



SASKIBALOIRA ITZULTZEKO PROTOKOLOA

Itzulera segurua Euskadiko saskibaloi-jokalekuetara

EUSKADIN SASKIBALOIRA ITZULTZEKO PROTOKOLOA

HELBURUA:

Kirol-jardueretara itzultzean, beharrezkoa da zenbait neurri eta gomendio ezartzea, Sars-Cov-2 birusa kutsatzeko arriskua ahal den neurrian murrizteko entrenamenduen, joan-etorrien eta saskibaloi-lehiaketan alorrean.

Harreman fisiko handiko kirola denez, protokolo bat ezartzeari eta hura betetzeko praktika egokiei esker entrenamenduak eta lehiaketak seguruago garatu ahal izango dira. Hala, bada, protokolo honen helburua da Euskal Autonomia Erkidegoan saskibaloiko kirol-jarduera garatzeko prebentzio-neurriak eta berariazko jarduerak ezartzea, eta kirol-ingurune segurua lortzea.

Protokolo honetako gomendioen bidez, areagotu egin nahi dira erakunde ofizialek eta osasun-agintariek entrenamenduetara itzultzeari buruz hartutako neurriak, baita kirol-zentroei dagozkien araudiak ere, betiere zentro horiek ezarritako jarraibideen arabera. Protokolo hori aldatu egin daiteke deskonfinamenduko faseen bilakaeraren arabera, osasun-jarraibideei jarraituz.

LURRALDE-EREMUA ETA APLIKAZIO-EREMUA

Protokolo hau Euskal Autonomia Erkidegoan aplikatuko da, Saskibaloiko Lurralde Federazioek eta Euskal Saskibaloi Federazioak antolatutako lehiaketa eta entrenamenduetan, eta honako hauei aplikatuko zaie:

- Jokalariak, entrenatzaileak, laguntzaileak, arbitraje-kidegoa, taldeko eta landako ordezkariak.
- Gurasoak eta senideak (adingabeek entrenamendu eta lehiaketetan dituzten betebeharren eta erantzukizunen arduradun gisa).
- Kirol-klubak eta -erakundeak
- Lehiaketetara joandako jendea.

PREBENTZIOKO GOMENDIO OROKORRAK

Sars-CoV-2 koronabirusa ez kutsatzeko funtsezko lehenengo hesia prebentzio-neurri orokorrak dira, eta teknikariek, prestatzaileek, kirolariek eta, oro har, ikusleek ezagutu behar dituzte neurri horiek:

- 1. PERTSONEN ARTEKO DISTANTZIA FISIKOA.** Eusko Jaurlaritzako Osasun sailburuak 2020ko ekainaren 18an emandako prebentzio-neurri buruzko Aginduaren Eranskineko 1.2 puntuan emandako xedapenen arabera, *“pertsonek artean **1,5 metroko segurtasun-distantzia, gutxienez, uzteko neurria bete beharko da, COVID-19ak eragindako osasun-krisialdiari aurre egiteko prebentzio, geldiarazte eta koordinazioko premiazko neurrien ekainaren 9ko 21/2020 Errege Lege Dekretuak ezarri duena, edo, bestela, babes fisikorako neurri alternatiboak, higiene-maskara egokiak eta arnas etiketa erabili beharko dira”***.
- 2. ESKUEN HIGIENEA.** Langile, teknikari, kirolari eta, oro har, jendearentzat eskuragarri dauden ur eta xaboidun konketak ziurtatuko dira, airezko edo paperezko esku-lehorgailuak erabiliko dira eta, ahal den neurrian, estalkia eta pedala duten zabor-ontziak. Soluzio hidroalkoholikoak jarriko dira hainbat tokitan, erabilera errazteko, kolektibo, egoera eta une desberdinak kontuan hartuta.
- 3. MASKARAREN ERABILERA.** Zentroko langile teknikoek eta lan-kontratuko langile guztiek eta kirolariek nahitaez bete behar dituzte maskararen erabilerari buruzko gomendio ofizialak (nahitaez erabili beharrekoa, pertsonen artean 1,5 m-ko distantzia fisikoa ziurtatzerik ez badago), **jarduera fisikoa egiten denean izan ezik**. Kasu horretan, **teknikarientzat eta laguntzako langileentzat soilik izango da derrigorrezkoa**. Maskara erabiltzeko eskatuko da ekainaren 9ko 21/2020 Errege Lege Dekretuaren 6.2 artikuluan aurreikusitako kasuetan izan ezik.
- 4. KONTAKTU FISIKOA SAIHESTU.** Agurtzean, sariak banatzean, besarkadak, eskuekin talka egitea, etab.

5. ARNAS HIGIENEA. Ez ukitu aurpegia eta begiak. Doministiku egitean edo eztul egitean, maskararik ez badugu, garrantzitsua da erabili eta botatzeko zapiak erabiltzea ahoa eta sudurra estaltzeko, edo, bestela, ahoa ukondoaren barnealdearekin estaltzea, edo paperezko mukizapiak erabiltzea eta gero edukiontzi egokian botatzea, eta eskuak berehala garbitzea.

