

Plan adecuación actividades Campamentos Urbanos y protocolo Covid-19 Los de Las Camisetas rojas



**Vuelven
Los de las
Camisetas Rojas**

**Campamentos
Deportivos
English Camp, Bilingües
Artísticos y Temáticos
Piscina y diversión
todos los días**



- **en Inacua la Canaleja
Alcorcón
de 28 de junio a 3 de septiembre**
- **en Inacua Torrejón
Torrejón de Ardoz
de 28 de junio a 30 de julio**

www.plastiletras.es

**TELÉFONO
675 902 628**

INDICE

| | |
|--|---------|
| Introducción..... | p. 3 |
| Objetivos | p.4 |
| Marco general Campamentos 2020..... | p.4 |
| Plan de adecuación de los Campamentos Urbanos los de las Camisetas Rojas y protocolo Covid-19..... | p.6 |
| Medidas y control de prevención de la transmisión en el desarrollo de las actividades | p.6 |
| a). Información y comunicación previas al inicio de la actividad para las familias..... | p.6 |
| 1. Requisitos generales para poder participar en los campamentos..... | p.6 |
| 2. Medidas de adaptación para los Campamentos 2020..... | p.7 |
| 3. Protocolo en caso de riesgo de contagio o aparición de casos en el campamento..... | p.8 |
| 3.1. Aparición de un caso positivo..... | p.8 |
| 3.2. Paralización de la actividad y notificación a las familias..... | p.9 |
| 3.3. Sala de aislamiento..... | p.9 |
| 3.4. Sintoma COVID-19..... | p.10 |
| 3.5. Medidas informativas para padres..... | p.11 |
| b). Medida de control y prevención durante el desarrollo de la actividad..... | p.11 |
| 1. Protocolo de control de acceso al campamento..... | p.11 |
| 2. Protocolos de entradas y salidas..... | p.12 |
| 3. Desarrollo de la actividad..... | p.12 |
| c). Medida de control y prevención tras la actividad..... | p.12 |
| II. Cumplimiento de medidas personales de higiene y prevención obligatorias..... | p.13 |
| Medidas específicas para los participantes..... | p.13 |
| 1. Medida de higiene personal y prevención generales..... | p.13 |
| 2. Medida específicas para trabajadores..... | p.13 |
| III. Responsables de seguridad e higiene..... | p.14 |
| IV. Medidas sobre desplazamientos, entrega y recogida de participantes..... | p.14 |
| Desplazamiento dentro del campamento, Medida de control de acceso, Medida de control a la salida, Aseos y vestuarios, Piscina y pradera..... | p.14-16 |
| V. Equipamientos Básico de seguridad e higiene para participantes, monitores y profesionales..... | p.16 |
| VI. Medidas implantadas en relación con las instalaciones y equipamiento..... | p.17 |
| VII. Medidas implantadas en relación con la seguridad alimentaria..... | p.19 |
| VII. Material necesario para la aplicación de las medidas de prevención y protección..... | p.20 |
| IX. Espacios para la realización de los campamentos..... | p.20-21 |
| Bibliografía..... | p.22 |
| ANEXO 1 HIGIENE DE MANOS..... | P.23 |
| ANEXO 2 Documento de aceptación de condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado..... | p 24-25 |
| ANEXO 3 Información para las familias sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias..... | p.26 |

Introducción

Este año “Los de las camisetas Rojas” organizamos el Campamento 2021 con más empeño que nunca.

Teniendo en cuenta la situación actual de las familias tras el COVID-19, y su obligación de regresar a sus puestos de trabajo para la reactivación de la economía del país, además de las necesidades de los niños de salir y relacionarse. **Los de las Camisetas Rojas** tras la situación sanitaria que se ha originado por la enfermedad Covid-19 y con el objetivo de preservar la salud y seguridad de los niños de nuestros campamentos y de todo el equipo, hemos elaborado un plan de actuación con medidas a adoptar, reorganización de actividades y protocolos a seguir para continuar con la actividad educativa.

Las medidas que proponemos se aplicarán desde el comienzo de los campamentos el 28 de junio y se irán adaptando según indique el Gobierno y el Ministerio de Sanidad.

Este plan será flexible adaptándose en todo momento a la evolución de la pandemia y las orientaciones que irán dictando las autoridades sanitarias y al día a día del campamento.

Nuestro Plan de adecuación de los Campamentos Urbanos de Los de Las Camisetas rojas con motivo del Covid-19 vela por la seguridad de los niños, las familias y todo el equipo que formamos el campamento. Los de las camisetas rojas se compromete a cumplir todas las normas de seguridad marcadas por las autoridades sanitarias y a implementarlas con medidas higiénicas que consideramos oportunas.

Teniendo en cuenta que nuestros Campamentos se realizan **en espacios al aire libre y controlados, donde se pueden minimizar el riesgo de contagio**, con este plan de adecuación pretendemos facilitar la realización de éstos, ayudando además a la conciliación familiar y laboral.

Presentamos este Plan de adecuación de los Campamentos Urbanos en la que se basa la Programación del Campamento 2021, para mantener no obstante la situación excepcional la esencia educativa de valores y compañerismo que siempre ha caracterizado a **Los de las Camisetas rojas**.

Los de las Camisetas rojas S.L. dispone de una empresa para la Prevención de Riesgos Laborales, Vigilancia de la Salud y Formación para nuestros trabajadores, Medidas Higiénico-Sanitarias, Certificados de delitos Sexuales, Control de Ratios Niño/Monitor, además de 20 años de Experiencia en Educación y Conciliación.

Objetivos

Este año los objetivos de nuestros Campamentos **no será solo la diversión** de los niños si no también los de preservar su salud:

1. Conseguir la diversión, el entretenimiento y bienestar del participante.
2. Preservar, en la medida de lo posible, su salud. Este objetivo toma más relevancia que otros años debido a la pandemia COVID-19.
3. Educar en valores, principios y normas cívicas de colaboración y respeto por los demás.

Marco general de los campamentos 2021

Este año nuestras actividades tienen más relevancia que nunca debido a la situación que han vivido nuestros niños en los últimos meses, una situación de confinamiento y de salidas controladas donde los niños necesitan más que nunca socialización, aire libre y juegos.

Pero también toma mucha relevancia su salud y seguridad que **no se contagien los unos con los otros** y que en el caso de que esto se produzca, agilizar nuestra actuación para contribuir a un diagnóstico precoz y tomar las medidas de aislamiento aconsejadas por las autoridades sanitarias para evitar la propagación del virus.

