

CONDICIONES PARA LA APERTURA DE LAS SEDES DE LAS ASOCIACIONES DE PERSONAS MAYORES, JUBILADAS Y PENSIONISTAS DE NAVARRA

Se podrán abrir las sedes de las asociaciones de personas mayores, jubiladas y pensionistas de Navarra (en adelante Asociación/es), siempre que se puedan garantizar los criterios y las medidas de higiene que indica la normativa vigente:

1. MEDIDAS INFORMATIVAS Y FORMATIVAS EN LA SEDE DE CADA ASOCIACIÓN.

Se recomienda la fijación de carteles informativos con advertencias generales, colocados en lugares estratégicos de la sede de la entidad como baños, sala de espera y puerta de acceso, sobre las medidas higiénicas que se deben guardar:

- Lavado a fondo de manos con agua y jabón, antes y después de establecer contactos con otras personas socias o compañeros/as, cuando vayan a realizar una actividad en grupo.
- Secado de manos con toallitas desechables.
- Higiene respiratoria: estornudar o toser en el pliegue del codo.
- Uso de pañuelos de papel y su eliminación tirándolos a un cubo cerrado con pedal, y con bolsa en su interior.
- Saludar sin establecer contacto: no hay que besar, ni abrazar, ni dar la mano, aunque se encuentren después de varios meses de no verse.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Guardar la distancia establecida de al menos 1,50 metros entre las personas.
- Evitar tocar objetos pasivos de otras personas como móviles, portátiles, elementos personales...

2. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE LAS SUPERFICIES Y ESPACIOS DE LA SEDE DE UNA ASOCIACIÓN.

La limpieza elimina gérmenes, suciedad e impurezas mientras que la desinfección mata los gérmenes en esas superficies y objetos. Por ello, es muy importante que haya una **buena limpieza** antes de proceder a la desinfección.

Se realizará, al menos dos veces al día, una limpieza y desinfección de las instalaciones. Una de las limpiezas se realizará, obligatoriamente al finalizar el día o antes del comienzo de la actividad.

En estas tareas se prestará especial atención a las zonas de uso común y a las superficies de contacto más frecuentes como pomos de puertas, mesas, sillas, muebles, pasamanos, suelos, y otros elementos de similares características, conforme a las siguientes pautas de desinfección:

- Utilizar desinfectantes como diluciones de lejía (1:50) mediante su aplicación con bayetas o paños, y dejando que actúe al menos 1 minuto. Es importante que desde la preparación de las soluciones de lejía hasta su uso pase el menor

tiempo posible, con objeto de evitar que, por evaporación, la concentración de esta sustancia activa vaya disminuyendo.

- En aquellas superficies donde no pueda utilizarse la lejía podrán usarse etanol al 62-71% o peróxido de hidrógeno al 0,5%.
- Igualmente podrá utilizarse cualquiera de los desinfectantes con actividad virucida que se encuentran en el mercado y que han sido autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad. En el uso de estos productos se respetarán las indicaciones de la etiqueta.

Los desinfectantes viricidas autorizados se pueden consultar en el siguiente enlace de la web del Ministerio de Sanidad:

https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf

La limpieza se extenderá a vestuarios, taquillas, aseos, cocinas, etc., si los hubiere.

En los aseos tiene que haber disponibilidad de agua, jabón y toallitas desechables para la higiene de manos posterior al uso de los mismos.

Todos los espacios dispondrán de papeleras con tapa, pedal y bolsa para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras deberán ser limpiadas al menos una vez al día.

Se garantizará la ventilación adecuada de todos los despachos y locales.

3. MEDIDAS DE PROTECCIÓN E HIGIENE APLICABLES A LAS PERSONAS SOCIAS, QUE ACUDEN A LOS DISTINTOS PROGRAMAS QUE SE REALICEN EN LAS SEDES DE LAS ASOCIACIONES

Se informará a todas las personas socias que si presentan síntomas compatibles con COVID 19, como fiebre, tos o dificultad respiratoria, pérdida del olfato o del gusto u otros como diarrea, dolor de garganta o dolores musculares no habituales o sin causa conocida no acudan a la sede de la asociación, si no que permanezcan en sus casas y contacten con su centro de salud o con el servicio del Consejo Sanitario en el teléfono 948 290 290. Si necesitan atención urgente tienen que llamar al 112.

Tampoco deben acudir a la sede de la asociación si se está en aislamiento (personas con enfermedad por coronavirus confirmada) o si están en cuarentena (contactos estrechos).

La Asociación deberá poner a disposición de las personas usuarias de sus instalaciones o servicios, dispensadores de geles hidroalcohólicos con actividad virucida autorizados y registrados por el Ministerio de Sanidad, perfectamente visibles en la entrada del local, y en condiciones de uso permanente.

