Intendencia Municipal
de Mar Chiquita
INT. J. BELTRAMI 50 – TEL.: (02265) 43-2330 / 43-2324
FAX. : (02265) 43-2660 / 43-2838
e-mail: unidadintendente@marchiquita.gba.ar
B7174BGB – CORONEL VIDAL

ANEXO I - DECRETO Nº 788/20

PROTOCOLO BIOSEGURIDAD PARA LAS ACTIVIDADES FÍSICAS MUNICIPALIDAD DE MAR CHIQUITA

REQUERIMENTOS

Se requiere responsabilidad y conducta social.

✓ Cumplimiento de los protocolos de Bioseguridad.-

✓ Respetar la importancia de esta primera etapa de recuperación de actividades.-

✓ Ser residente del Partido de Mar Chiquita y realizar la actividad física en la localidad (no desplazarse hacia una localidad vecina).-

✓ Ser mayor de 15 años o realizar la actividad con un mayor a cargo.-

CONDICIONES

Respetar el Protocolo de Bioseguridad que se compone por los siguientes puntos:

- Respetar la distancia mínima obligatoria para la actividad: no menos de diez metros de acercamiento entre personas, se encuentren éstas delante, detrás o de costado.-
- Mantener la higiene personal, asegurando el correcto lavado de manos así como también de la indumentaria a utilizar; antes y después de la actividad.
- Asegurar el uso de la indumentaria adecuada para dicha actividad: remera manga larga, guantes. Recomendable: uso de cuello.
- No salivar en la vía pública.
- Utilización de botella de hidratación individual.
- Al estornudar o toser, cubrirse con el codo.
- Evitar tocarse los ojos, nariz y/o boca.-

ATLETISMO. CAMINATAS, CORRER

- ✓ La actividad es individual.-
- ✓ Se encuentra prohibido el desarrollo de clases y actividades grupales.-
- ✓ Se permitirán las salidas sólo a mayores de 15 años.-
- ✓ Se encuentra prohibida la actividad en plazas públicas, las mismas se encuentran cerradas para fines de esparcimiento. Los profesores tienen

prohibida la realización de sus actividades en mencionado espacio público.-

- ✓ Se realizará de puerta a puerta de su domicilio sin detenciones dentro de un radio aproximado de no más de 5 kilómetros.-
- ✓ Para los casos de actividad en zona rural, el acercamiento al mismo deberá ser en vehículo, tanto para la ida como así también para la vuelta.-
- ✓ Está prohibido el cruce de localidades durante la salida. La misma deberá realizarse dentro del municipio de residencia. Esta prohibición, deja entrever que no se permite el ingreso de personas ajenas al partido para la realización de la actividad.-
- ✓ Está prohibido correr por avenidas y zonas comerciales.-
- ✓ Toda persona que desee acceder al permiso de realización de las salidas, deberá estar debidamente registrada en una base de datos a cargo de la Secretaría de Deportes (facebook, Instagram).-
- ✓ Durante la salida, se deberá respetar la mano de circulación vehicular, para evitar cruces y acercamiento entre personas.
- ✓ Se permitirán salidas una vez por día por persona, de una hora como máximo.

<u>LUGARES DE ENTRENAMIENTO</u>

- ✓ En cada localidad se procurará entrenar en zonas rurales, calles de tierra y/o caminos de baja densidad poblacional.

PADEL, TENIS Y PELOTA-PALETA

1) Cuidados, turnos

- Anticipar la hora del fin del turno 5 minutos.
- Retrasar la hora de inicio del turno 5 minutos.
- Desinfectarse las manos cada 15 minutos..
- Prohibición de cambiar de lado en juegos impares

2) Las clases:

- Lecciones permitidas para un máximo de 2 alumnos a la vez.
- Nuevas pelotas traídas por los usuarios.

3) Los vestuarios

- Los vestuarios permanecerán cerrados.

4) Pelotas, paletas y más

- Los jugadores deberán usar pelotas nuevas en sus partidos.

Intendencia Municipal
de Mar Chiquita
INT. J. BELTRAMI 50 – TEL.: (02265) 43-2330 / 43-2324
FAX. : (02265) 43-2660 / 43-2838
e-mail: unidadintendente@marchiquita.gba.ar
B7174BGB – CORONEL VIDAL

- Uso de guantes de látex para la mano no frecuente/no dominante.
- Uso exclusivo de la paleta o raqueta propia.
- Dispensador de gel desinfectante.
- Nombramiento y presencia constante de una persona responsable de supervisar el cumplimiento de las normas.