Este año los campamentos también atenderán a la nueva normativa publicada *Orden SND/458/2020, de 30 de mayo* donde se establecen la condición de transición a la nueva normalidad en aplicación a partir de la fase 3 y donde se recogen las relativas a la realización de actividades de tiempo libre dirigidas a la población infantil y juvenil.

Ante toda esta situación hemos reorganizado toda nuestra programación, materiales, normativa de entradas, de salidas, agrupaciones, etc. y todo implementado con medidas de higiene, limpieza y desinfección recogido en el **Plan de adecuación de los Campamentos Urbanos de Los de Las Camisetas rojas con motivo del Covid-19** donde se recogen todos los protocolos y medidas a seguir.

Entre las medidas recogidas en la normativa está la de que los niños se distribuirán en **grupos de 10 con 1 monitor**, en infantil en todo caso habrá personal de apoyo. Las **actividades se harán a rotación por los grupos, pero sin mantener el contacto entre sí**, de esta manera se minimizan los riesgos de contagio. Además, se desinfectarán los espacios y mobiliario después de su uso.

Podemos garantizar todas estas medidas de seguridad gracias a las características de los espacios que tenemos alquilados cada año en Inacua la Canaleja en Alcorcón y en Inacua Torrejón de Ardoz gracias al personal de mantenimiento y limpieza que estas instalaciones nos proporcionan y su plan de contingencia frente a la COVID-19.

Los de las Camisetas Rojas hemos apoyado la conciliación familiar y laboral en Alcorcón en los últimos 7 años y ahora también en Torrejón de Ardoz, prestando servicio a más de 600 familias cada verano y siendo un referente para los niños y sus padres. **Nuestros Campamentos son Inclusivos e Integradores, disponiendo de plazas para niños de Educación Especial cada año.**

Nuestra Propuesta de Educación, Ocio y Tiempo libre se basa en actividades al aire libre, inglés con nativos, campamentos artísticos, deportivos, temáticos, natación, talleres, etc. Nos basamos en una educación en valores, que con la creatividad y convivencia son nuestros pilares, para que cada niño viva una experiencia única e inolvidable.

Nuestro equipo está formado por profesorado altamente cualificado, compuesto por: directora, coordinadores, maestros de infantil, primaria, especialistas en inglés, deportes, natación, profesores de educación especial, socorristas, monitores de tiempo libre. **Nuestra ratio es de 1 profesor cada 10 niños, y personal de apoyo en infantil y en los grupos que acogen a niños con necesidades especiales.**

Cada año proporcionamos prácticas para monitores y coordinadores de tiempo libre colaborando con distintas entidades y proporcionando a nuestros campamentos un valor extra en cuanto a apoyo y responsabilidad para el trabajo con los niños.

Plan de adecuación de los Campamentos Urbanos de Los de Las Camisetas rojas y protocolo Covid-19

I. Medidas de control y prevención de la transmisión en el desarrollo de las actividades.

a) Información y comunicación previas al inicio de la actividad para las familias:

Sea las familias que todos los trabajadores tendrán que **firmar antes del comienzo de los Campamentos** el documento de **aceptación de condiciones obligación de información y consentimiento informado para participar o trabajar en los Campamentos de Los de las Camisetas Rojas s.l. (ANEXO2, al final de este documento).**

Todas las familias recibirán por parte de la empresa: **ANEXO 3, al final de este documento. INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS.**

1. Requisitos generales para poder participar en las actividades.

Los participantes en las actividades deberán cumplir los siguientes requisitos, con el fin de preservar la salud del grupo:

- Ausencia de enfermedad y de sintomatología compatible con Covid-19 (fiebre, tos, dificultad respiratoria, malestar, diarrea...) o con cualquier otro cuadro infeccioso.
- No convivir o tener un contacto estrecho con ninguna persona que haya dado positivo confirmado o que tenga sintomatología compatible con Covid-19 en los 14 días anteriores al inicio de la actividad.
- Calendario vacunal actualizado (exceptuando vacunaciones pospuestas por el período de confinamiento). En el caso de niños no vacunados o niños con el calendario

pendiente de actualización, deberá garantizarse un intervalo mínimo de 15 días entre la vacunación y el inicio de la actividad.

- En niños o adolescentes con patologías previas de base deberá ser valorada por los servicios médicos de manera individual la idoneidad de participar en determinados tipos de actividades, dado que son población de mayor riesgo frente al Covid-19.
- Para reincorporarse de nuevo a la actividad, los niños deben estar asintomáticos durante 48 horas en el caso de sintomatología no relacionada con el Covid-19 y durante 14 días cuando se trate de sintomatología compatible. El participante sí puede, pero no debería, tomar parte en la actividad si es vulnerable o convive con una persona que sea vulnerable por ser mayor de 60 años, estar diagnosticada de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias, o por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores. Si opta por participar deberá dejar constancia del riesgo que corre él o sus familiares en el consentimiento informado. Los padres o tutores legales del participante firmarán junto con la hoja de inscripción, una declaración responsable relativa a los requisitos de salud antes mencionados, así como al conocimiento del contexto de pandemia actual y las circunstancias y riesgos que ello comporta (Anexo 2).

2. Medidas de adaptación para los Campamentos urbanos 2021

- ✓ **Tamaño de los grupos y ratios, espacio por participante:** De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 43 de la Orden SND/458/2020, de 30 de mayo, para la flexibilización de determinadas restricciones de ámbito nacional establecidas tras la declaración de la a la nueva situación de normalidad, los grupos serán de diez niños más 1 monitor y 1 o 2 personas de apoyo en infantil, primer ciclo de primaria y en grupos que acogen a niños con necesidades especiales. Cada grupo tendrá asignado al menos un monitor, que se relacionará siempre con su mismo grupo con excepción de aquellas actividades que puedan requerir algún monitor especializado, que siempre deberá ser la misma persona por cada grupo. El funcionamiento en este tipo de grupos de convivencia permitirá, en caso de detección de un participante con sintomatología compatible, un rápido aislamiento de las personas de contacto y una trazabilidad en caso de posibles contagios.
- ✓ **Distancia de seguridad:** Entre todos los participantes se velará por el mantenimiento de los 1,5 / 2 metros de distancia.

