DOCUMENTO DE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS

La implementación de estas medidas es tanto para las personas participantes como el monitorado que participa en la actividad.

Mediante este documento queremos dejar claras las medidas personales de higiene y prevención obligatorias para acudir a la Gazte Gela, Oficina de Información Juvenil (CIJ) y/o parar participar en las actividades programadas por los Servicios de Juventud del Ayuntamiento de Portugalete. A continuación se recogen las recomendaciones actuales de prevención, higiene y promoción de la salud del Ministerio de Sanidad en relación al COVID- 19.

<u>MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA LOS Y LAS PARTICIPANTES Y EL MONITORADO A LA HORA DE ACUDIR A LOS SERVICIOS DE JUVENTUD O ALGUNA ACTIVIDAD</u>

No debes acudir a la Gazte Gela, al CIJ y/o a la actividad bajo estos supuestos:

a) Si se presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, hay que contactar por teléfono el centro de atención primaria que corresponde y seguir sus instrucciones.
b) Si se 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 1,5 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o se ha compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso se debe realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 10 días.

Acudir a los Servicios de Juventud y/o participar en las actividades siempre será bajo responsabilidad de la persona interesada - o de la madre, padre o tutor(a) legal en caso de menores de edad - si es vulnerable o convive 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).

1. Desplazamientos a los Servicios de Juventud y/o a la actividad

a) Prioriza las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de aproximadamente 1,5 metros.
b) En el desplazamiento es necesario llevar mascarilla. Hay que guardar lla distancia interpersonal o ponerse mascarilla cuando se va caminando por la calle

o en transporte público y privado si se está acompañado o acompañada con personas no convivientes.

2. Medidas organizativas de la actividad

a) El monitorado de la actividad debe informar a las personas participantes de los riesgos y medidas sanitarias y de higiene que deben cumplir de forma individual.
b) El monitorado de la actividad se asegurará de que los y las participantes y asistentes a los Servicios de Juventud dispongan de mascarillas.
c) El monitorado de la actividad proveerá a los y las participantes de los productos de higiene necesarios para poder seguir con las recomendaciones individuales, adaptándose estas en cada actividad. Con carácter general, es necesario mantener un aprovisionamiento adecuado de jabón, solución hidroalcohólica y pañuelos desechables.
d) Deberá evitarse en medida de lo posible, el uso de materiales compartidos durante la actividad. En caso de que así sea, se aumentarán las medidas de precaución, desinfectándolos tras cada uso.
e) Como norma general, no se podrá comer dentro de los Servicios de Juventud.
f) Se facilitará la información sobre las medidas de higiene y seguridad mediante cartelería en puntos clave del espacio ocupado.

3. Normas de prevención e higiene para monitorado y participantes.

a) Los y las participantes llevarán a cabo todas las actividades en grupos de 10 personas por grupo, monitorado incluido. Este debe dictar y velar por el cumplimiento de las medidas higiénicas y de seguridad.
b) El monitorado y participantes deberán acudir con mascarilla limpia diaria.
c) En lo posible se respetará la medida de seguridad interpersonal de 1,5 metros. El uso de mascarilla es obligatorio en la GazteGela, en el CIJ y en las actividades programadas.
d) Tanto al inicio como al fin de la actividad se deben lavar las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica. También después de toser o estornudar.
e) 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.
f) Evitar tocar los ojos, nariz o boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
g) 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.

Todas las personas relacionadas con la actividad directa o indirectamente deberán tener conocimiento de los contenidos expuestos en este documento.

NAHITAEZKO HIGIENE- ETA

PREBENTZIO-NEURRI PERTSONALEN DOKUMENTUA

Neurri hauen ezarpena parte-hartzaileentzat eta jardueran parte hartzen duten begiraleentzat dira.

Dokumentu honen bidez, argi utzi nahi ditugu Gazte Gelara, Gazte Informazio bulegora (GIB) edota Portugaleteko Gazteria Zerbitzuek antolatuko dituzten jarduetara joateko hartu beharreko higiene- eta prebentzio-neurri pertsonalak. Jarraian jasotzen dira Osasun Ministerioak COVID-19ren inguruan osasuna prebenitzeko, higienerako eta sustatzeko gaur egun ematen dituen gomendioak.