5) Canchas

- ✓ Cada cancha contará con un rociador provisto de solución a base de lavandina al 90% a efectos de que el jugador/alumno/profesor realice la desinfección de equipo de juego (pelota /paleta) cuando lo estime necesario.-
- ✓ En cada cancha se colocará una botella spray con alcohol para que el jugador/alumno/profesor pueda realizar su propia higiene complementaria a la aportada por el personal de limpieza del establecimiento a su ingreso.-

CICLISMO DE RUTA (convenientemente caminos rurales)

1.- Traslados Seguros

- ✓ Cada ciclista deberá salir de forma individual para a su entrenamiento. No pudiendo detenerse bajo ninguna circunstancia, con un máximo de dos ciclistas por eventuales circunstancias, con un distanciamiento de 20 metros mínimo entre cada uno de los ciclistas.
- ✓ El uso del tapaboca es obligatorio para el traslado.
- ✓ Durante el entrenamiento se recomienda no tener contacto con otras personas, salvo de ser necesario.
- ✓ Resulta indispensable el lavado de manos antes de salir, e inmediatamente al llegar al lugar de destino, como así también llegar cambiado de su domicilio.

2.- Cuidado de efectos personales y elementos deportivos

- ✓ Los efectos personales (toallas, hidratación, etc.) deberán ser de utilización exclusiva de cada deportista, al igual que los elementos de práctica (ropa, casco, zapatos, lentes, bicicletas, ruedas, etc.)
- ✓ Lavar y desinfectar la bicicleta al ingresar y al finalizar la salida. Esto se debe realizar antes de guardar la bicicleta dentro de casa. Para esto es bueno contar en la entrada de casa con un rociador con una solución de agua y lavandina o algún tipo de desinfectante adecuado.
- ✓ Usar siempre el casco, lentes, tapa boca y guantes

- ✓ Luces de emergencia
- ✓ Nunca salivar o expulsar mucosidad en la vía pública durante todo el entrenamiento
- ✓ Siempre llevar su o sus propios bidones de agua y de ser posible que no esté expuesto (proteger válvula por donde se bebe) y nunca compartir el agua de dichos bidones.
- ✓ Solo circular por ciclovías, rutas y caminos rurales habilitados por las autoridades municipales y/o provinciales.
- ✓ Evitar paradas para descansar, y realizar el tiempo de entrenamiento mínimo necesario, con el fin de estar la menor cantidad de tiempo posible expuestos.

CICLISMO DE PISTA

1.- Traslados Seguros

- ✓ Cada ciclista deberá salir de forma individual rumbo a su entrenamiento a la pista próxima a su domicilio, sin el uso de transporte público. No pudiendo detenerse bajo ninguna circunstancia.
- ✓ El uso del tapaboca es obligatorio para el traslado.
- ✓ Si el traslado se hace en vehículo particular, el mismo deberá realizarse sin acompañantes, tanto para salir del domicilio como para retornar una vez finalizada la actividad deportiva.
- ✓ Durante el viaje se recomienda no tener contacto con otras personas, salvo de ser necesario.
- ✓ En caso de ser menor, requerir el traslado por parte de mayores, éstos quedarán fuera de los límites de la pista ingresando solamente el deportista..
- ✓ Resulta indispensable el lavado de manos antes de salir, e inmediatamente al llegar al lugar de destino, como así también llegar cambiado de su domicilio.

2.- Cuidado de efectos personales y elementos deportivos

- ✓ Los efectos personales (toallas, hidratación, etc.) deberán ser de utilización exclusiva de cada deportista, al igual que los elementos de práctica (ropa, casco, zapatos, lentes, bicicletas, ruedas etc.)
- ✓ Lavar y desinfectar la bicicleta al ingresar y al finalizar la salida. Esto se debe realizar antes de guardar la bicicleta dentro de casa. Para esto es

Intendencia Municipal
de Mar Chiquita
INT. J. BELTRAMI 50 – TEL.: (02265) 43-2330 / 43-2324
FAX. : (02265) 43-2660 / 43-2838
e-mail: unidadintendente@marchiquita.gba.ar
B7174BGB – CORONEL VIDAL

bueno contar en la entrada de casa con un rociador con una solución de agua y lavandina o algún tipo de desinfectante adecuado.