- ✓ **Formación por parte de la empresa de Prevención de riesgos Laborales:** a toda la plantilla de trabajo implicada en el campamento, para que sepan llevar a cabo, de forma eficaz, todos los protocolos vigentes en ese momento.
- ✓ **Contratación de personal de limpieza extra:** para la desinfección y control de los servicios higiénicos y espacios comunes.
- ✓ **1 responsables de Seguridad e Higiene cada 30 niños o fracción:**
- ✓ **Desinfección con productos homologados:** de los espacios comunes tras cada uso.
- ✓ **Programación educativa adaptada a la situación:** se concienciará a los niños a diario y mediante juegos y talleres, de la importancia de las medidas de distanciamiento entre ellos y entre grupos y además se incluirán nuevos talleres sobre emociones y expresión corporal.
- ✓ **Material escolar y deportivo:** de uso exclusivo del grupo de niños, que se desinfectará tras su uso .
- ✓ **Zonas exclusivas:** en espacios previamente desinfectados de los distintos grupos.
- ✓ **Rotación de espacios:** con desinfección de estos tras cada uso.
- ✓ **Comidas con distanciamiento de seguridad:** desinfección tras cada turno.
- ✓ **Turnos de baño en la piscina:** en distintos puntos (y a distintas horas en el caso de Inacua Torrejón de Ardoz por las reducidas medidas de su piscina para cumplir con las normas de aforo y distanciamiento de los grupos), guardando la distancia de seguridad según lo que disponga la normativa vigente en la materia que indique Inacua .
- ✓ **Recursos en el caso de no poder hacer uso de la piscina:** disponemos de recursos y juegos acuáticos para que los niños no pasen calor siempre garantizando la distancia de seguridad y la diversión típicas del verano y de nuestros Campamentos.
- ✓ **Mensajes de cartelería en todo el recito de los campamentos.**
- ✓ **Distintos puntos de lavado de manos:** con dispensadores de jabón / solución hidroalcohólica.

3. Protocolo en caso de riesgo de contagio o aparición de casos en el Campamento

3.1. Aparición de un caso positivo en el campamento

- En el caso de aparición de síntomas compatibles con COVID-19 se acompañará al pequeño junto a su monitor al espacio habilitado para estos casos y ambos se

colocarán una nueva mascarilla. Después se avisará a la familia que será obligada a llevar al niño al médico para confirmar que no tiene COVID-19, en el caso que se le diagnostique COVID-19 se informará a las autoridades sanitarias de comunidad de Madrid para seguir instrucciones (900 102 112).

- Si alguien del equipo de los campamentos inicia síntomas, de la misma manera, se retirará al espacio habilitado para ello con protección (mascarilla). Inmediatamente se contactará con su centro de salud, el servicio de prevención de riesgos o con el teléfono de referencia de la comunidad de Madrid ((900 102 112).
- En el caso de que los síntomas revistan seriedad se contactará con el 112.
- Confidencialidad y derivación al sistema sanitario. En todo momento se velará por la privacidad y confidencialidad de la persona infectada, atendiendo al protocolo desarrollado al efecto por la organización, respetando las disposiciones legales vigentes. De esta forma se derivará a la persona infectada al sistema sanitario.

3.2. Paralización de la actividad y notificación a las familias

Tras identificación positiva de caso de COVID-19. Se pondrá en marcha el protocolo y se seguirá en todo momento las recomendaciones de las autoridades sanitarias. En su caso, se coordinará el regreso de los participantes a sus domicilios y se implementarán estrategias para dar continuidad a las actividades evaluando alternativas.

Las autoridades sanitarias podrán dictaminar la paralización de la actividad y la notificación a las familias. Se preservará la identidad del niño enfermo, en todo caso se seguirán las instrucciones de la autoridad sanitaria.

Se notificará a las familias, tutores y responsables de los niños de la presencia de un caso positivo.

En caso de paralización se interrumpirán las actividades escalonadamente para cerrar los espacios de estancia de la persona infectada para proceder a su limpieza y desinfección.

En todo caso se seguirán las instrucciones de la autoridad sanitaria.

3.3. Sala de aislamiento

En el caso de aparición de un caso positivo tenemos habilitada una sala o espacio de aislamiento individual, con ventilación, papelera de pedal para eliminar los residuos y kit de higiene y protección.

- Allí si el caso positivo es un niño será acompañado por un miembro del equipo y ambos deberán llevar mascarilla quirúrgica y activar el protocolo de casos de contagio.

La sala de aislamiento será: un despacho en Inacua Torrejón de Ardoz, la sala de la ludoteca en Inacua la Canaleja.

3.4. Síntomas COVID-19

La COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2.

Produce síntomas similares a los de la gripe, entre los que se incluyen: fiebre, tos seca, disnea, malestar, fatiga.

En casos graves se caracteriza por producir neumonía, síndrome de dificultad respiratoria aguda, sepsis y choque séptico que conduce a cerca de 3,75 % de los infectados a la muerte según la OMS. No existe tratamiento específico; las medidas terapéuticas principales consisten en aliviar los síntomas y mantener las funciones vitales.

La transmisión de SARS-CoV-2 se produce mediante pequeñas gotas que se emiten al hablar, estornudar, toser o espirar, que al ser despedidas por un portador (que puede no tener síntomas de la enfermedad o estar incubándola) pasan directamente a otra persona mediante la inhalación, o quedan sobre los objetos y superficies que rodean al emisor, y luego, a través de las manos, que lo recogen del ambiente contaminado, toman contacto con las membranas mucosas orales, nasales y oculares, al tocarse la boca, la nariz o los ojos. Esta última es la principal vía de propagación, ya que el virus puede permanecer viable hasta por días en las superficies.

Los síntomas aparecen entre dos y catorce días, con un promedio de cinco días, después de la exposición al virus. Existe evidencia limitada que sugiere que el virus podría transmitirse uno o dos días antes de que se tengan síntomas, ya que la enfermedad alcanza un pico al final del período de incubación.

Aunque el nuevo Coronavirus SARS-COV2 reúne todavía muchas cuestiones que se desconocen si existe consenso en los síntomas que alertan que una persona está infectada y que debemos tener claros:

- Dificultad respiratoria (superior 37,3 °C)

- Tos
- Problemas digestivos
- Manchas en la piel, pecho, dedos, manos y pies
- Dolor de cabeza, malestar general

3.5. Medidas informativas para padres

1. Página web

En nuestra página web estarán expuestos al público nuestro Plan de contingencia ante el COVID-19, normativa, horario, programación de actividades y toda aquella información para las familias.

