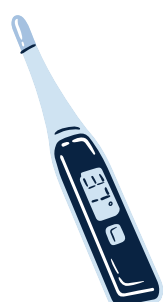


# TOPAGUNEAK UDA 2020

## ARAUAK:



### 01 Ez duzu jarduerara joan behar....



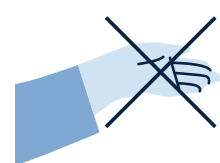
a) COVID-19rekin lotuta egon daitekeen edozein sintomatologia baduzu (eztula, sukarra, arnasa hartzeko zailtasuna, etab.). Kasu horretan, telefonoz jarri behar duzu harremanetan zure lehen mailako arretako zentroarekin, eta haren jarraibideak bete.



b) Kontaktu estuan egon bazara edo pertsonen arteko distantzia gorde gabe COVID-19k eragindako pertsona batekin lekua partekatu baduzu. Kasu horretan, jarraipena egin behar duzu, gaixotasunaren zantzurik agertzen den jakiteko, 14 egunez.

### 02

## Jarduera guztietan prebentzio- eta higie- arauak bete beharko dira:



a) Parte-hartzaileek talde isolatuetan egingo dituzte jarduera guztiak. Egokitutako taldeak errespetatuko dira.



b) Pertsonen arteko 2 metroko segurtasun-neurria errespetatuko da; pertsonen arteko segurtasun-neurria aire zabalean eman ezin den kasuetan, maskara erabili beharko da, eta beti izango da derrigorrezkoa espazio itxietan maskara erabiltzea.

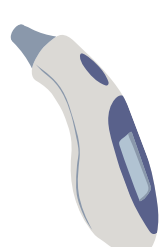


c) Jardueraren hasieran zein amaieran, eskuak garbitu behar dira urarekin eta xaboiarekin edo soluzio hidroalkoholikoarekin. Baita ezul edo doministiku egin ondoren ere.

d) Sudurra eta ahoa estali ezul egitean eta doministiku egitean erabili botatzeko zapi bat, eta, ondoren, itxi egiten den zaborrontzi batera bota. Zapirik ez badago, erabili ukondoaren barrualdea eskuak ez kutsatzeko.



e) Begiak, sudurra edo ahoa ukitzea saihestea. Saihestu ukipen fisikoarekin agurtzea, eskua ematea barne.



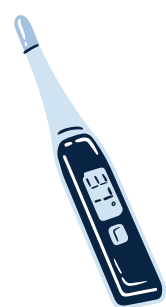
f) Sintomak nabaritzen hasiz gero, kontu handiz ibili, bai gizarte-urruntzeari dagokionez, bai higieinari dagokionez, eta jardueraren arduradunei jakinarazi berehala. Arduradunak guraso edo tutoreei abisua emango die eta **gurasoen ardura izango da gaztea ekintzatik ateratzea eta osasun zerbitzuetara eramatea.**

# TOPAGUNEAK VERANO 2020

## NORMATIVA:



### 01 No debes acudir a la actividad si....

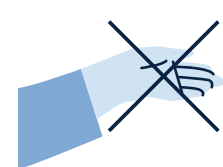


a) Si presentas cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con el COVID-19. En este caso, tienes que contactar por teléfono con tu centro de atención primaria y seguir sus instrucciones.

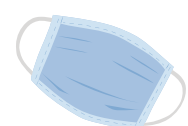


b) a) Si has estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o has compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso debes realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.

### 02 Normas de prevención e higiene:



a) Los y las participantes llevarán a cabo todas las actividades en grupos aislados. se respetarán los grupos que nos han tocado.



b) En lo posible se respetará la medida de seguridad interpersonal de 2 metros; en los casos que no se pueda dar la medida de seguridad interpersonal al aire libre deberá usarse mascarilla así como siempre será obligatorio el uso de la mascarilla en los espacios cerrados.

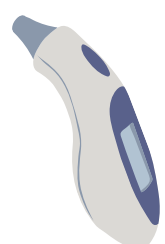


c) Tanto al inicio como al fin de la actividad se deben lavar las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica. También después de toser o estornudar

d) Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, y desecharlo a continuación a un cubo de basura que cuente con cierre. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.



e) Evitar tocar los ojos, nariz o boca. Evitar el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.



f) Si se empieza a notar síntomas, extremar las precauciones tanto de distanciamiento social como de higiene y avisar a las responsables de la actividad. Esta persona contactará con **los/as tutores legales y estos deberán sacar al joven de la actividad y contactar de inmediato con los servicios sanitarios.**