



Federación Galega
de Voleibol

PROTOCOLO FISICOVID-DXTGALEGO
ANEXO I - ADESTRAMENTOS VOLEI PRAIA

AGOSTO 2020

#VoleiGalego



ANTES DA PRÁCTICA DEPORTIVA :

AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
STAFF E DEPORTISTA	Contaxio perso a perso a ou por espazo de uso simultáneo	Os participantes comparten vehículo para acudir a actividade	<ul style="list-style-type: none"> – Débese evitar o contacto entre persoas. – Si non se pode manter a distancia (coche tipo turismo), débese utilizar máscara. – Os enseres tipo mochila ou similar estarán en espazos distintos, se chegar a manter contacto.
STAFF	Contaxio por contacto perso a perso a	Saúdo entre o adestrador e os participantes na actividade	<ul style="list-style-type: none"> – Toda a actividade, dende a saída da casa, débese facer coa máscara. – Recordatorio da distancia de seguridade.
STAFF	Contaxio por contacto perso a perso a	O participantes entregan o técnico o formulario onde recoñecen que comprobaron antes de saír de casa que non teñen síntomas.	<ul style="list-style-type: none"> – Habilitase unha mesa para que se deposite o documento, non se recolle en man. – A recollida da mesa será feita por persoal con luvas, que serán tirados o lixo unha vez recollidos, preferiblemente despois do adestramento e gardados en sobres/caixas de arquivo separando os grupos. – Lavado de mans/desinfección a continuación.
STAFF E DEPORTISTA	Contaxio por contacto perso a perso a e por vía aérea (espazos de uso simultáneo / secuencial).	Os participantes da actividade (xogadores, técnicos e/ou outro persoal) acceden a instalación.	<ul style="list-style-type: none"> – Deben estar marcados os recorridos de entrada e saída. De non ser posible materialmente, sinalar quen ten preferencia (entrada ou saída) mediante cartelería. – Nas zonas comúns como corredores, salas, vestiarios ou similar, é de obrigatorio levar máscara . – Opcionalmente farase unha toma de temperatura antes do acceso a instalación: si a temperatura é igual ou superior a 37.3°C, considerase que esa perso a ten síntomas, e ten que esperar en unha zona restrinxida e sen contacto con outras persoas. Pódese facer unha segunda medición, pero terán que transcorrer 5 minutos e a perso a terá que estar a sombra e sentada

ANTES DA PRÁCTICA DEPORTIVA :

			<p>durante ese tempo. No caso de marcar de novo 37.39 ou mais, débese iniciar o protocolo de caso sospeitoso. En todo o proceso, queda prohibido a toma de datos dos valores e débese realizar en unha sala que permita a respectar intimidade da persoa.</p>
DEPORTISTA	Contaxio por contacto persoa a persoa	Cambio de roupa e preparación do material individual para levar a cabo a sesión.	<ul style="list-style-type: none"> – Lavado de mans antes do inicio da actividade. – Recordatorio da obrigación a distancia de seguridade. – Marcado de zonas para deixar a bolsa sen contacto entre bolsas.
STAFF E DEPORTISTA	<p>Contaxio por contacto persoa a persoa</p> <p>Contaxio por contacto de uso simultáneo / secuencial.</p>	Preparación do material preciso para levar a cabo a práctica da actividade (montaxe de rede, postes, liñas...)	<ul style="list-style-type: none"> – Definir persoa que realiza a tarefa con antelación o inicio da actividade. – Utilización de luvas que se deben desbotar o remate da tarefa. – Facelo de forma individual preferentemente. De ser preciso varias persoas, deben manter as distancias de seguridade e de non ser posible, usar máscara. – Desinfección do material utilizado seguindo as indicacións de sanidade antes do gardado ou do uso por parte do seguinte grupo. – Limpeza das mans unha vez rematada a tarefa de recollida.
STAFF E DEPORTISTA	Contaxio por vía aérea (espazos de uso simultáneo) e contacto persoa a persoa	Entrega bebidas ou avituallamento para a actividade	<ul style="list-style-type: none"> – As botellas que se entregan deben estar desinfectadas antes. – Definir un espazo previo sen que haxa contacto entre participantes e o material que se entrega. – Estipular previamente como será o reparto minimizando riscos por proximidade ou contacto. – Non está permitido a entrega en man de ningún tipo de avituallamento.

#VoleiGalego

DURANTE A PRÁCTICA DEPORTIVA :

AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
DEPORTISTA	Contaxio por contacto perso a perso	Celebracións	<ul style="list-style-type: none"> – Respectar distancia de seguridade. – Buscar formas alternativas sen contacto entre persoas. – Prohibido o contacto (recordatorio)
DEPORTISTA	Contaxio por contacto perso a perso	Contacto por situacións de xogo/adestramento.	<ul style="list-style-type: none"> – O contacto está PROHIBIDO. – Debe recordarse o inicio de cada sesión que non se pode manter contacto físico baixo ningunha circunstancia. – Cartelería que indique a prohibición do contacto entre persoas. – Os staff debe organizar as sesións baixo esta premisa, e contando cos espazos precisos para desenrolar os exercicios sen que se produzan situacións de contacto entre os participantes.
DEPORTISTA	Contaxio por contacto (superficie de uso simultáneo)	Os xogadores deben realizar accións onde se tiran na área do campo.	<ul style="list-style-type: none"> – Non se contempla posibilidade de contaxio por esta vía, o realizarse o aire libre, a area removeuse pola propia actividade e non haber indicios ou estudos de que poida ser causa de transmisión.
DEPORTISTA	Contaxio por vía aérea (espazos de uso simultáneo/secuencial) e por perso a perso	Descanso entre tarefas propias do adestramento	<ul style="list-style-type: none"> – Delimitar espazos para cada compoñente de maneira previa. – Respectar distancia mínima de seguridade de 1.5M. – Lavado de mans antes de beber/comer o avituallamento. – Avituallamento individualizado. – Lavado de mans antes de retomar a sesión.
STAFF	Contaxio por vía aérea	Conversas entre técnicos/xogadores para explicar tarefas no adestramento	<ul style="list-style-type: none"> – Manter a distancia de seguridade.

