



PROTOCOLO PARA RETORNO A LAS ACTIVIDADES COVID-19

El Porqué?:

Nos propusimos elaborar esta herramienta con el primordial objetivo de que nuestros clubes vuelvan a la actividad teniendo en cuenta que casi 600 familias sustentan sus vidas en base a lo que el Hockey les aporta. Entre ellos podemos contar entrenadores, Preparadores Físicos y Staff técnico (350 personas aproximadamente), administrativos y maestranza de clubes ligados directamente al Hockey (100 personas aproximadamente), árbitros (110 personas), casas de deporte (30 personas aproximadamente).

Tambien porque las casi 5000 jugadoras y jugadores de Hockey federado hacen de la vida sana un culto que hoy necesitamos recuperar.

Además porque es fundamental resguardar la salud de todos quienes forman parte del Hockey Tucumano y necesitamos cuidar y cuidarnos entre todos.

Por último y con no menor importancia por la salud económica de nuestros clubes que están sumidos en una severa crisis en algunos casos casi terminal.

El Qué?:

Este protocolo estará enfocado en llevar adelante solamente entrenamientos de carácter físico en cancha y entrenamientos de técnicas individuales en espacios delimitados para cada jugador que luego detallaremos.

Cuando este autorizada la competencia agregaremos las disposiciones necesarias para ese tipo de actividad.

El Cómo?:

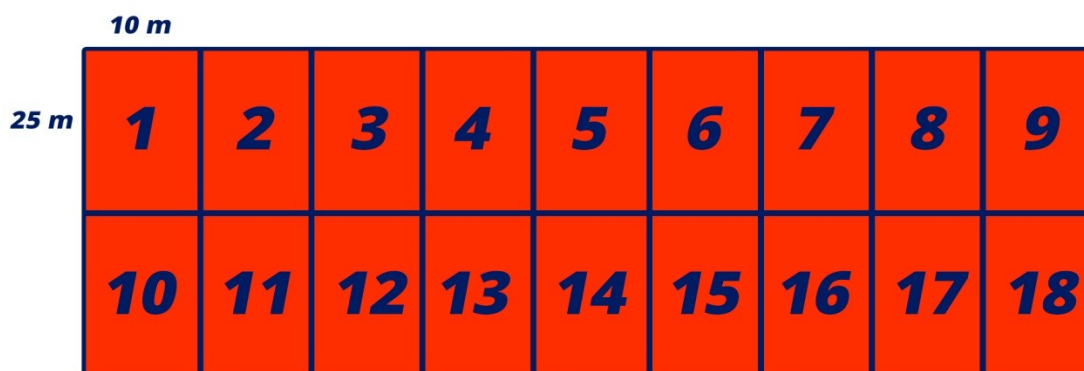
Siendo muy responsables y estableciendo pautas muy estrictas de higiene y de distancia entre las jugadoras/es y cuerpos técnicos que asistan a los clubes además de un sistema de control de las actividades que se desarrollen.

INGRESO AL CLUB

El **CLUB** deberá llevar adelante las siguientes acciones para poder desarrollar las sesiones de entrenamiento.

1. Establecer un responsable por división que será el encargado de recibir a las jugadoras/es en el ingreso al entrenamiento.
2. Este responsable deberá estar provisto de Barbijo y alcohol liquido al 70% o alcohol en gel para su permanente aseo personal.
3. Este responsable deberá tomar la temperatura a cada jugador/a antes de autorizar el ingreso al campo de juego y asignar el sector de entrenamiento a cada jugador. Solo podrán entrenar quienes no tengan valores febriles que signifiquen un alerta (37 grados).
4. Delimitar físicamente y de forma visible la cancha en 18 porciones tal como se detalla aquí:

CANCHA DE HOCKEY



5. Colocar una silla en el borde de cada celda de la cancha para que cada jugadora coloque sus efectos personales. Esta silla deberá ser desinfectada entre un entrenamiento y el siguiente.
6. Habilitar una puerta de entrada a la cancha y otra puerta de salida.
7. Establecer horarios de entrenamiento con pausas de 30 minutos entre uno y otro para no mezclar las jugadoras de dos turnos dentro del club. Estos horarios deben ser informados a la Asociación de Hockey para su aprobación.
8. Proveer al Staff técnico de Barbijos que deberán ser usados todo el tiempo y elementos de higiene.
9. Mantener cerrados los vestuarios en el sector de duchas.
10. Mantener abiertos los baños y proveer de personal para desinfectar cada box después de cada uso.
11. Inhabilitar los caños y/o bebederos comunitarios.
12. En el ingreso a los vestuarios colocar un trapo con lavandina diluida para limpiar el calzado y renovarlo periódicamente.
13. En el vestuario colocar dispenser de jabón líquido, toallas de papel descartables y/o alcohol en gel o alcohol líquido al 70%.
14. Informar a las autoridades del área de Salud de la provincia los casos de jugadoras en los que se haya detectado valores febriles a los efectos de que se tomen las medidas correspondientes.
15. Instruir a su staff de entrenadores de que deben usar barbijo durante los entrenamientos y son los únicos que pueden tocar bochas, conos, vallas y todo otro elemento de entrenamiento.
16. Erradicar del campo de juego los bidones de agua de uso compartido.
17. En las inmediaciones del campo de juego solo podrán estar presentes jugadores/as y cuerpo técnico.

El **JUGADOR** deberá cumplir las siguientes acciones para poder llevar adelante las sesiones de entrenamiento.

1. Cambiarse en su domicilio y llegar al entrenamiento listo para entrenar. No podrá cambiarse ni al inicio ni al final de la práctica.



2. Llevar en su funda agua suficiente y alcohol líquido o alcohol en gel para uso personal y elementos de higiene personal. Estos elementos no pueden compartirse.
3. No compartir ningún elemento durante el entrenamiento, no tocar bochas, conos, vallas, etc. con las manos.
4. Para el traslado al club no se podrá compartir el mismo auto salvo quienes vivan en un mismo domicilio. Si se utiliza transporte público deberán hacerlo usando barbijo y cuidando la distancia con las demás personas.
5. Llevar el mínimo de elementos posibles evitando llevar elementos de Bijouterie tales como anillos, colgantes, aros y relojes.
6. Respetar el box que se le asigna para entrenamiento del cual no podrá salir durante el mismo.
7. No se podrán duchar en el club y solo podrán usar el baño en casos de extrema necesidad y de a una persona por turno.
8. Si asisten padres o acompañantes deberán quedarse en el vehículo. No podrán descender.
9. Permitir que se le tome la temperatura previo al entrenamiento y en ese momento en caso de haber más de una jugadora ubicarse a 2 m de distancia una de otra hasta que se tome la temperatura.
10. Llegar al club 15 minutos antes del inicio del entrenamiento (no antes) y retirarse inmediatamente termine el mismo.
11. Usar barbijo hasta el momento previo al inicio del entrenamiento y asear sus manos previo a salir de su domicilio.
12. Asear sus manos con alcohol (que deberá tener en su funda y no compartir) antes de empezar el entrenamiento y al finalizar el mismo.
13. Al regresar a su domicilio evitar el contacto con personas sin haber previamente desechado toda la vestimenta y calzado utilizada en una bolsa para su posterior lavado y haber procedido al aseo personal.
14. Si tiene alguno de los siguientes síntomas quédese en casa y consulte a un profesional médico:
 - a. Los síntomas más habituales son los siguientes:
 - i. Fiebre
 - ii. Tos seca
 - iii. Dificultad para respirar o sensación de falta de aire



- iv. Dolor o presión en el pecho
- v. Incapacidad para hablar o moverse
- b. Otros síntomas menos comunes son los siguientes:
 - i. Molestias y dolores
 - ii. Dolor de garganta
 - iii. Diarrea
 - iv. Conjuntivitis
 - v. Dolor de cabeza
 - vi. Pérdida del sentido del olfato o del gusto
 - vii. Erupciones cutáneas o pérdida del color en los dedos de las manos o de los pies
 - viii. Cansancio

La **ASOCIACION** deberá llevar adelante las siguientes acciones para poder dar inicio a las sesiones de entrenamiento.

1. Recibir y aprobar los horarios de entrenamiento propuestos por los clubes y el detalle de los responsables de recibir las jugadoras/es por división.
2. Podrá realizar controles sorpresivos de que los clubes cumplan con el Protocolo y los horarios que se le hayan aprobado. (No Obligatoria-mente)
3. Instar a los clubes a informar a las autoridades los casos que requieran intervención del área de salud.
4. Colaborar con los clubes en todas las acciones que requieran para la difusión de la problemática del COVID-19.

El siguiente protocolo es una Guía Básica de acciones que están obligados a cumplimentar siendo responsabilidad de cada club su cumplimiento y mejoramiento de acuerdo a la realidad de cada uno.