2. Cartelería

En las instalaciones se colocará un sistema de cartelería informando de los puntos de higiene, recordatorios de lavado de manos, de orientación para la organización de espacios y orden para las familias, etc.

3. Información diaria

La información del día a día se facilitará a través de los teléfonos habilitados por la empresa, por sistema de mensajería y a través del correo electrónico y Blog privado para padres. De esta forma se evitarán las aglomeraciones de entradas y salidas.

4. Circulares y correos

Todo lo relativo a modificaciones de actividades, horarios o cualquier información importante se enviará a través de circulares on line y/o se expondrá en el blog y en la web.

5. Consultas de la familia

Cualquier consulta se podrá realizar online a través del correo losdelascamisetasrojas@gmail.com o en el teléfono 675902628

b) Medidas de control y prevención durante el desarrollo de la actividad.

1. Protocolo de control de acceso al campamento

- Alumnos y el equipo educativo se someterán a un control de temperatura a la entrada y a las 15 horas tras las comidas.
- Temperatura (si es mayor de 37,3°C activaremos el protocolo de alerta).
- Uso obligatorio de mascarilla para todos.

- Higiene de manos.
- Desinfección de zapatos a la entrada del Campamento.
- Todos los niños tendrán que llevar en su mochila a diario por lo menos 1 mascarilla además de la que lleven puesta a la entrada.

2. Protocolos de Entradas y Salidas

- ✓ Recomendamos que en el tiempo de espera para la entrada se mantengan la distancia de 2 metros de para ellos se habilita suficiente espacio de espera.
- ✓ Todas las entradas al campamento estarán señalizadas.
- ✓ Se informará en los días previos al empuce de los campamentos a las familias donde tiene que dirigirse para evitar aglomeraciones.
- ✓ Distintos puntos de entrada los Campamento según el número de alumnos.
- ✓ Los padres no podrán acceder al recinto.
- ✓ 1 teléfono móvil y 1 correo electrónico habilitados en todo momento para atender a las familias.
- ✓ Los niños serán entregados en su puerta de campamento de manera ordenada y respetando la distancia de seguridad.
- ✓ Los niños se dirigirán con su monitor y a su espacio respetando la distancia de seguridad.

3. Desarrollo de la actividad

- Los alumnos mantendrán distanciamiento en la medida de lo posible de lo contrario llevarán mascarillas obligatoriamente.
- Cada monitor dispondrá de kit de higiene con gel hidroalcohólico y bote de jabón líquido diluido para una desinfección recurrente de las manos de niños y profesores.
- Las actividades se realizarán respetando el distanciamiento y en caso de compartir material será desinfectado convenientemente.
- Las actividades se realizan al aire libre, en caso de realizarlas en espacio cerrado estarán ventiladas de manera continua y los niños llevarán mascarilla.

c) Medidas de control y prevención tras la actividad.

- Desinfección de todos los espacios a diario por parte del personal de limpieza de las instalaciones.
- Desinfección de todos los materiales utilizados tras cada actividad.

- Hojas de registro en cada espacio de talleres y en la sala de material que certifiquen dicha limpieza.

II. Cumplimiento de medidas personales de higiene y prevención obligatorias.

Medidas específicas para los participantes.

1. Medidas de higiene personal y prevención generales

- Toda persona con temperatura a partir de 37,3°C y/o con sintomatología compatible con el COVID-19 se abstendrá de acudir al centro.
- Control de temperatura en la entrada del campamento, a las 15,00 horas de la tarde.
- Higiene constante de manos con gel hidroalcohólico, con agua y jabón durante 40 segundos y si las manos tienen suciedad se utilizará agua y jabón.
- Obligatoriedad de uso de mascarillas o pantalla de protección, en caso de no poder guardar la distancia de seguridad de 2 metros.
- La distancia interpersonal será de 2 metros, se utilizarán los espacios en los que se pueda respetar esa distancia interpersonal.
- Evitar tocarse la nariz, ojos y boca con las manos porque facilitan la transmisión.
- Al toser o estornudar, cubrir la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Usar pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tirarlos después de su uso seguido de lavado de manos.
- Evitar darse las manos.
- El uso de guantes no es recomendable de forma general, pero sí en los casos de manipulación de alimentos, tareas de limpieza
- El personal que inicie síntomas en el centro o acompañe a un alumno con síntomas deberá ponerse mascarilla y dirigirse al espacio de aislamiento preparado.

2. Medidas específicas para los trabajadores

La empresa dispone de todos los protocolos específicos para todos sus trabajadores adaptados a la normativa vigente y dispone de Plan de riesgos laborales con una empresa homologada al respecto.

Actividad formativa para todo el personal de los campamentos de **Los de las camisetas rojas**, asistirá a unas jornadas formativas sobre prevención de la COVID-19

Para trabajar en la empresa todo el personal firmará el documento de consentimiento informado y de buena salud.

Tendrá que acudir a su puesto de trabajo 15 minutos antes para la medición de temperatura, desinfección de calzado, firma de entrada, entrega de documentos y recepción de los niños.

III. Responsables de seguridad e higiene.

La empresa dispone de personal de limpieza extra y distintos responsables de seguridad e higiene que vigilarán el desarrollo de todas las actividades y aplicación de todos los protocolos.

Protección del personal encargado de la limpieza:

- Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso.
- Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.
- En caso de los uniformes de trabajo o similares, serán embolsados y cerrados, y se trasladarán hasta el punto donde se haga su lavado habitual, recomendándose un lavado con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grados.

IV. Medidas sobre desplazamientos, entrega y recogida de participantes.

1. Desplazamientos dentro del campamento

- EL tránsito dentro del campamento será unidireccional en los espacios en los que no se puedan guardar la distancia de seguridad.
- El acceso a espacios comunes será el mínimo y necesario.
- Después del uso de los espacios comunes y materiales se procederá a su desinfección.
- Los grupos de edad se mantendrán distanciados unos de otros durante toda la jornada.

2. Medidas de control de acceso al campamento

- Uso obligatorio de mascarilla para todos.
- Alumnos y el equipo educativo se someterán a un control de temperatura a la entrada y a las 15 horas.
- Temperatura (si es mayor de 37,3°C activaremos el protocolo de alerta).
- Higiene de manos.
- Desinfección de zapatos a la entrada del Campamento.
- Todos los niños tendrán que llevar en su mochila a diario por lo menos 1 mascarilla además de la que lleven puesta a la entrada.

