que participen en el desenvolupament de l'activitat. El material ha de ser l'adequat per a la funció desenvolupada i, en cas d'incorporar més d'un element, aquests han de ser compatibles entre ells.
- Procurarà un sistema d'inscripció a l'activitat per mitjà telemàtic.
- Impedirà l'accés a l'espai de l'activitat a les persones que presentin símptomes relacionats amb la COVID-19.
- Establirà indicadors per a evitar la formació d'aglomeracions de persones.
- En la mesura del possible, col·locarà dispensadors del gel hidroalcohòlic en l'espai de l'activitat per al seu lliure ús de les persones participants.
- El responsable vetllar pel compliment de les mesures previstes en el PROTOCOL, així com de les vigents en la normativa sanitària aplicable en cada moment.
- El responsable de compliment del PROTOCOL supervisarà el flux de trànsit en els accessos per evitar la formació d'aglomeracions.
- Registrarà el nom i cognom així com les dades de contactes de les persones participants en l'activitat; ja siguin esportistes, treballadores, voluntàries o organitzadores, per garantir la traçabilitat.

El públic

- Es recomana que els desplaçaments del públic es faci de forma individual o exclusivament amb familiars convivents. S'evitarà els desplaçaments col·lectius, o en cas que aquests es desenvolupin així s'haurà de fer ús individual de les mascaretes.
- Evitarà la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat
- Mantindrà la distància de seguretat.
- Farà ús de la mascareta menys per a les persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.
- Cada treballador facilitarà les dades de contacte a través del programa de gestió de la Federació Catalana de Hockey i de l'aplicació per garantir el registre de les persones assistents a l'activitat que garanteixi la traçabilitat del grup.

b) Durant l'activitat esportiva i de hockey.

En aquest apartat totes les mesures de seguretat i higiene s'han d'adaptar a les diferents modalitats esportives i a cada activitat. Entre elles, especialment, serà necessari adoptar mesures per evitar la concentració de persones, tant en sortides i arribades d'esportistes, així com també s'hauran d'identificar els punts o moments en què el risc de concentració de persones pugui incrementar-se.

L'esportista i jugador/a de hockey

- Procurarà, sempre que sigui possible, mantenir la distància de seguretat i evitar el contacte amb altres participants.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.
- Mantindrà els seus materials (protector vocal, pals, guants, mascaretes, botelles hidratants...) i utensilis personals en la bossa pròpia que aporti a l'efecte, amb una utilització individual incloent el material d'avituallament que sigui necessari per l'activitat.

Treballadors, voluntaris, equip tècnic i àrbitres.

- Mantindrà la distància de seguretat entre les persones i els esportistes que desenvolupen l'activitat.
- Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.

L'organitzador

- Dur a terme ventilació creuada de forma periòdica l'espai de l'activitat en cas que es tracti d'instal·lació tancada.
- En la mesura del possible, desinfectarà després de cada ús el material que hagi de ser compartit pels esportistes durant l'activitat.
- Desinfectarà els espais de vestuaris i dutxes després de cada torn d'ús.
- En cas de facilitar l'avituallament, l'organització haurà de disposar d'una persona responsable que lliuri el material i que compleixi amb la normativa de salut en relació al tractament dels aliments tot evitant la concentració de persones.
- Garantirà el subministrament de gel hidroalcohòlic en dispensadors fins a la finalització de l'activitat.
- El responsable de compliment del PROTOCOL supervisarà l'aplicació de les mesures, resoldrà i anotarà les incidències que s'ocasionin.

El públic

- Mantindrà la distància de seguretat.
- Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.

c) Després de l'activitat

L'esportista i jugador/a de hockey

- Mantindrà els seus materials (protector vocal, pals, guants, mascaretes, botelles hidratants) personals en la borsa pròpia que aporti a l'efecte.
- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments
- Si fa falta utilitzar els vestuaris i dutxes, cal mantenir també la distància de seguretat i prohibir desplaçar-se descalç.
- Farà ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitarà la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.
- Evitarà aglomeracions a la sortida de les activitats.

Treballadores, voluntaris, equip tècnic i àrbitres.

- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments.
- Farà ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitarà la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.
- Evitarà aglomeracions a la sortida de les activitats.

L'organitzador, associació o club de hockey

- El responsable de compliment del PROTOCOL supervisarà el flux de trànsit en la sortida per evitar la formació d'aglomeracions.
- Guardarà el registre d'assistents i participants així com les declaracions responsables aportades per un termini mínim de 30 dies naturals des de la data de l'activitat i estarà a disposició de les autoritats sanitàries en cas que sigui requerit com a conseqüència de positius en contagi per COVID19.

El públic

- Evitarà la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat, garantint una sortida esglaonada.
- Serà necessari evitar que en la sortida, els espectadors s'aturin en el circuit de sortida de la instal·lació.
- Mantindrà la distància de seguretat en la seva sortida.
- Farà ús de la mascareta menys per a les persones que presentin algun tipus de malaltia o dificultat respiratòria que pugui veure's agreujada per la utilització de la mascareta o que, per la seva situació de discapacitat o dependència, no disposin d'autonomia per a treure's la mascareta o bé presentin alteracions de conducta que facin inviable la seva utilització.

