

# **GOIZ- EGUZKI KONTINGENTZIA PLANA**

## **1. SARRERA**

Itxieraren ondoren eta normaltasun berriaren barruan, Hernaniko Goiz Eguzki Zentroa berriro irekitzea bilatzen da. Horretarako, eta COVID-19k eragindako osasun-krisiari aurre egiteko beharrezkoak diren prebentzio-neurriei buruzko Osasuneko sailburuaren 2020ko ekainaren 19ko Aginduan oinarrituta, dokumentu hau egin da. Bertan, zentrora egokitutako antolamendu-neurriak, higienikoak eta teknikoak jasotzen dira.

Bazkide/erabiltzaile guztien erantzukizuna da ezarritako babes-neurriak zorrotz betetzen laguntzea, COVID-19ren transmisioa kontrolatu eta murrizte aldera.

## **2. SEGURTASUN- ETA HIGIENEN-NEURRI OROKORRAK.**

- 1) Nahitaez erabili maskara ikastetxeko gela guztietan.
- 2) Pertsonen arteko segurtasun-distantzia 1,5 metrokoa izatea.
- 3) Ura eta xaboia eta soluzio hidroalkoholikoak dituzten eskuak maiz askatzea.
- 4) Erabili eta botatzeko paperezko eskuoihaltxoekin lehortzea, zentroaren sarreran eta irteeran.
- 5) Pertsonekin kontaktuan dauden gainazalak maiz garbitu eta desinfektatzea.
- 6) Aireztapen egokia eta aldizkakoa.

### **2.1.- Antolaketa-neurriak.**

- Horario de apertura: 10:30 – 15:30 17:00 – 21:30
- Orduetgia: 10:30 – 15:30 17:00 – 21:30
- Kontingentzia Plan honetan deskribatutako arauak behar bezala betetzeko hartutako neurriak koordinatuko dituen pertsona bat izendatzea.
- Deskribatutako arauak behar bezala betetzeko egiten diren jarduketak erregistratzea.
- Edukiera:
  - Edukiera mugatzea, urrutze sozialeko neurriak eta pertsona-kopurua betetzeko.
  - Altzariak espazio komunetan egokitzea. Behar ez diren altzariak kentzea.
  - Mahaiak espazioan banatzea, gutxieneko distantzia bermatzeko moduan. Ez mugitu mahaiak.
  - Mahai bakoitzeko 4 pertsona gehienez. Pertsona guztiek eserita egon behar dute.
  - Behar izanez gero, pertsona guztiek espazio komunak erabil ditzaten ahalbidetzeko, okupazio-txandak eta -ordutegiak ezarriko dira.

- kontaktu kopurua ahalik eta gehien murriztea. Horretarako, talde-jarduerek parte-hartzaileen muga bat izango dute, eta talde txikietan egingo dira, egonkorrak, eta elkarrengandik urruntze fisikoa izango dute.
- Sarbideak:
  - Gomendagarria litzateke hainbat ibilbide ezartzea zentroan sartzeko eta bertatik irteteko, baina eraikinak ez du horretarako aukerarik ematen; beraz, seinaleak, txandak...erabiliko dira.
  - Zentroaren sarreran aMahaiak espazioan banatzea, gutxieneko distantzia bermatzeko moduan. Ez mugitu mahaiak.
  - Mahai bakoitzeko 4 pertsona gehienez. Pertsona guztiek eserita egon behar dute.
  - Behar izanez gero, pertsona guztiek espazio komunak erabil ditzaten ahalbidetzeko, okupazio-txandak eta -ordutegiak ezarriko dira.
  - Alfonbra desinfektatzaile bat jarriko da.
  - Sarrera- eta irteera-uneetan, saihestu pilaketak eta mantendu segurtasun-distantzia.
  - Hobe da beti eskaileretatik sartzea, pertsonen arteko 1,5 metroko distantzia gordez eta, ahal dela, igogailua erabiltzea saihestuz..
  - Behar izanez gero, igogailua banaka edo gehienez ere laguntzaile batekin erabiliko da.
  - Debekatuta dago zentroan lan zikineko arroparekin sartzea.
  - Zerbitzuetarako aurretiko hitzorduaren derrigortasuna ezarriko da.
  - Komunitara banaka sartzea, ahal den guztietan. Irtetean, eskuak garbitzea eta paperezko eskuoihaltxo bakarrez lehortzea. Bota eskuoihaltxoak pedala eta poltsa dituen ontzi batean.
- Pertsonen mugimenduak eta instalazioetatik ibiltzea ahalik eta gehien mugatzea.
- Talde txikiak eta egonkorrak mantentzea. Ahal den neurrian, jarduerak talde txiki eta egonkorretan egin daitezten saiatu behar da. Talde bakoitzak instalazioaren eremu bera erabiltzen saiatuko da egunez.
- Objektuen erabilera partekatua saihestea. Ahal den neurrian, objektuak partekatzea mugatu (kartak, tresnak, teklatuak) eta ez partekatu talde desberdinetan. Erregularitasunez garbitu eta desinfektatuko dira, betiere talde desberdinek erabili aurretik.