6. SINTOMAK ZEIN DIREN JAKIN:

- ▶ Sukarra. 37,2 °C baino gehiagoko temperatura (termometro infragorriarekin hartuta)
- ▶ Eztul lehorra. Eztarriko mina edo hazkura.
- ▶ Arnasa hartzeko zailtasuna. Estutasuna bularrean.
- ▶ Orban ubelak oin edota eskuetan.
- ▶ Azaleko eritema edo urtikaria.
- ▶ Beherakoa edota oka.
- ▶ Muskulu edo artikulazioetako mina.
- ▶ Zefalea (buruko mina).
- ▶ Dastamena edota usaimena galdu.
- ▶ Zorabioa, nahasmendua.

7. GARBIKETA, DESINFEKZIOA ETA AIREZTAPENA. Handitu maiztasuna eta intentsitatea.

8. KONTAKTUEN KOPURUA MURRIZTEA. Mugatu taldeko jardueretan parte hartzen dutenen kopurua. Ahal den neurrian, saiatu jarduerak talde txikiagoetan egiten, talde egonkorak mantenduz eta elkarrengandik fisikoki urrunduz.

SASKIBALOIAN ARITZEKO BERARIAZKO PROTOKOLOA (ENTRENAMENDUAK, PARTIDAK)

Garrantzitsua. Beharrezkoa eta ezinbestekoa da osasun-segurtasunaren arduradun bat izendatzea klub bakoitzeko, eta oso gomendagarria da dagokion federazioak pertsona horien izenen, telefonoen eta helbide elektronikoak zerrenda bat izatea, gaixotasunaren agerraldiren bat egonez gero egin beharrezkoa egiteko. Arduradun horrek kirolarien, prestatzaileen, epaileen, mahaiko ofizialen eta abarren instalazioetarako sarbidea kontrolatzeko aukera izan beharko luke, eta erregistro bat izan beharko luke, covidaren agerraldiren bat egonez gero bertaratutakoen arrastoari jarraitzeko.

Entrenamenduen aurretik kontuan izatekoak. Klubek talde txikitan banatu beharko lituzkete kirolariak, eta beti berdinak mantendu pertsona tekniko bakar batekin, ordutegien koadrante bat egin eta haien kontrola eraman, entrenamenduetan pixkanaka normaltasunera iritsi arte. Lehenengo etapetan, ahalik eta kontaktu pertsonal txikiena izatea bilatuko da, eta hasierako entrenamenduak intentsitate txikikoak izango dira. FIBAren gomendioen arabera, komenigarria litzateke taldeek lehiaketak hasi baino lehen 5-6 astez entrenatu ahal izatea.

Denboraldi luze baten ondoren jarduera fisikora itzultzea, aurretiko lesioak, konfinamenduan pisua irabazi izana eta muskulu-masa galdu izana lesioak izateko arrisku-faktoreak dira; beraz, kirolarien baldintza fisikoetara egokitutako entrenamendu progresiboak egin behar dira; halaber, gomendagarria da alde aurretik galdeketa epidemiologiko bat egitea.

SASKIBALOIAN SEGURU ARITZEKO URRATSAK

1. Kirol-jarduera egingo den tokira joan aurretik gorputz-tenperatura hartu eta sintomak ebaluatu (kirolariak, prestatzaileak): COVIDarekin bateragarriak diren sintomak izanez gero (sukarra, eztula, arnasa hartzeko zailtasuna...), hobe da etxean geratzea eta osasun-zentroarekin harremanetan jartzea, Eusko Jaurlaritzako Osasun Sailaren gomendioei jarraiki.
2. Joan-etorrietan, ahal den neurrian, familiakoa ez den inor ez da sartuko ibilgailuan. Hala ez bada, ibilgailuan doazen guztiek maskara eraman beharko dute.
3. Instalaziora iritsitakoan. Jokalariak prestatzaileekin eta langile teknikoekin bakarrik sartu beharko dira; eta jokalariek, entrenatzaileak eta teknikariek, goian

esan bezala, segurtasun-distantzia gorde, eta maskarak erabili beharko dituzte. Entrenamenduak atea itxita egingo dira, publikorik gabe, gurasorik edo bestelako laguntzailerik gabe.

