



## **COVID-19AN BILBAO ARTZARRAK FUTBOL KLUBEKO ENTRENAMENDUETARA ITZULTZEKO SEGURTASUN- PROTOKOLOA (LABURBILDUTA)**

Dokumentu honen xedea da 2020-2021 denboraldiko entrenamenduak hasteko zenbait neurri eta jarduteko modu ezartzea, entrenamenduetan, joan-etorrietan eta futbol-lehiaketetan Sars-Cov-2 birusa kutsatzeko arriskua murrizteko.

Protokolo hori eguneratu edo aldatu egin daiteke, Euskal Autonomia Erkidegoko osasun- eta kirol-agintarien arabera.

- ✚ Gogorazteko, COVID-19ren sintomarik ohikoenak honako hauek dira:
- ✚ Sukarra: 37 °C-tik gorako tenperatura (Termometro infragorria).
- ✚ Eztul lehorra: azkura edo eztarriko mina.
- ✚ Arnasa hartzeko zailtasuna. Bularreko zapalkuntza.
- ✚ Lesio bortitzak oinetan eta/edo eskuetan.
- ✚ Larruazaleko erupzio eritematosoa edo urtikaria.
- ✚ Beherakoa eta/edo gorakoak.
- ✚ Giharretako edo artikulazioetako minak.
- ✚ Buruko mina (buruko mina).
- ✚ Dastamena eta/edo usaimena galtzea.

Zorabioa, nahasmena Erakunde parte-hartzaileetan jarduten duten kirolarien gurasoek edo tutoreek egiaztatu eta ziurtatu beharko dute kirol-jarduera hasi aurretik ez dutela COVID-19ren sintomarik.

Era berean, kirol-erakundeari eta haren erreferentziazko osasun-zentroari ohartarazi beharko diete etxean norbait (adingabea edo beste pertsona bat) diagnostikatu badute COVID-19rekin, eta, kasu horretan, semea edo adingabea etxean ardurapean eduki beharko dute.

Familiek, ikasturtearen hasieran eta hilero, konpromisoa hartuko dute idatziz kirol-erakundearekin, alderdi horiek betetzeko.

Baldintza hori bera eta idatzizko konpromisoa eskatuko zaie teknikariei, arbitraje-kidegoko pertsoneri eta erakundeko eskola-kiroleko jardueretan parte hartzen duten gainerako pertsoneri.

**Instalaziorako sarbidea: ezin izango da jendea entrenamenduetara sartu.**



1. Esparrura sartzen den pertsona orok gel hidroalkoholikoarekin desinfektatu beharko ditu eskuak.
2. Temperatura hartuko da eta sarrera erregistratuko zaie kirol-esparruan sartzen diren pertsona guztiei. Kopetan egingo da beti, "Kontakturik gabeko" laser termometroaren bidez, eta pertsonaren batek 37C baino gehiago baditu, kanpoan 2 minutu itxaron beharko du bigarren proba bat egiteko. Berriz ere 37 C baino gehiago lortuz gero, bere etxera itzuli beharko du barrutira sartu gabe, eta pertsona horrek eta klubak berak Osakidetzari jakinarazi beharko dio.
3. Etxetik aldatuta joan beharko dute futbolariak, eta itzuleran dutxatu. Ezinezkoa bada, edukiera txikiko aldagelak izango dituzte, pertsonarteko gutxieneko distantzia 2 metrokoa izango dela bermatzeko, eta pertsona bakoitzak har dezakeen lekua seinaleztatuko da.
- 4. Haur bakoitzak bere maskara, gel hidroalkoholikoaren pote txikia, erabili eta botatzeko paperezko zapien paketea eta ur botila eraman beharko ditu.**
5. Entrenamenduan zehar, jokalarientzako zerbitzuak eta aldagelak irekita egongo dira, esku-higienea eta oinarrizko beharrian fisikoak gauzatu ahal izateko.
6. Futbolarien poltsak aulkiaren inguruan utziko dira, batak bestearekin kontakturik izan ez dezan (edo horretarako prestatutako beste espazio batekin).
7. Gorputz teknikoak eman nahi duen hitzaldi tekniko oro aldagelen kanpoaldean egingo da, bertaratzen diren guztien artean segurtasun-distantzia mantenduz eta guztiek behar den maskarilla eramanez.
8. Aulkietan, jokalaria bakoitzak bere lekua izan behar du, eta poltsa bat izango du bere maskara eta berotzeko arropa sartzeko jokalekura irtetean.
9. Material komunen kasuan (baloiak, konoak, etab.), jokalaria-taldeak ezarriko dira aste osoka, eta entrenamendua amaitzean materiala biltzeaz eta desinfektatzeaz arduratuko dira. Jasotzeko eta lekualdatzeko, jokalariek erabili eta botatzeko eskularruak izango dituzte.
10. Beroketa egiteko, etxeko taldeak zaku bat emango dio talde bisitariari baloiekin, eta, behar izanez gero, atsedendian eman beharko dio. Joko-baloiak partidak baino lehen desinfektatu beharko dira, atsedendian, eta hurrengo jarduera hasi aurretik.
- 11. Adin txikiko kirolariak jardueren denbora-tartean bakarrik egon beharko dute kirol-guneetan. Jarduerak amaitutakoan, ezin izango dira dagokien kirol-gunean geratu. Adingabeei jardueretara laguntzen dieten pertsonak instalazioetara edo espazioetara sartzeko ateetan utzi edo jaso beharko dituzte. Adingabeek arropa edo antzeko zerbait aldatzeko laguntzaren bat behar badute ezinbestean, laguntzaileek osasun-arduradunarekin harremanetan jarri beharko dute, dagokion oniritzia lortzeko.**