3. Medidas de control de salida del campamento

- Uso obligatorio de mascarilla para todos.
- Recomendamos que en el tiempo de espera para la salida se mantengan la distancia de seguridad para ellos se habilita suficiente espacio de espera
- Distintos puntos de salida del recinto según el número de alumnos.
- Los niños serán recogidos por un solo adulto evitando que sean personas mayores o de alto riesgo de contraer la enfermedad COVID-19
- La salida será rápida, para agilizar las salidas

Para información a las familias a la salida están habilitados teléfono y correo electrónico.

4. Aseos y vestuarios

- **Obligatorio uso de mascarilla para entrar al aseo para niños y profesores.**
- **Nos atendremos a las normas de aforo de Inacua la Canaleja, de Inacua Torrejón de Ardoz, del Restaurante y de los espacios para talleres y distribución de comida en el caso del uso del cáterin en Torrejón de Ardoz.**
- Los niños y los profesores se limpiarán las manos antes de entrar y antes de salir.
- En los aseos acompañaremos a los niños más pequeños y vigilaremos que salgan del servicio dejándolos limpios.
- Los niños más mayores también serán acompañados a la puerta de los aseos y se esperará a que salgan.
- En ningún momento, ningún niño de ninguna edad circulará solo por las instalaciones de los polideportivos. Siempre irá acompañado por un adulto.

- Los monitores de los más pequeños se harán cargo de la higiene de los niños, pidiendo ayuda si lo necesitan.
- En los vestuarios acompañaremos a los niños. Solo se utilizarán a la vuelta de la piscina ya que los niños vienen todos con bañador de casa, así que los monitores también.
- Procuraremos que no haya aglomeración, haremos turnos para entrar, igual que en el agua.
- Los niños que tienen que ir al aseo estando en la piscina serán acompañados por un monitor siempre, nunca se irán solos, aunque sean mayores, habrá personal exclusivo para ello.

5. Piscina y pradera

- Este año, los niños divididos en grupos de 10, tendrán su espacio exclusivo, sin juntarse con otros grupos en la pradera.
- Crema, para los monitores que tengan que extender la crema a los niños, lo harán con mascarilla **y tendrán que lavarse las manos entre un niño y otro.**
- En el agua los monitores estarán solo con el grupo asignado.
- Nos bañaremos por turnos.
- Para ir al servicio los niños siempre irán con su monitor ya que no pueden tener contacto con más personas, pero se avisará coordinadores para hacer la sustitución con el grupo.
- Se respetarán las normas propias de la piscina y baño para evitar accidentes.
- Guardar las distancias de seguridad, salvo necesidad.
- Se respetarán los turnos de baño preestablecidos, para que no haya aglomeración en el agua.
- Se intentará que los grupos de la misma edad se bañen cerca para tener un mayor control fuera y dentro del agua.

V. Equipamientos básicos de seguridad e higiene para participantes, monitores y profesionales.

- Todo el personal de Los de Las Camisetas rojas llevará siempre encima y en todo momento:
- **Kit de material proporcionado por la empresa a educadores de:**
- Mascarillas (obligatoria en entradas y salidas, y en momento de contacto con los niños, como a la hora de echar crema, servir comidas, servicios... o cuando la distancia de seguridad no se puede mantener).

- Guantes (obligatorios para servir la comida)
- Productos de desinfección, Espray de agua con jabón (se utilizará cada hora para desinfectar a los niños o cuando la situación lo requiera).

Estas medidas se implementarán a las medidas de carácter general expresas en el inicio del documento.

- Higiene frecuente de manos con agua y jabón o gel de hidro alcohol.

NOTA. -El virus está recubierto por una capa lipídica (grasa) impermeable al agua pero que se disuelve con agua y jabón o con gel de hidro alcohol quedando expuesto el virus y es destruido

- Se llevarán las uñas cortas, se evitará el uso de anillos, pulseras o cualquier elemento que dificulte la higiene de manos.
- Se recomienda, en caso de cabello largo, llevarlo recogido.
- Ante toses o estornudos se usarán pañuelos de un solo uso que se desechará inmediatamente evitando tocar la cara. Después procederemos a la higiene de manos.
- Se recomienda no usar maquillaje ni productos cosméticos por ser una fuente de exposición prolongada y disminuir la vida útil de las mascarillas.
- **Contratación por parte de Los de las camisetas rojas de personal de limpieza extra** para los campamentos y para la desinfección de los baños y otros espacios que se usarán de forma rotativa, tras cada desinfección aplicando estas medidas:

VI. Medidas implantadas en relación con las instalaciones y equipamiento.

1. Instalaciones

En nuestro caso, Ferrovial Servicios que es la que nos alquila las instalaciones de Inacua la Canaleja en Alcorcón y de Inacua Torrejón de Ardoz por lo tanto aplicará sus propios protocolos de higiene y medidas de prevención.

2. Equipamiento

- Se colocará dispensador de gel desinfectante en aquellos espacios que no tengan lavabo para lavado de manos con agua y jabón. Se debe tener en cuenta que cuando las manos tienen suciedad visible el gel hidroalcohólico no es suficiente, y es necesario usar agua y jabón.
- Se realizará una limpieza y desinfección de las instalaciones al menos una vez al día, reforzándola en aquellos espacios que lo precisen en función de la intensidad de uso. Se tendrá especial atención a las zonas de uso común y a las

superficies de contacto más frecuentes como pomos, mesas, muebles, pasamanos, suelos, teléfonos, perchas, y otros elementos de similares características.