## 2.2.- Garbitzeko eta desinfektatzeko prebentzio-neurriak.

- Berriz ireki aurretik, garbiketa intentsiboa egin instalazio guztietan.
- Hainbat pertsonaren eskuekin maiz kontaktuan dauden objektuen eta gainazalen desinfekzioa berrikustea.
- Kontuan hartuko da Osasuneko sailburuaren 2020ko apirilaren 2ko Agindua, gainazalak garbitzeko eta desinfektatzeko neurriak eta SARS-CoV-2k (Covid-19)

eragindako pandemiaren ondoriozko beste higie-neurri batzuk hartzen dituen, eta beren jarraibide teknikoak. <https://cutt.us/RozMO>. Asko ez ukitzea gomendatzen bada ere, maizen ukitzen diren gainazalak (etengailuak, heldulekuak, eskudelak) maiz garbitu eta desinfektatzen direla ziurtatuko da.

- Zentroa maiz eta aldizka aireztatzea. Lokalen aireztapen naturala eta mekanikoa areagotuko da, barruko airea berritzen laguntzeko. Ahal den neurrian kanpoko airearekin lan egitea, birzirkulazioa minimizatuz eta barruko aire-korrontea saihestuz..
- Garbiketa eta desinfekzioa indartzea. Komun horiek gutxienez egunean bi aldiz garbitu eta desinfektatu beharko dira.
- Eskuen higie. Konketa urarekin, xaboiarekin eta paper-lehorgailuekin, eta zabor-ontziak tapa eta pedalarrekin.
- Soluzio hidroalkoholikoak hainbat lekutan.

### **2.3.- Informazio- eta prestakuntza-neurriak.**

Hainbat informazio-kartel eta -panel jartzea instalazioen eremu desberdinetan.

### **2.4.- COVID-19 sintoma bateragarriak dituen pertsona bati aurre egiteko jarraibideak**

COVID-19ren positibo gisa diagnostikatutako pertsonak (sukarra, eztula, arnasteko zailtasuna) ez dute etxera joan behar alta medikoa lortu arte.

COVID\_19rekin bateragarria den edozein sintoma izatean (sukarra, eztula, arnasteko zailtasuna), beren etxean autoisolatu behar dute, eta osasun-zentroarekin telefonoz eta luzamendurik gabe harremanetan jarri.

Erabiltzaileren batek gaixotasunaren sintomak izan ditzakeela susmatzen bada, haren etxera joan behar du, ahal bada, edo familiari deitu behar zaio, bila joan dadin. Bitartean, gainerako taldearengandik bereizita egongo da, aireztatze eta sortutako materiala eta hondakinak biltzeko baldintza egokiak dituen gela batean. Erabiltzaileak eta harekin kontaktuan dagoenak maskara kirurgikoa erabiliko dute.

## **3. JARDUERAK ETA ZERBITZUAK**

### **3.1. Taberna**

Taberna-jantokiaren jarduerari dagokionez, kontuan hartu beharko dira Ostalaritzako Kontingentzia Planeko neurriak (dokumentuarekin batera doa). Hona hemen neurri batzuk:

- Sarbidea: lorategiko atetik.
- Gel hidroalkoholikoaren erabilera tabernara sartzean eta handik irtetean.
- Gainerako bezeroekiko segurtasun-distantzia gordetzea.
- Maskara jarrita eduki, kontsumizioa izan arte.