En las salas de actividades, cuando se actúe de manera grupal se deberá señalar de forma clara la distancia de seguridad interpersonal de al menos 1,50 metros entre las

personas usuarias, con marcas en el suelo, o mediante el uso de balizas, cartelería y señalización.

Las recomendaciones para los profesionales que acudan a realizar actividades con las personas usuarias son las siguientes:

- No realizar saludos o manifestaciones de educación que conlleven contacto físico.
- Proceder a una correcta higiene de manos.
- Evitar el uso de anillos, pulseras y relojes para evitar reservorios.
- Cubrirse la boca con el antebrazo o con un pañuelo al toser o estornudar. Utilizar pañuelos desechables y tirarlos a la papelera.
- No compartir con otras personas objetos, bolígrafos, móviles, etc.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- En caso de tener cortes, heridas o lesiones en las manos cubrirlas con apósitos impermeables.
- El uso de mascarillas será obligatorio para garantizar tanto la seguridad de los profesionales como de las personas socias participantes.

4. MEDIDAS ORGANIZATIVAS

El aforo del local quedará limitado al ~~75%~~ **50%** (modificación GN septiembre 2020) de su capacidad máxima.

En cada local de reunión o de realización de cualquier tipo de actividad, si se desconoce su aforo, éste se deberá calcular, teniendo en cuenta un espacio de 2,25 metros cuadrados por persona.

Los locales deben acondicionarse de modo que las personas socias puedan mantener la distancia de seguridad establecida de al menos 1,5 metros, durante el desarrollo de sus actividades dentro de los mismos. Cuando no sea posible se deberá hacer uso, obligatoriamente y de manera adecuada, de mascarillas u otros sistemas de protección física de similar eficacia.

El consumo dentro de los locales podrá realizarse sentado en mesa, o agrupaciones de mesas. Deberá asegurarse el mantenimiento de la debida distancia física de al menos 1,5 metros entre mesas o, en su caso, agrupaciones de mesas. La mesa o agrupaciones de mesas deberán ser acordes al número de personas, permitiendo que se respeten la distancia mínima de seguridad interpersonal de al menos 1,5 metros entre no convivientes.

En la realización de actividades en grupo, en el caso de que no pueda garantizarse la distancia física, se reducirá el número de personas presentes, estableciendo distintas medidas organizativas: días alternos de asistencia, rotaciones, horarios diferentes,...

Recordar que los grupos no podrán ser mayores de 25 personas.

La entrada y salida de las personas socias a la sede de la asociación, se realizará de manera escalonada para evitar aglomeraciones en el interior del local o en su acceso.

En el momento de que la persona socia acabe la actividad, evitará el permanecer en la sala con el fin evitar concentraciones que facilitan los contagios.

No están autorizadas las actividades de lectura de periódicos, juegos de mesa grupales como juego de cartas, ya que el material no puede ser desinfectado y pasan de mano en mano aumentando el riesgo de contagio.

5. ACTIVIDADES QUE SE PUEDEN REALIZAR

Si se sigue con las medidas de seguridad anteriormente señaladas, y en grupos reducidos las actividades que se pueden realizar son las siguientes:

- Realización de cursos
- Talleres: de memoria, mantenimiento cognitivo, idiomas, de instrumentos musicales no de viento, u otros que no requieran el uso de materiales comunes.
- Charlas: sobre autocuidado, protección y defensa, prevención de caídas, alimentación saludable,...
- Conferencias.
- Actividades físicas: senderismo, pilates, marcha nórdica, gimnasia, yoga...
- Servicios externos que se venían prestando en los clubes de forma individual (p.ej. podología, peluquería...)
- Actividades culturales: club de lectura, visitas guiadas,...
- Concursos: poesía, literarios,
- Excursiones de un día con motivación cultural o deportiva en grupos reducidos

6. ACTIVIDADES NO ACONSEJABLES EN ESTOS MOMENTOS

- Viajes en grupo con pernoctación fuera del domicilio
- Comidas en grupos grandes. En todo caso, si se celebran, deberán seguir las mismas exigencias que las establecidas para los establecimientos de restauración, manteniendo la distancia de seguridad interpersonal entre mesas o agrupaciones de mesas. La ocupación máxima de mesas o grupos de mesas, será de grupos máximo de 25 personas.

7. ACTIVIDADES NO PERMITIDAS REALIZAR EN ESTOS MOMENTOS



- Juegos de mesa: ajedrez, cartas, bingo, dominó...
- Bailes
- Fiestas o celebraciones patronales
- Lectura del periódico de uso común
- Realización de talleres que requieren el uso de materiales comunes: pintura, artesanía, cocina.