- **Baños y aseos: se limpiarán adecuadamente los aseos tras cada uso de los niños**. En todos los baños del centro habrá dispensadores de jabón y papel disponible para el secado de manos, o en su defecto gel hidroalcohólico, debiendo los alumnos lavarse cuidadosamente las manos cada vez que hagan uso del aseo.
- Se utilizarán desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) recién preparada o cualquiera de los desinfectantes con actividad viricida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de sanidad. En el uso de esos productos siempre se respetarán las indicaciones de las etiquetas(https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf)
- Tras cada limpieza, los materiales empleados y los equipos de protección utilizados se desecharán de forma segura, procediéndose posteriormente al lavado de manos.
- Se deben realizar tareas de ventilación periódica en las instalaciones cerradas y, como mínimo, de forma diaria y por espacio de cinco minutos.
- Se debe vigilar la limpieza de papeleras y la disponibilidad de jabón, papel secado de manos y gel hidroalcohólico.
- Se limitará al máximo posible el empleo de documentos en papel y su circulación.
- Los pañuelos desechables que el personal y el alumnado emplee para el secado de manos o para el cumplimiento de la etiqueta respiratoria serán desechados en papeleras con bolsa y contenedores protegidos con tapa y, a ser posible, accionados por pedal. Dichas papeleras deberán ser limpiadas de forma frecuente.
- Todo el material de higiene personal (mascarillas, guantes, etc) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas)
- Cada monitor llevará gel hidroalcohólico para higiene de manos y espray con solución desinfectante para el material. Se debe tener en cuenta que cuando las manos tienen suciedad visible el gel hidroalcohólico no es suficiente, y es necesario usar agua y jabón.
- En las instalaciones se realizará una limpieza y desinfección de las instalaciones al menos una vez al día, reforzándola en aquellos espacios que lo precisen en función de la intensidad de uso. Se tendrá especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos, mesas, mobiliario, material, etc.-

- Baños y aseos: se limpiarán adecuadamente los aseos en función de la intensidad de uso y, al menos, tres veces al día. En todos los baños del centro habrá dispensadores de jabón y papel disponible para el secado de manos, o en su defecto gel hidroalcohólico, debiendo los alumnos lavarse cuidadosamente las manos cada vez que hagan uso del aseo.

3. **Material del Campamento**

- ✓ El material fungible estará dividido en kits para 10 personas en una **CAJA LIMPIA**. El monitor tras la desinfección de sus manos se encargará de entregar el material necesario a cada niño. Tras su uso, depositará todo el material usado en una bolsa de plástico que se cerrará y dejará dentro de la **CAJA SUCIA**, para su posterior desinfección por parte del personal de limpieza.
- ✓ EL MATERIAL DE DEPORTE: pelotas y demás material, se entregará de la misma manera y se depositará en la zona techada en el punto de MATERIAL SUCIO, para su posterior desinfección por parte del personal de limpieza.
- ✓ EL MATERIAL AUDIOVISUAL, el monitor se encargará de su desinfección tras el uso de este.
- ✓ **Disponemos de una sala para material: para entrar a la sala será obligatorio la mascarilla y la desinfección de las manos.**
- ✓ *El material desinfectado será colocado de nuevo en la sala de material por el personal que se designe para ello.

VII. Medidas implantadas en relación con la seguridad alimentaria.

La comida se servirá siempre en platos individuales y no podrá ser compartida entre los participantes. Se evitarán los utensilios de uso compartido (bandejas, cestas de pan ...), pero se podrán utilizar jarras de agua que serán servidas por los monitores o un único participante responsable.

Menús y desayunos sanos y equilibrados y Menús de alergias e intolerancias.

- Máximo 10 comensales en cada mesa del mismo grupo de niños, más sus profesores, la comida siempre que el tiempo lo permita será al aire libre, con sombra.
- Los menús serán servidos por los educadores a los niños que tiene a su cargo con mascarillas y guantes desde los boles colocados en cada mesa.
- Los platos serán recogidos tras la comida por los profesores con guantes y mascarillas que se desecharán tras este uso.

VIII. Material necesario para la aplicación de las medidas de prevención y protección

- Productos de higiene individuales: jabón, gel hidroalcohólico
- Productos de limpieza: agua lejía, jabón, productos viriucidas
- Epis: mascarillas quirúrgicas, pantallas, guantes
- Dispositivos de lectura biométrica para el control de temperatura que no impliquen contacto

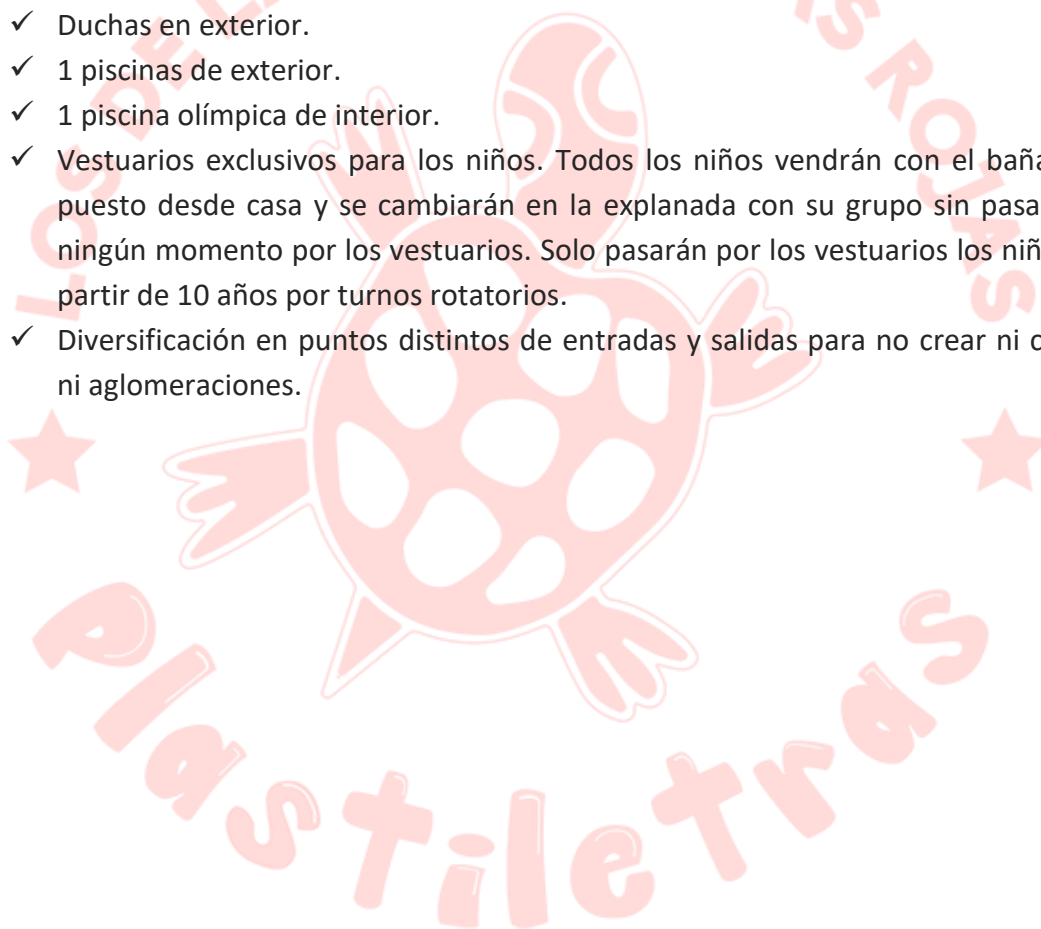
IX. Espacios para la realización de los Campamentos