- Ez eseri eseri mahaietan tabernako arduradunaren baimenik gabe.
- Elkartekideei lehentasuna ematea, haientzat erreserbatutako eremu bat mugatuz..
- Bazkaltzeko, meriendarako eta/edo afarirako ordutegian, aurretiko hitzordua nagusituko da.
- Ordainketa, ahal dela, bitarteko elektronikoen bidez egingo da, zenbateko zehatza ezinezkoa bada.
- Egonaldia ez luzatzeko ahalegina egitea, beste mahaikide batzuei erabiltzeko aukera emateko; beste pertsona batzuk badaude arduradunaren zain, gehieneko denbora bat ezar liteke.

### 3.2. Jolasak eta irakurketa.

- Mahaiak ez dira mugitu behar.
- Ezin izango dira erabili ikastetxearen erabilera komuneko eta jabetzako kartak eta gainerako mahai-jokoak.
- Elkarteko kideek ekarritako materialarekin mahai-jokoak egitea baimenduko da, baina ezingo dira etxean zaindu.
- Mahaiak eta aulkiak erabili ondoren, erabiltzen dituzten pertsonak garbitu egin beharko dituzte, horretarako dagoen garbiketa-materialarekin.

### 3.3. Billarra.

- Bazkideentzat bakarrik.
- Hitzordua erreserbatu beharko da (ageriko erregistro baten bidez)
- Billarreko mahaian 4 billaristak jokatu ahal izango dute.
- Itxaron-zerrenda badago, gehienez ordubeteko iraupena izango du. Ez balego, denbora librea.
- Partida bat hastean eta amaitu ondoren, erabilitako material guztia garbituko da. Beti. Gero beste partida bat egin ala ez. Garbiketarako materiala emango da.
- Jokalarien artean gomendatutako distantziak gordeko dira

### 3.4. Ile-apainketa.

Ile-apaindegiak behar bezala funtzionatzeko, kontuan hartuko dira Ile-apainketako Jardunbide Egokien Gidan gomendatutako neurriak (Dokumentuarekin batera doan Osalanek emandako txostena).

Hona hemen batzuk:

- Aldez aurretik hitzordua eskatuta erantzungo da.
- Zerbitzu bakoitzean pertsona bakarra hartuko da. Tinduak bedota ile kizkurtze irankorra badira, pertsona bat artatu ahal izango da bestea lehorgailuan dagoen bitartean.

- Ile-apaintzaileak maskara eta bata edo erabili eta botatzeko geruza erabiliko ditu bezeroentzat.
- Bezero bakoitzari tenperatura hartuko zaio sartzean.
- Ile-apaintzaileak ziurtatuko du bezeroek esku-higiene egokia egiten dutela, eta leku jakin bat emango die, beren gauzak bertan jar ditzaten.
- Bezeroek maskara jantzita joan beharko dute, eta maskara horrekin egon.
- Zerbitzu bakoitzaren ondoren erabilitako espazioa eta tresnak higienizatuko dira.

### 3.5. Fisioterapia.

Zerbitzuak behar bezala funtziona dezan, Euskal Autonomia Erkidegoko Fisioterapeuten Elkargo Ofizialaren Covid-19 Plana dokumentuan gomendatutako neurriak hartuko dira kontuan ([https://www.cofpv.org/PLAN\\_COFPVID.pdf](https://www.cofpv.org/PLAN_COFPVID.pdf)).

- Aldez aurretik hitzordua eskatuta erantzungo da.
- Zerbitzu bakoitzean pertsona bakarra hartuko da.
- Fisioterapeutak eta bezeroek maskara erabiliko dute uneoro.
- Profesionalak ziurtatuko du bezeroek esku-higiene egokia egiten dutela, eta leku jakin bat emango die, beren gauzak bertan jar ditzaten.
- Bezeroek maskara jantzita joan beharko dute, eta maskara horrekin egon.
- Zerbitzu bakoitzaren ondoren erabilitako espazioa eta tresnak higienizatuko dira.