3.- Cuidado en instalaciones

- ✓ Verificar que, en el ingreso, permanencia y egreso de los espacios de práctica, no haya contacto con otras personas o en su defecto respetar la distancia mínima de 2 metros.
- ✓ Se debe procurar el menor contacto físico posible con instalaciones y cosas y evitar tocar barandas, picaportes, mostradores, etc.
- ✓ Quedan prohibidas las reuniones de ciclistas antes y después de terminada la práctica.
- ✓ No estarán habilitados vestuarios u otros ambientes con función similar
- ✓ Los deportistas deberán llegar ya con la indumentaria para la práctica, y retirarse apenas termine la misma, debiendo cambiarse y lavar la ropa y elementos utilizados.

SURF

Desplazamientos:

(Cabe aclarar que cada surfista practicará la actividad únicamente en su localidad).

Ir a la playa: el surfista debe dirigirse desde su domicilio hacia la playa donde practicará la actividad deportiva de manera directa y respetando el distanciamiento preventivo (no está permitido hacer paradas innecesarias ni transportar a otros surfistas, si éstos no están manteniendo la cuarentena en el mismo domicilio)."

Volver de la playa: se reiteran las mismas normativas que en el inciso "a"

- ✓ Durante los desplazamientos es OBLIGATORIO el uso de tapabocas.
- ✓ En caso de ir en auto, al estacionar debe dejar un espacio de mínimo 2 (dos) metros de distanciamiento entre autos y no está permitido estacionar sobre la costa.
- ✓ Se recomienda en caso de que sea posible dirigirse a la playa directamente cambiado para la realización de la actividad para evitar aún más la permanencia en las playas.

Permanencia en las playas:

Habrá un número máximo de diez surfistas por escollera (teniendo en cuenta que la distancia entre escolleras es aproximadamente de 300 metros, se permitirán hasta 20 surfistas por playa, subdivididos en dos subgrupos

distanciados uno de otro y manteniéndose también distanciados entre los surfistas de cada subgrupo).
Mientras se ejerza la práctica debe haber un distanciamiento mínimo de cuatro metros entre los practicantes (como mínimo).
La permanencia en las playas está permitida si:

a. El surfista se está cambiando (ya sea para ingresar al mar o si acaba de salir de este).
b. Está realizando ejercicios de precalentamiento.
c. Está elongando por un calambre o alguna sobrecarga muscular.
d. Está practicando la actividad (surf).

NO se permite:

a. Permanecer en la playa realizando otras actividades (tales como juegos, comer, reuniones, etc).
b. Realizar estiramientos innecesarios en la playa (la elongación, con las excepciones antes mencionadas, se debe realizar en el domicilio).
c. Permanecer por ningún motivo que no sean los que se destacaron anteriormente como "permitidos".

Higiene:
Se deben higienizar y desinfectar todos los elementos utilizados para la práctica en cuanto el sujeto llega a su domicilio. Para esto, a la regular limpieza de los elementos utilizando agua dulce, se le agregara el uso de detergente e incluso, alcohol para desinfectar la tabla. Además de higienizar los elementos, el surfista también debe higienizarse a sí mismo de manera íntegra (otro aspecto que ya se cumplía desde antes de la pandemia).
Registro de los surfistas:

- ✓ Todos los surfistas que quieran acudir a las playas para la práctica de este deporte deben primero registrarse ante el municipio.
- ✓ El surfista debe presentar el DNI cada vez que el control se lo requiera.-

Se pondrán carteles con las normas en las playas para recordar a los practicantes las mismas.-

PROTOCOLO KAYAKS
Desplazamientos:
(Cabe aclarar que se practicará la actividad únicamente en su localidad). Ir a la playa y/o laguna: el practicante debe dirigirse desde su domicilio donde

Intendencia Municipal
de Mar Chiquita
INT. J. BELTRAMI 50 – TEL.: (02265) 43-2330 / 43-2324
FAX. : (02265) 43-2660 / 43-2838
e-mail: unidadintendente@marchiquita.gba.ar
B7174BGB – CORONEL VIDAL

practicará la actividad deportiva de manera directa y respetando el distanciamiento preventivo (no está permitido hacer paradas innecesarias ni transportar a otros).
Volver de la playa: se reiteran las mismas normativas.

