



# V MARCHA INTEGRAL MEMORIALISTA LA DESBANDÁ

## 4 AL 13 DE FEBRERO DE 2021

### INFORMACIÓN PARTICIPANTES PLAN CONTINGENCIA COVID-19



**Por favor lea detenidamente estas instrucciones.  
Su cumplimiento es obligatorio durante toda la  
duración de la Marcha.**

#### NOTIFICACIONES PREVIAS A PARTICIPANTES

- No podrán acudir participantes que presenten sintomatología (fiebre, tos, etc...), estén confinados o en cuarentena establecida por autoridades sanitarias.
- Los participantes estarán obligados a firmar el consentimiento informado previo, así como el formulario COVID de localización y declaración de salud personal.
- Cumplimiento obligatorio de las medidas preventivas que la organización establezca. Su no cumplimiento podría suponer la denegación de seguir participando en la actividad.
- Se recomienda, en la medida de lo posible, disminuir los contactos sociales o realizar un auto-confinamiento los 10 días anteriores a la Marcha.

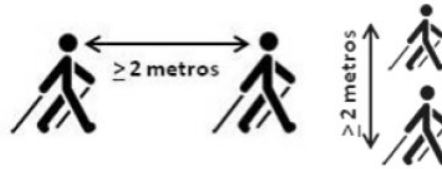
#### ACTUACIÓN DURANTE LA MARCHA Y ACTOS PARALELOS

##### 1. Inicio de etapas.

- Se realizará un censo de participantes al inicio de cada etapa.
- Antes del inicio de cada etapa se tomará la temperatura a cada participante mediante termómetro digital a distancia. No se podrá continuar con una temperatura igual o superior a 37,5 ° C. En el rango entre 37-37,4° C se deberá comprobar esta con posterioridad.
- Cada participante deberá llevar consigo mascarilla y gel hidroalcohólico.
- Las mascarillas desechables se renovarán al principio de cada etapa. Para las reutilizables se seguirán las instrucciones del fabricante.
- La organización contará con material de protección de repuesto.
- Se evitará la formación de "corrillos" de más de 6 personas y mantendrán entre ellas la distancia de seguridad. Deberán llevar correctamente colocada la mascarilla.

## 2. Marchas.

2.1. Marchar en fila de a uno, manteniendo la distancia de seguridad de dos metros entre cada participante. En viales anchos se puede caminar en paralelo guardando siempre la misma distancia de seguridad.



2.2. El uso de la mascarilla será obligatorio durante toda la marcha.



2.3. Evitar, en la medida de lo posible, el contacto físico.



2.4. En las paradas para avituallamiento, tomar fotos, agruparse, etc. buscar lugares amplios para que permitan garantizar la distancia de seguridad.



2.5. Mantener la precaución si hay que usar el mobiliario que se encuentre en el medio natural. Evitar usar bancos y mesas para pic-nic o similares.



2.6. Antes de cada avituallamiento o comida lavarse las manos o usar gel hidroalcohólico. Al final de cada etapa desinfectar el material utilizado y ducharse.



**2.7.** Al final de cada etapa desechar mascarillas, pañuelos, guantes, etc.



### **3. Avituallamientos.**

**3.1.** El avituallamiento lo llevarán a cabo personas de la organización.

**3.2.** Se entregará por parte de las personas encargadas la comida y bebida establecida en cada momento.

**3.3.** Los participantes no mantendrán contacto con la comida ni enseres.

**3.4.** Durante el mismo los participantes mantendrán la mascarilla colocada salvo cuando vayan a consumir. Se mantendrá en todo momento la distancia de seguridad de 2 metros.

### **4. Desplazamientos en autobús.**

Se seguirán estrictamente las medidas establecidas por la autoridad sanitaria en el momento de la realización del evento, así como las determinadas por la empresa de transporte.

### **5. Desplazamientos en vehículos particulares o de la organización.**

Es conveniente anotar los datos de contacto (teléfono, correo electrónico) de los pasajeros en cada desplazamiento para notificación en caso de incidencia. Se aconseja minimizar las rotaciones de personas en los vehículos.

### **6. Pabellones.**

**6.1.** La organización distribuirá los espacios para el descanso en cada pabellón. Esta será de obligatorio cumplimiento por parte de los participantes y se mantendrá durante toda la estancia en el mismo.

**6.2.** Es aconsejable la separación de al menos 4 metros entre espacios.

**6.3.** Sólo podrán agruparse para el descanso personas que convivan habitualmente.

**6.4.** Es obligatorio el uso de mascarilla en todo momento salvo cuando se dispongan a dormir.

**6.5.** Se evitará la formación de “corrillos” en el interior del pabellón.

**6.6.** El uso de lugares de aseo se realizará de acuerdo al aforo que la organización establezca en cada caso. En su interior se mantendrá la distancia de seguridad en todo momento. En su utilización se seguirán normas estrictas de limpieza e higiene.

**6.7.** Se realizará toma de temperatura antes del acceso al recinto mediante termómetro digital a distancia.

### **7. Comidas.**

**7.1.** La manipulación de alimentos y enseres se realizará exclusivamente por el personal designado a tal efecto.

- 7.2.** La entrega de alimentos se realizará por el personal de cocina y de apoyo.
- 7.3.** Las colas para recogida de alimentos se formarán manteniendo la distancia de seguridad de 2 metros y portando mascarilla.
- 7.4.** Los participantes portarán mascarilla en todo momento salvo cuando se vaya a consumir. La distancia entre ellos será siempre de al menos 2 metros.
- 7.5.** La vajilla y cubiertos serán preferentemente desechables. Evitar en la medida de lo posible la utilización de plásticos, priorizando los materiales reciclables o desechables orgánicos. Se podrá usar vajilla y cubiertos individuales siempre que se pueda contar con lugares para su adecuada limpieza.

## **8. Actos paralelos.**

**8.1.** En la realización de actos paralelos al aire libre se seguirán las medidas habituales, evitando aglomeraciones, manteniendo la distancia de seguridad de 2 metros y utilizando mascarilla en todo momento.

**8.2.** En la realización de actos paralelos en recintos cerrados se seguirán las medidas de seguridad y aforo establecidas por el titular del recinto.

**8.3.** En cualquier caso, se mantendrán las siguientes:

- Evitar aglomeraciones y “corrillos” en el acceso al recinto, manteniendo la distancia de seguridad.
  - Usar mascarilla en todo momento.
  - Se realizará toma de temperatura, mediante termómetro digital a distancia, antes de cada acceso al recinto. No se podrá acceder con una temperatura igual o superior a 37,5 ° C. En el rango entre 37-37,4º C se deberá comprobar esta con posterioridad.
  - Se debe restringir al máximo la circulación por el recinto, estableciendo (si el recinto lo permite) una doble circulación de entrada y salida al recinto. Una vez sentados en su localidad los participantes evitarán la circulación por la sala salvo para acudir al lavabo u otra necesidad inaplazable.
  - Cada participante deberá mantener la misma localidad durante el evento.
  - Se utilizará gel hidroalcohólico para manos antes de la entrada al recinto.
  - El uso de aseos se realizará de acuerdo a las normas del recinto.
- ✓ **En caso de presentar síntomas (tos, fiebre, etc...) durante el evento diríjase a un miembro de la organización y evite el contacto y cercanía con el resto de participantes.**
- ✓ **Si en los diez días siguientes a la realización del evento presentara síntomas póngase en contacto con la organización en el número de teléfono: 600 27 60 96.**

**Gracias por su colaboración.**

