

DOCUMENTO DE ACTIVIDAD

Horario y fecha de la actividad: (a cubrir por el monitor).....

Lugar desarrollo de la actividad: Playa del Vilar (ubicación sujeta a cambios en función de las condiciones de mar y viento).

Descripción de actividad: Entrenamiento o curso de surf de aproximadamente 2 horas de duración/sesión. Constará de calentamiento, explicación teórica y práctica en el agua.

Responsable de la actividad: Friends & Family Surf School // Tlfno de contacto: 674.50.18.48

Nombre (madre/padre/tutor legal en menores de edad):.....

Fecha y firma:

Información de riesgos y protocolo COVID-19:

Antes de la actividad:

- Escuela:
 - o Desarrollo del “Plan General de Limpieza y Desinfección” de instalaciones, material, equipamiento, vehículos...seguido estrictamente.
 - o Remisión del Documento de Actividad a cada participante y “recepción” del mismo firmado.
 - o Inscripción y pago por medios telemáticos (preferiblemente).
 - o Preparación del material y equipamiento desinfectante necesario accesible para monitores y cursillistas (gel hidroalcohólico).
- Alumno:
 - o Aceptar el protocolo informativo remitido por la escuela.
 - o Toma de temperatura antes de salir del domicilio.
 - o Si cursa algunos de los síntomas relacionados con el COVID-19 o se encuentra en proceso de cuarentena no salir de casa.
 - o Adoptar las medidas necesarias en cuestiones de higiene y para desplazamientos.
 - o No compartir alimentos ni bebidas (llevar su propia botella de agua, crema solar, toalla).
 - o Dejar los objetos personales (ropa, móvil, llaves, zapatos...) preferiblemente en su propio vehículo, si no es posible, se dejarán en el lugar indicado por los monitores siempre evitando que entren en contacto con los de otros participantes.

Durante la actividad:

- Cada participante será responsable de su material.
- No compartir ni material, ni cremas ni parafina.
- De camino a la playa seguir las medidas higiénicas básicas (distancia social de 2 metros).
- Separación de al menos 4m. en estiramientos y calentamientos en la orilla.
- La distancia de seguridad en la actividad en el agua debe ajustarse a la particularidad de la playa, las condiciones del mar y edad y nivel del alumno, prevaleciendo siempre la máxima distancia de seguridad.

Después de la actividad:

- Escuela:
 - Recepción del material por parte de los monitores provistos de los EPIS necesarios (guantes y mascarilla).
 - Limpieza y desinfección del material y de las zonas comunes utilizadas durante la actividad.
- Alumno:
 - Depositar el material en el lugar indicado por los monitores para su posterior desinfección.
 - No usar duchas públicas, lavapiés o mangueras compartidas.
 - No compartir toallas ni ningún elemento de aseo personal.
 - Al llegar a casa: higiene de manos, limpieza y desinfección del material utilizado y toma de temperatura.

¿Qué hacer si has participado en la actividad en los últimos 14 días y presentas síntomas compatibles con la enfermedad del COVID-19?

Recluírse en el domicilio y comenzar el protocolo de llamada al 112 o teléfono habilitado de su comunidad (Galicia) 900.400.116. Llamar a la escuela de surf para informar de la situación.

Si el resultado fuera negativo y los síntomas persisten, continuar en el domicilio siguiendo las instrucciones del servicio de salud.

Si el resultado fuera positivo el participante permanecerá aislado en su domicilio y seguirá las instrucciones de su médico o servicio hospitalario. Notificará el resultado a la Escuela de Surfing con la mayor brevedad posible. Desde la escuela se adoptarán las medidas necesarias de limpieza y desinfección exhaustiva y se localizará y notificará a todos los contactos de riesgo posibles según las actas documentadas de participación; se paralizarán inmediatamente las actividades del grupo que haya estado en contacto con el afectado en los últimos 15 días.