DURANTE A PRÁCTICA DEPORTIVA :

			<ul style="list-style-type: none"> – Utilización de máscara por parte dos técnicos cando precisen achegarse para realizar correccións os xogadores. – Limpeza de mans despois de tocar material común.
OUTROS ALLEOS	Contaxio por vía aérea	Observación do adestramento ou competición dende a grada por pais/titores.	<ul style="list-style-type: none"> – A) Restringir a un terzo a capacidade do recinto poñendo indicacións para o correcto desenvolvemento. – B) non aceptar pais/nais nos adestramentos.
DEPORTISTA	Contaxio por vía aérea e por persoa a persoa	Hixiene nas instalacións ao finalizar o adestramento ou competición	<ul style="list-style-type: none"> – Establecer quendas para cambiarse ou ducharse na casa.
STAFF E DEPORTISTA	Por contacto con material uso secuencial	Utilización de material de adestramento común. (mesas de apoio, aros ou similar)	<ul style="list-style-type: none"> – Desinfección antes e despois de cada sesión – Manipulación por unha única persoa para a súa colocación e retirada. – Lavado/desinfección de mans dos que utilizan ese material no exercicio antes e despois do mesmo.
STAFF E DEPORTISTA	Por contacto con material uso alterno	Utilización do balón.	<ul style="list-style-type: none"> – Utilizaranse con cada grupo de persoas un grupo de balóns único. Este grupo de balóns será desinfectado antes, e despois da actividade, así como cada 30' de utilización dos mesmos. Non poderá ser usado polo seguinte grupo, tendo que estar desinfectado gardado un período de 30'.
STAFF E DEPORTISTA	Por contacto con material uso alterno.	Balón que sae da zona de adestramento de un grupo A e entra na zona de outro grupo B distinto.	<ul style="list-style-type: none"> – O balón non pode ser recollido polo segundo grupo B. – Será recollido por un membro do primeiro grupo A e desinfectará/lavará as mans e o balón antes de volver a sesión de adestramento. – Para recoller o balón, deberá manter obrigatoriamente a distancia de seguridade cos membros dos grupos A e B.

DURANTE A PRÁCTICA DEPORTIVA :

STAFF E DEPORTISTA	Contacto perso a perso e por material deportivo de uso simultáneo.	Xogadores que comparten equipo individual como gafas de sol, toallas para a suor ou visores (gorras)	<ul style="list-style-type: none"> – Non está permitido compartir o uso de material individual persoal. Cada participante debe ter o seu propio material. – Recordatorio antes do inicio da sesión por parte do responsable que non se pode compartir material persoal. – No caso de detectarse a situación, débese desinfectar o material, e os participantes lavar as mans ou aplicarse xeles hidroalcohólicos.
STAFF E DEPORTISTA	Por contacto con material uso alterno	Utilización de material como rastrillos ou outros equipamento para o mantemento das pistas.	<ul style="list-style-type: none"> – O material será usado unicamente por unha persoal, que terá de antemán asignada esa tarefa. – O equipo será desinfectado antes e despois de cada sesión. – A persoal que o manipula lavará/desinfectará as mans antes e despois da súa utilización.
OUTROS ALLEOS	Contaxio por vía aérea (espazos de uso simultáneo/secuencial) e por persoal a persoal.	Un pai/nai acude a recoller o seu fillo/a antes do final programado da sesión de adestramento.	<ul style="list-style-type: none"> – Pedirase os pais/nais que si se vai a dar dita situación, avisen con anterioridade. – O pai/nai deberá usar máscara nos espazos comúns. – Non pode acceder a zoa de adestramento, debe esperar no perímetro e mantendo a distancia de seguridade. – O neno/a será acompañado polo staff mantendo a distancia de seguridade.

#VoleiGalego

DESPOIS DA PRÁCTICA DEPORTIVA :	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRICIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
	OUTROS ALLEOS	Contaxio por vía aérea (espazos de uso simultáneo/secuencial) e por persoa a persoa.	Interaccións entre pais ou pai-adestrador ao finalizar.	<ul style="list-style-type: none"> – Uso de máscaras e respectar a distancia de seguridade. – Realizalas de xeito virtual en caso de ser necesarias.
	DEPORTISTA	Contaxio por contacto (material deportivo de uso simultáneo) e por persoa a persoa. NON	Intercambio de xoguetes, cromos, prestar o teléfono móbil etc	<ul style="list-style-type: none"> – Prohibición de levar ditos obxectos aos adestramentos. – Informar ás familias por escrito sobre estas precaucións.
	STAFF	Contaxio persoa a persoa ou por contacto (material de uso simultáneo).	Recollida de material utilizado na actividade por varios membros do grupo.	<ul style="list-style-type: none"> – Definir persoa que realiza a tarefa con antelación o inicio da actividade. – Utilización de luvas que se deben desbotar o remate da tarefa. – Facelo de forma individual preferentemente. De ser preciso varias persoas, deben manter as distancias de seguridade e de non ser posible, usar máscara. – Desinfección do material utilizado seguindo as indicacións de sanidade antes do gardado ou do uso por parte do seguinte grupo. – Limpeza das mans unha vez rematada a tarefa de recollida.

#VoleiGalego