Centro Deportivo Inacua la Canaleja: Avenida Los Castillos s/n Alcorcón,28925, Madrid

- ✓ Pradera verde con sombra para realizar todo tipo de actividad y deportes al aire libre manteniendo la distancia de seguridad entre los distintos grupos de niños.
- ✓ Múltiples espacios techados con sombra para talleres.
- ✓ Varias Salas Exclusivas en caso de lluvia.
- ✓ Restaurante con zona muy amplia al aire libre que permitirá la separación de los niños por grupos reducidos.
- ✓ Múltiples aseos divididos por género.
- ✓ Pistas de Voleibol.
- ✓ Duchas en exterior y fuentes de agua potable.
- ✓ 2 piscinas de exterior.
- ✓ 1 piscina olímpica de interior.
- ✓ 1 piscina de aprendizaje de interior.
- ✓ Vestuarios exclusivos para los niños. Todos los niños vendrán con el bañador puesto desde casa y se cambiarán en la explanada con su grupo sin pasar en ningún momento por los vestuarios. Solo pasarán por los vestuarios los niños a partir de 10 años por turnos rotatorios.
- ✓ Diversificación en puntos distintos de entradas y salidas para no crear ni colas ni aglomeraciones.

Centro Deportivo Inacua Torrejón de Ardoz: Avenida Claudio Coello s/n Alcorcón,28850, Madrid

- ✓ Pradera verde con sombra para realizar todo tipo de actividad y deportes al aire libre manteniendo la distancia de seguridad entre los distintos grupos de niños.
- ✓ Múltiples espacios techados con sombra para talleres.
- ✓ Varias Salas Exclusivas en caso de lluvia.
- ✓ Zona para comida habilitada que permitirá la separación de los niños por grupos reducidos.
- ✓ Múltiples aseos divididos por género.
- ✓ Pistas de Voleibol.
- ✓ Duchas en exterior.
- ✓ 1 piscinas de exterior.
- ✓ 1 piscina olímpica de interior.
- ✓ Vestuarios exclusivos para los niños. Todos los niños vendrán con el bañador puesto desde casa y se cambiarán en la explanada con su grupo sin pasar en ningún momento por los vestuarios. Solo pasarán por los vestuarios los niños a partir de 10 años por turnos rotatorios.
- ✓ Diversificación en puntos distintos de entradas y salidas para no crear ni colas ni aglomeraciones.



BIBLIOGRAFÍA

- Guía para la organización de actividades de ocio y tiempo libre en la comunidad de Madrid en el contexto de la pandemia Covid- 19 <https://www.comunidad.madrid/noticias/2020/06/11/publicamos-guia-organizacion-actividades-ocio-tiempo-libre-covid-19>
- Recomendaciones del ministerio de sanidad para la recuperación de las actividades de tiempo libre dirigidas a la población infantil y juvenil
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Recomendaciones_Actividades_tiempo_libre_infantil_y_juvenil.pdf
- Normativa del Ministerio de Sanidad, publicada en el BOE el sábado 30/5/2020 Sec. I. pág. 35832, capítulo XXII, sobre Condiciones para la realización de actividades de tiempo libre dirigidas a la población infantil y juvenil
<https://www.boe.es/boe/dias/2020/05/30/pdfs/BOE-A-2020-5469.pdf>
- Recomendaciones del ministerio de sanidad para la recuperación de las actividades de tiempo libre dirigidas a la población infantil y juvenil
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Recomendaciones_Actividades_tiempo_libre_infantil_y_juvenil.pdf
- “Estrategia, fases de desescalada y vuelta a la normalidad en las actividades de ocio educativo en el ámbito de la juventud” (borrador), Instituto de la juventud, unidad de apoyo, Dirección General.
- “Medidas de prevención e higiene frente a COVID-19 para la reapertura parcial de centros educativos en el curso 2019-2020” (anexo), Resolución conjunta de las viceconsejerías de política educativa y de organización educativa por la que se dictan instrucciones complementarias de las instrucciones para el desarrollo del tercer trimestre y final del curso 2019-20 en la comunidad de Madrid como consecuencia del estado de alarma provocado por coronavirus (COVID-19).
- “Medidas de prevención e higiene frente a COVID-19 para la reapertura parcial de Centros Educativos en el curso 2019-2020”, Ministerio de Sanidad.
- Protocolo borrador de Colectivo Nacional de Campamentos de Verano
- Información sobre COVID-19 de la Comunidad de Madrid
<https://www.comunidad.madrid/etiquetas/coronavirus>
- Productos virucidas homologados
https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf
- Secuencia de higiene de manos https://www.elconfidencial.com/tecnologia/ciencia/2020-04-11/lavarse-manos-coronavirus_2487751/

ANEXO 1

CÓMO REALIZAR LA HIGIENE DE MANOS



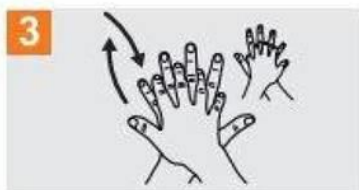
0 Mójese las manos con agua;



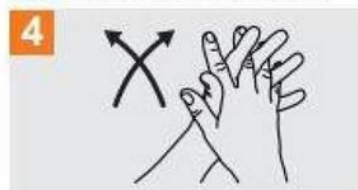
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



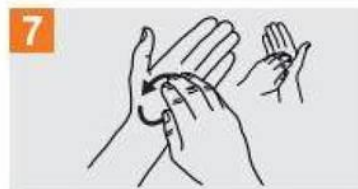
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



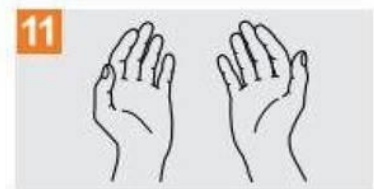
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

ANEXO 2

DOCUMENTO DE ACEPTACIÓN DE CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN, OBLIGACIÓN DE INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO INFORMADO