### 3.6. Pedikura.

Zerbitzuak behar bezala funtziona dezan, pedikurak Erretiratuen Etxeetan Pedikura Zerbitzua emateko Arreta-Protokoloa dokumentuan jaso ditu hartu beharreko neurriak (txosten hori dokumentuarikin doa). Horietako batzuk hemen laburbiltzen dira:

- Aldez aurretik hitzordua eskatuta baino ez da erantzungo.
- Zerbitzu bakoitzean pertsona bakarra hartuko da.
- Profesionalak eta bezeroek maskara erabiliko dute uneoro.
- Bezero bakoitzari tenperatura hartuko zaio sartzean.
- Pedikurak ziurtatuko du bezeroek esku-higiene egokia egiten dutela, eta leku jakin bat emango die, beren gauzak bertan jar ditzaten.
- Zerbitzu bakoitzaren ondoren erabilitako espazioa eta tresnak higienizatuko dira.

### 3.7. Tentsioa hartzea.

Zerbitzu honetan aldaketak egon direnez, une honetan ez daukagu ez daturik, ez neurririk, beraz, dagokion dokumentua erantsiko dugu. Besteak beste, neurri hauek hartuko dira:

- Aldez aurretik hitzordua eskatuta erantzungo da.
- Zerbitzu bakoitzean pertsona bakarra hartuko da.
- Profesionalak eta bezeroek maskara erabiliko dute uneoro.
- Bezero bakoitzari tenperatura hartuko zaio sartzean.

- Erizainak ziurtatuko du bezeroek esku-higiene egokia egiten dutela, eta leku jakin bat emango die, beren gauzak bertan jar ditzaten.
- Zerbitzu bakoitzaren ondoren erabilitako espazioa eta tresnak higienizatuko dira.

### **3.8. Abesbatza.**

Entseguek behar bezala funtziona dezaten, Euskal Herriko Abesbatzen Elkarteak argitaratutako eta honekin batera doa COVID 19AREN AURREAN ABESBATZEN ENTSEGUETARAKO HARTU BEHARREKO NEURRIAK dokumentua hartuko da kontuan. Honako hauek dira horietako batzuk:

- Espazioen mugaketa: zoruan (zinta itsaskorra) ondo ikusteko moduko lerroen bidez seinaleztatuko dira hauen arteko distantziak:
  - zuzendaria eta eta koralistak
  - koralisten lerroen artean, halakorik balego.
  - Koralisten artean, aulkiak banakakoak eta mugikorrek badira.
- Entsegu-espazioak erabiliko dira abeslariak eserita daudenean eta zuzendari, pianista eta koralisten eremuak behar bezala mugatuta daudenean, argi ikusteko moduko koloretako zinta itsasgarriarekin.
- Koralisten arteko distantzia. Eserleku finkoen edo banku jarraituen kasuan: argi eta garbi adieraziko da zein eserleku okupatu behar diren eta zein hutsik geratu behar diren, betiere irizpide gisa hartuta lerro bereko koralisten artean edo aurreko edo atzeko lerroko koralisten artean gomendatutako distantzia.
- Eserleku mugikorren kasuan (aulkiak edo aulkiak): aulkien arteko distantzia 1,5 metrokoa izango da, bai lerro berean daudenean, bai aurreko edo atzeko lerroan daudenean, halakorik badago.
- Eskuak garbitzea. Saiakuntza hasi aurretik, urarekin eta xaboiarekin edo soluzio hidroalkoholikoekin.
- Erabilera partekatuko objektuak: erabilera partekatuko objektuak, hala nola pianoa edo beste musika-tresna batzuk, atrilak edo karpetak, arkatzak, bai eta plastikozko edo egurrezko aulkiak ere, gel hidroalkoholikoarekin desinfektatu beharko dira koralista bakoitzak partekatu eta/edo erabili ondoren.

### **3.9. Gimnasia.**

Kiroldegiko instalazioetan egiten den jarduera; beraz, instalazio horretan hartu diren neurriak hartuko dira kontuan.

### **3.10. Oraindik programatu gabeko talde-jarduerak.**

- Talde txikiak, egonkorrek eta elkarrengandik urruntze fisikoa dutenak.
- Maskara nahitaez erabili behar da, jardueraren arduradunak hala agintzen duenean izan ezik.
- Eskuen higiena jardueraren aurretik eta ondoren.
- Unean uneko egoerari eta egin beharreko jarduerari buruzko erabakiak hartzea.

#### **4. KONTROL MEKANISMOA.**

- Hartu beharreko neurrien koordinatzailea.
- Plan honetan deskribatutako jardueren erregistroa.
- Aldizkako bilerak, protokoloak egungo egoeraren garapenaren arabera berregokitu ahal izateko.
- Kontingentzia Plana hedatzea.