ACTUACIÓ EN CAS DE SÍMPTOMES COMPATIBLES i/o POSITIU PER COVID-19

1. Durant els entrenaments/partits, si algú presenta símptomes compatibles amb la Covid-19:
 - **En cas de ser menor d'edat:** Se l'acompanyarà a la sala d'aïllament (sala polivalent). L'entrenador de l'equip serà l'encarregat de portar el/la nen/nena i avisarà als coordinadors d'escola (**Carles Garcia** o **Noèlia López**) i al director esportiu (**Héctor Caballero**) de la situació. S'avisarà als pares i el nen/nena es quedarà a la sala fins a la seva recollida.
 - **En cas de ser major d'edat:** haurà de deixar l'activitat, aïllar-se de la resta de companys i deixar les instal·lacions del Club el més aviat possible. Igualment, haurà d'informar a l'entrenador/capità/delegat de l'equip el motiu pel qual es retira de l'entreno.
2. De la mateixa manera, si una persona presenta símptomes compatibles amb la Covid-19, encara que aquests NO s'hagin detectat al Club (en un entrenament o partit), l'afectat no podrà acudir al Club, mentre hi hagi sospita de contagi. S'haurà d'informar d'aquest fet, mitjançant el delegat de l'equip i/o l'entrenador, al director d'esportiu (**Héctor Caballero**) o els coordinadors d'escola (**Carles Garcia** o **Noèlia López**). Si finalment es confirma que és un positiu/a, novament s'haurà de comunicar al director esportiu i als coordinadors d'escola.
3. En el cas en què hi hagi un positiu en un equip, tots els/les companys/es (inclosos entrenadors/es) que han compartit espai amb el/la positiu/a, s'hauran d'aïllar (a priori, 14 dies) o seguir les consideracions dels professionals sanitaris contactats. Els pares/tutors del positiu/a hauran d'informar a Salut/CAP, quan li requereixin la llista de noms de l'entorn pròxim del positiu/va, tots els noms del seu equip (incloent jugadors/es i staff tècnic). D'aquesta manera, Salut/CAP, avaluarà realitzar proves PCR a la resta d'integrants de l'equip.
4. En detectar-se un positiu a l'equip, el grup guardarà quarantena durant 14 dies (o els dies que considerin les autoritats sanitàries). El director esportiu (**Héctor Caballero**) contactarà amb la Federació Catalana de Hockey perquè re-programin els partits de l'equip afectat.
5. El jugador/a podrà considerar-se donat d'alta, i tornar a l'activitat normal del Club, quan els serveis mèdics que han atès al pacient així ho indiquin o, en el seu cas, 10 dies després de la data del resultat positiu de la PCR. Prèviament, s'haurà de comunicar als responsables esportius del Club (**Héctor Caballero**, **Carles Garcia** o **Noèlia López**) la reincorporació del jugador/a.

SÍMPTOMES MÉS HABITUALS DE LA COVID-19

▪ **Els símptomes més habituals són els següents:**

- Febre
- Tos seca
- Cansament

▪ **Altres símptomes menys comuns són els següents:**

- Molèsties i dolors
- Mal de coll
- Diarrea
- Conjuntivitis
- Mal de cap
- Pèrdua del sentit de l'olfacte o del gust
- Erupcions cutànies o pèrdua del color en els dits de les mans o dels peus

▪ **Els símptomes greus són els següents:**

- Dificultat per a respirar o sensació de falta d'aire
- Dolor o pressió en el pit
- Incapacitat per a parlar o moure's

ANNEX. MATERIALS DIVULGATIUS DE SALUT

- Informació general sobre el Coronavirus Sars-CoV-2 destinada a la ciutadania (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/>
- Informació sobre detecció de casos i seguiment de contactes (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/deteccio-de-casos-i-seguiment-de-contactes/>
- Recull de material divulgatiu per evitar rebrots (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/recull-material-evitem-rebrots-covid19.pdf>
- Recull de material divulgatiu per centres educatius (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/salut-escola/cartells-per-a-centres-educatius/>
- Infografies neteja de mans (Consultades el 25/08/20):
<https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-higiene-frequent-mans-sabo.pdf>.
Amb aigua i sabó: <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-higiene-mans-sabo.pdf> i amb solucions hidroalcohòliques: <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-higiene-mans-alcohol.pdf>.
- Infografia símptomes (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-avisar-personal-centre.pdf>
- Infografia zona aïllament (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-zona-aïllament.pdf>
- Infografia mascareta obligatòria (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-mascareta-obligatoria-nas-i-boca.pdf>
- Infografia entrades i sortides del centre (Consultat el 25/08/20): <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-entrades-i-sortides-centre.pdf> .
Eviteu xerrades a la porta <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/cartell-salut-escola-entrades-i-sortides-evitar-xerrades.pdf>