GAZTERIA ZERBITZUETARA EDOTA EDOZEIN JARDUERATARA JOATEKO PREBENTZIO-NEURRIAK PARTE- HARTZAILE ETA BEGIRALEEI BEGIRA

1. Ez duzu Gazte Gelara, GIBera edota jarduerara joan behar balizko egoera hauetan:

a) COVID-19arekin lotuta egon daitekeen edozein sintomatologia baduzu (eztula, sukarra, arnasa hartzeko zailtasuna eta abar). Kasu horretan, telefonoz jarri behar da harremanetan egokituko zaizun lehen mailako arretako zentroarekin, eta haren jarraibideak bete.

b) Kontaktu estuan egon bazara (bizikideak, senideak eta kasu baten leku berean egon diren pertsonak, gutxienez 15 minutuz 1,5 metro baino gutxiagotara pertsona horrek sintomak zituen bitartean) edo lekua partekatu baduzu COVID-19ak jotako pertsona batekin pertsonen arteko distantzia gorde gabe. Kasu horretan, jarraipena egin behar da gaixotasunaren zantzurik agertzen ote den jakiteko 10 egunez.

Gazteria Zerbitzuetara joatea edo jardueretan parte hartzea interesdunaren erantzukizunpekoa izango da beti– pertsona adingabea bada, amarena, aitarena edo tutor legalarena - baldin eta kaltebera bada edo adinagatik, haurdun egoteagatik edo aurretik medikuntzan eragindako afekzioak izateagatik kaltebera den pertsona batekin bizi bazara (adibidez, hipertentsio arteriala, gaixotasun kardiobaskularrak, diabetesa, biriketako gaixotasun kronikoak, minbizia edo immunodepresioa).

2. Gazteria Zerbitzuetara edota jarduerarako joan-etorriak

a) Eman lehentasuna pertsonen arteko 1,5 metro inguruko distantzia ondoen bermatzen duten mugikortasun-aukerei.

b) Joan-etorrietan beharrezkoa da maskara eramatea. Gorde behar da pertsonen arteko distantzia edo maskara janztea kaletik ibiltzean, garraio publiko eta

pribatuetan (batik bat beste pertsonekin joaten bada eta elkarrekin bizi ez badira) zoazenean.

3. Jarduera antolatzeko neurriak

a) Jarduerako begiraleek parte-hartzaileei jakinarazi behar dizkiete banaka bete behar dituzten arriskuak eta osasun- eta higiene-neurriak.
b) Jarduerako begiraleek ziurtatuko dute parte-hartzaileek eta Gazteria Zerbitzuetara etorritakoek maskarak dituztela.
c) Jarduerako begiraleek banakako gomendioekin jarraitu ahal izateko beharrezkoak diren higiene-produktuak emango dizkiete parte-hartzaileei, eta horiek jarduera bakoitzean egokituko dira. Oro har, xaboia, soluzio hidroalkoholikoa eta erabili eta botatzeko zapiak behar bezala hornitu behar dira.
d) Ahal den neurrian, saihestu egin beharko da jardueran material partekatuak erabiltzea. Hala bada, arreta-neurriak areagotu egingo dira, eta erabilera bakoitzaren ondoren desinfektatu.
e) Arau orokor gisa, parte-hartzaileek ezin dute Gazteria Zerbitzuen barruan jan.
f) Higiene- eta segurtasun-neurriei buruzko informazioa emango da, kartelen bidez, okupatutako espazioaren funtsezko puntuetan, eta horiek posta elektronikoz edo whatsapp bidez bidaliko dira.

4. Begiraleentzako eta parte-hartzaileentzako prebentzio- eta higiene-arauak.

a) Parte-hartzaileek jarduera guztiak burutuko dituzte 10 pertsonako taldeetan, begiraleak barne. Azken hauek higiene- eta segurtasun-neurriak eman eta betetzen direla arduratu behar dute.
b) Begiraleek eta parte-hartzaileek egunero maskara garbi bana jantzita etorri beharko dute.
c) Ahal dela, pertsonen arteko 1,5 metroko segurtasun-neurria errespetatuko da. Derrigorrezkoa da maskara erabiltzea Gazte Gelan, GIBn eta antolatutako jardueretan.
d) Jardueraren hasieran nahiz amaieran eskuak urez eta xaboiz edota gel hidroalkoholikoz garbitu behar dira. Halaber, eztul egin edo doministiku egin ondoren.
e) Sudurra eta ahoa estali eztul egitean eta doministiku egitean, erabili botatzeko zapi bat, eta, ondoren, itxi egiten den zaborrontzi batera bota. Zapirik ez badago, erabili ukondoaren barrualdea eskuak ez kutsatzeko.
f) Begiak, sudurra edo ahoa ukitzea saihestea. Saihestu ukipen fisikoarekin agurtzea, eskua ematea barne dagoelarik.
g) Sintomak nabaritzen hasiz gero, kontu handiz ibili, bai gizarte-urruntzeari dagokionez, bai higieneari dagokionez, eta jardueraren arduradunei jakinarazi berehala jar daitezela harremanetan osasun-zerbitzuekin.

Zuzenean edo zeharka jarduerarekin zerikusia duten pertsona guztiek dokumentu honetan azaldutako edukien berri izan beharko dute