Los padres o tutores de los participantes en cualquier actividad de ocio educativo infantil y juvenil deberán mostrar su aceptación, por escrito y de forma previa, de los siguientes requisitos de participación:

1. Declaración responsable de no formar parte de grupos de riesgo ni convivir con grupo de riesgo.

- El participante no puede tomar parte en la actividad si presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19.
 - El participante no puede tomar parte en la actividad si ha estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19, incluso en ausencia de síntomas, por un espacio de al menos 14 días. Durante ese periodo debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad.
 - El participante sí puede, pero no debería, tomar parte en la actividad si es vulnerable o convive con una persona que sea vulnerable por ser mayor de 60 años, estar diagnosticada de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias, o por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores. Si opta por participar deberá dejar constancia del riesgo que corre él o sus familiares en el consentimiento informado.
- #### **2. Compromiso de comprobación diaria de estado de salud y de causa de ausencia**
- Los tutores legales de los participantes deberán comprobar diariamente su estado de salud antes de incorporarse a la actividad.
 - Los participantes deberán notificar las causas de ausencia al monitor responsable de su grupo a través del móvil u otro medio.
 - Si alguna persona involucrada en la actividad presenta sintomatología asociada con el COVID-19 no acudirá y contactará con el responsable de su actividad.
- #### **3. Aceptación del documento informativo para familias sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias**

4. Firma del consentimiento informado:

ACEPTACIÓN DE CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN, OBLIGACIÓN DE INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO INFORMADO, PARA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES DE CAMPAMENTOS URBANOS DE LOS DE LAS CAMISETAS ROJAS S.L

D/D^a

con nº de DNI/NIE

actuando en nombre propio como padre/madre/tutor-a del interesado/a (menor de edad)

NOMBRE Y APELLIDOS DEL NIÑO INTERESADO.....

Pertenencia a grupos vulnerables o con necesidades especiales de adaptación: Sí / No.

Si es que sí, especifique:

ENTIDAD QUE DESARROLLA LA ACTIVIDAD: **LOS DE LAS CAMISETAS ROJAS SL.**

ACTIVIDAD PROPUESTA: **Campamentos urbanos en Inacua la Canaleja, en Avenida Los Castillos s/n Alcorcón, Madrid,28924 y Campamentos urbanos en Inacua Torrejón, en Avenida Claudio Coello s/n Alcorcón, Madrid,28850**

Fecha:

Declaro bajo mi responsabilidad que solicito que la persona cuyos datos figuran en el encabezamiento (el interesado) participe en las actividades de la organización expuesta, para lo cual he leído con detalle la información proporcionada por la propia organización y acepto las condiciones de participación, expreso mi compromiso con las medidas personales de higiene y prevención obligatorias y asumo toda la responsabilidad frente a la posibilidad de contagio por COVID-19.(Márquese en lo que proceda).

Declaración responsable de no formar parte de grupos de riesgo ni convivir con grupo de riesgo

Declaro que el interesado cumple los requisitos de admisión establecidos en el documento de aceptación de condiciones de participación, obligación de información y consentimiento informado, no siendo grupo de riesgo

Declaro que el interesado no convive con nadie que sea grupo de riesgo, o que, en el caso de que así sea, participa en la actividad bajo su propia responsabilidad

Me comprometo a comprobar diariamente el estado de salud de mi hijo/a, tutelado/a y, en su caso, a comunicar la causa de ausencia del interesado (a través de móvil u otro medio) Aceptación del documento de medidas personales de higiene y prevención obligatorias frente al COVID-19

He leído y acepto los compromisos contenidos en el documento de información para familias sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias. Declaración de haber leído y aceptado los documentos proporcionados por la organización sobre la adaptación de la actividad al COVID-19

Declaro que he recibido y leído el Plan de adecuación de la actividad al COVID-19 de la entidad responsable de la actividad y que por tanto tengo conocimiento pleno y estoy de acuerdo con las medidas y procedimientos que propone.

Declaro que he recibido y leído el protocolo de actuación en casos de emergencia o riesgo de contagio de la entidad responsable de la actividad Consentimiento informado sobre COVID-19

Declaro que, tras haber recibido y leído atentamente la información contenida en los documentos anteriores, soy consciente de los riesgos que implica, para él mismo y para las personas que conviven con él, la participación del interesado en la actividad en el contexto de la crisis sanitaria provocada por el COVID-19, que asumo bajo mi propia responsabilidad.

En, a..... de.....de.....

Firma

Firma padre/madre/tutor

ANEXO 3. INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

1. No debe acudir a la actividad en los siguientes casos:

- Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, tienes que contactar con el teléfono de atención al COVID-19 de tu comunidad autónoma o con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones. No debes acudir a lugares donde se encuentren más personas hasta que te confirmen que no hay riesgo para ti o para los demás.
 - Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.
 - Puedes participar, bajo tu responsabilidad, si eres vulnerable o convives con una persona que sea vulnerable por edad, por estar embarazada o por padecer afecciones médicas anteriores (como, por ejemplo, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer o inmunodepresión). Pero esto puede suponer un grave riesgo para ti o para las personas con las que vives.
- #### **2. Recomendaciones relativas a los desplazamientos a la actividad.**
- Siempre que puedas, prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros. Por esta razón, es preferible en esta situación el transporte individual.
 - Guarda la distancia interpersonal o ponte mascarilla cuando vayas caminando por la calle.
 - Si te tienes que desplazar en un turismo, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de una persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes.
 - En los viajes en transporte público guarda la distancia interpersonal con el resto de los usuarios. Es obligatorio usar una mascarilla si vas en transporte público.
 - Utiliza tus equipos de protección individual desde la salida de casa.
- #### **3. Recomendaciones generales de protección e higiene frente al COVID-19**
- Lavar frecuentemente las manos con agua y jabón, o con una solución hidroalcohólica, durante 40 segundos. Es especialmente importante después de toser o estornudar, o al inicio y fin de actividades en espacios compartidos. En el caso de que tener los antebrazos descubiertos durante la actividad, es recomendable incluir el lavado de antebrazos
 - Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
 - Evitar tocar los ojos, la nariz o la boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
 - Todo material de higiene personal (mascarillas, guantes de látex, etc.) debe depositarse en la fracción resto (agrupación de residuos de origen doméstico que se obtiene una vez efectuadas las recogidas separadas).
 - Si se empieza a notar síntomas, extremar las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene y avisar a los responsables de la actividad para que contacten de inmediato con los servicios sanitarios.