**Dokumentu hori hileru bete beharko da talde bakoitzaren entrenamendua hasi aurretik, eta klubeko protokoloaren arduradunari entregatu beharko zaio.**

Izen-abizenak:
NAN:
Posta elektronikoa:
Harremanetarako telefonoa:

Sintomak baztertzeko galdetegia:

Sukarra (37°C-tik gorako tenperatura) azken 5 egunetan	Bai Ez
Eztul lehorra (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Eztarriko mina/azkura (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Arnasa hartzeko zailtasuna, bularreko zapalkuntza (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Lesio bortitzak oinetan eta/edo eskuetan, larruazaleko erupzioak edo urtikaria (azken 14 egunak) Bai Ez	
Giharretako edo artikulazioetako min ezohikoak (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Beherakoa eta/edo gorakoak (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Buruko min handia (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Dastamena eta usaimena galtzea (azken 14 egunetan)	Bai Ez
Harreman estua izan duzu Covid-19an positibo eman duen norbaitekin?	Bai Ez
Zure eguneroko ingurune hurbilenean ba al dago norbaitekin kontaktu estua (15 minutu baino gehiago 2 metro baino gutxiagora), Arnas sintomekin edo sukarrarekin hasi izana?	Bai Ez
Egin al da koronabirus-probarik azken 48 orduetan?	Bai Ez
Emaitza:	Pos. Neg.



Galdetegi hau irakurri eta erantzun ondoren, kirolariak/entrenatzaileak honako hau adierazi du:

- a) Emandako erantzun guztiak egiazkoak eta zuzenak dira.
- b) Jakina da egiarekin bat ez datorren erantzun orok ondorio larriak izan ditzakeela bere osasunean eta ingurukoenean.
- c) Jardueraren aurretik, bitartean eta ondoren, bere osasun-egoera aldatzen duen edozein gorabeheraren berri emango die bere klubari eta bere Federazioari.

2020ko \_\_\_\_\_ aren \_\_\_\_\_ (e) (a) n.

Sin: Kirolaria/entrenatzailea, aita/ama/tutorea (adingabeen kasuan)

Datuen babesa: kirolariak/entrenatzaileak eta bere gurasoek (adingabeak izanez gero) berriaz ematen diote baimena klubari haren datu biometrikoak eskatu, erabili eta tratatu ahal izateko (tenperatura, PCR eta test probak, eztul eta sintomen gaineko aplikazioak, etab.). Horiak COVID19 sintomak garatzen ari ez direla eta gaixotasunaren eramaileak ez direla egiaztatzeko baino ez dira erabiliko, eta lagatzeko eta jakinarazteko aukera izango dute. Berriak prebenitzeko Datu Pertsonalak Babesteko abenduaren 5eko 3/2018 Lege Organikoak ezartzen dituen parametroekin eta jarraibideekin bat etorri, hala badagokio, datuetan sartzeko, datuak zuzentzeko, ezerezteko, aurka egiteko, ezabatzeko eta transferitzeko eskubideak baliatu ahal izango dituzte, klubaren egoitza sozialera jakinarazpen bat bidalita, NANaren kopiarekin batera. Kirol-jarduera egiten den bitartean gordeko dira datuak, eta osasun-agintariak eskatu ahal izango dituzte.




EMERGENCIA COVID-19 LARRIALDIA

KORONABIRUSA CORONAVIRUS




# El **CORONAVIRUS** es muy contagioso

**Para que no te pille:**



**Lávate las manos con agua y jabón.**




**No te toques los ojos, la nariz y la boca.**



**Al toser o estornudar, cúbrete.**

**¿Por qué debes lavarte las manos?**



**Porque está donde menos lo esperas: abrazos, juguetes...**



**...y el jabón elimina todos los virus y bacterias.**





WOLAROLA OIBENDEFF (SANTO)

KORONABIRUSA CORONAVIRUS

# MASKARA BETI



**SIEMPRE MASCARILLA**

GOBIERNO LAURAKTIA  GOBIERNO VASCO