- ✓ Durante los desplazamientos es OBLIGATORIO el uso de tapabocas.
- ✓ En caso de ir en auto, al estacionar debe dejar un espacio de mínimo 2 (dos) metros de distanciamiento entre autos.
- ✓ Permanencia en costa:

La permanencia en costa está permitida si:

a. El practicante se está cambiando (ya sea para ingresar al mar o si acaba de salir de este).
b. Está realizando ejercicios de calentamiento.

NO se permite:

a. Permanecer en la costa realizando otras actividades (tales como juegos, comer, reuniones, etc).
b. Permanecer por ningún motivo que no sean los que se destacaron anteriormente como "permitidos".

Higiene:
Se deben higienizar y desinfectar todos los elementos utilizados para la práctica en cuanto el sujeto llega a su domicilio. Para esto, a la regular limpieza de los elementos utilizando agua dulce, se le agregara el uso de detergente e incluso, alcohol para desinfectar el kayaks. Además de higienizar los elementos, el practicante también debe higienizarse a sí mismo de manera íntegra (otro aspecto que ya se cumplía desde antes de la pandemia).
Registro de los practicantes:
A través de las redes sociales de la Secretaria de Deportes del Partido de Mar Chiquita (Facebook) cargar on-line el formulario.-

PESCA DEPORTIVA SUSTENTABLE CON MATRICULA REY

Medidas de prevención y actuación para la protección de la salud de los trabajadores de la Pesca Artesanal marítima y sus familias:

1. Toda embarcación, lancha o bote de pesca deberá estar desinfectada antes de zarpar a realizar labores de pesca, con dilución de cloro, con especial énfasis en las zonas de contacto y trabajo. Durante la faena de pesca se deberá realizar limpieza y desinfección diariamente.-

2. No deberán embarcar ni realizar faena de pesca, mayores de 70 años, enfermos crónicos (diabéticos, hipertensos), ni cualquiera que esté en los grupos de riesgo ya determinados por el Ministerio de Salud.-
3. Antes de abordar, se deberá hacer un control de temperatura a todo el que vaya a embarcarse. Tosa persona que posea una temperatura corporal superior a 37º, deberá abstenerse de participar de la faena de pesca, remitiéndose de forma inmediata a su hogar, donde deberá hacer una cuarentena preventiva y dar aviso a las autoridades sanitarias.-
4. Mientras dure la faena de pesca, la tripulación estará impedida bajo toda circunstancia, de abandonar o desembarcarse de la embarcación bajo ningún pretexto, salvo emergencia médica, distinta a sospecha de COVID-19, igualmente queda prohibido el trasbordo de productos pesqueros.-
5. Será obligatorio el uso en todo momento durante la faena de pesca, del equipamiento de trabajo completo, incluyendo tapabocas, guantes, chaleco salvavidas y calzado adecuado. Se debe evitar el contacto físico y mantener por lo menos un metro y medio (1.5 m) de distancia entre los tripulantes.-
6. Los tripulantes se deben lavar las manos por lo menos cada dos horas con jabón de espuma y/o antibacterial.-
7. Se debe tener actualizada toda información de los tripulantes, incluyendo nombre completo, identificación, domicilio, teléfono de contacto en caso de emergencia.-
8. En caso de sospecha de un contagio durante la faena de pesca, la embarcación deberá retornar a puerto de forma inmediata y avisar la novedad presentada al centro de salud más cercano para que éste adelante las gestiones a que haya lugar ante las autoridades correspondientes y ser atendido el caso en el momento de arribo de la embarcación. La faena de pesca quedará suspendida hasta que la embarcación haya sido desinfectada completamente y la tripulación haya sido sometida a los controles para determinar un posible contagio por COVID-19.-
9. Al llegar a tierra se debe velar por el personal encargado de las labores de descargue, porten los implementos necesarios (guantes, tapabocas, botas, etc.) y conserven la distancia de un metro y medio (1.5 m) de distancia para evitar el posible contagio y propagación del COVID-19.-