4. INSTALAZIOA. Agintari eskudunek horiek kudeatzeko ezarritako jarraibideak bete beharko dira. **Gutxienez**, ondoko baldintza hauek **bete beharko dira**:
- a. Agintari eskudunen aginduek eta dekretuek une bakoitzean adierazten dutenari lotu eta bete instalazioen edukierak (% 60, gehienez, normaltasun berrian).
 - b. Instalazioan ikusteko moduko tokietan jarri kartelak, koronabirusaren kontrako higie- eta babes-neurriak bete behar dituztela jakinarazteko eta gogorarazteko erabiltzaileei.
 - c. Sarrera- eta irteera-zirkuituak ezarri, itzaroteko guneak mugatuz.
 - d. Konketak xaboiarekin eta eskuak lehertzekoa (papera edo airea) eta gel hidroalkoholikoa eduki, eskuak garbitzeko.
 - e. Ez utzi sartzen Covid-19arekin bateragarriak diren sintomak edo arnas gaixotasun akuturen bat dutenei.
 - f. Pertsonen artean gutxienez 1,5 metroko distantzia fisikoa bermatu behar da; horretarako, lurlean markak jar daitezke, langileak egon daitezke distantzia errespetatzeko esanaz, bertara sartzeko kontrola jar daiteke eta maskarak erabiltzeko esan.
 - g. Kirola egiten den espazioaren aireztapen egokia (naturala edo mekanikoa) bermatu behar da, jarduera egin bitartean eta jarduera baten eta hurrengoaren artean, kanpoko baldintza klimatologikoak edozein direla ere.
 - h. Instalazioen garbitzeko eta desinfektatzeko neurriak bermatu behar dira entrenamendu baten eta bestearen artean, baita partiden artean ere; pista garbitu eta desinfektatu beharko da eta ofizialen mahaia, aulkiak, markagailuak eta ukitzeko moduko beste materialak ere bai (lixiba eta ura erabili daitezke, 1:50 proportzioan, eta erabili baino lehentxeago prestatuko da soluzio hori [Osasun Ministerioak](#) zerrendatutako biruziden bat ere erabili daiteke). Horretarako, jarduera bat eta hurrengoaren artean denbora tarte bat beharko da. Kontuan hartuko da Osasun sailburuaren 2020ko apirilaren 2ko AGINDUA, SARS-CoV-2 (Covid-19) gaitzak eragindako pandemiaren ondorioz azalerak garbitu eta desinfektatzeko neurriak eta bestelako higie-neurriak hartzen dituenak, eta haren jarraibide teknikoak. <https://cutt.us/RozMO>
 - i. Komun eta aldagelen garbiketa eta desinfekzio iraunkorra indartu eta areagotu.

- j. Ahal dela pedal-paperontziak izan.
 - k. Edukiera txikiko aldageletan pertsonen arteko gutxieneko distantzia (1,5 metro) bermatzeko, pertsona bakoitzak okupa dezakeen espazioa adierazi beharko da, eta dutxetan ere bai. Dutzak banakoak ez badira, txandakatu egingo dira (bat bai eta bat ez).
5. Kirolariek, prestatzaileek, epaileek... pistara sartzeko kalekoak ez diren oinetakoak jantzi beharko dituzte eta kaleko oinetakoak banako poltsetan sartuko dituzte.
 6. Lehen etapetan, edo aldagelak egokituta ez badaude, kirolariak aldatuta joango dira instalazioetarako etxetik, eta itzultzen direnean dutxatuko dira. Kirolarien, prestatzaileen eta epaileen motxilak uzteko leku bat egokituko da eta elkar ukitzea saihestuko da.
 7. Kirola egiten den bitartean (entrenamenduak eta partidak), prestatzaileek segurtasun-tartea gorde beharko dute eta maskarak erabili.
 8. Toallak, petoak eta bakarka erabiltzeko bestelako materialak ere ezingo dira partekatu. Entrenatzen edo jolasten hasi aurretik, atsedenaldirian eta amaitzean, jokalariek eta epaileek eskuak desinfektatu beharko dituzte.
 9. Aulkietan, jokalaria bakoitzak bere lekua izan behar du, eta kaxa edo edukiontzi bat eduki behar du, maskara eta berotzeko kamiseta uzteko, landara ateratzean. Aulkira itzuli ondoren, eskuak desinfektatu beharko ditu maskara jarri aurretik.
 10. Partidak hasi eta bukatzean, taldeek elkar agurtuko dute, baina eskua ematea saihestuko dute.
 11. Talde bereko jokalariek elkarri bostekoa ematea saihestuko dute.
 12. Talde bakoitzak hiru baloi izango ditu, jokatzeko baloiaz gain. Baloiak desinfektatu egin beharko dira partiden aurretik, atsedenaldirian eta hurrengo jarduera hasi aurretik.
 13. Mahaiko ofizialek maskarak erabili beharko dituzte eta eskuak gel hidroalkoholikoarekin desinfektatu partiden aurretik eta amaitutakoan.
 14. Partida edo entrenamendua bukatutakoan, pista berehala utzi beharko da libre, hurrengo jarduera baino lehen pista eta materialak desinfektatzeko.

15. Instalazioetatik ateratzean, pertsonen arteko distantzia fisikoa gorde beharko da, eta maskarak erabili eta oinetakoak aldatu beharko dira.

ZER EGIN COVID-19AREN KASU POSITIBOAK AGERTUZ GERO

COVID-19 gaixotasunarekin (sukarra, eztula, arnasa hartzeko zailtasuna...) bateragarria den sintomatologia agertzen bada kirol-jarduera egiten ez den une batean, pertsonak autoisolamendua egin behar dute etxean, eta telefonoz eta atzerapenik gabe jarri behar dute harremanetan ohiko osasun-zentroarekin, baita klubeko arduradunari jakinarazi ere. Kirolariren batek edo talde teknikoko norbaitek jakin badu berak COVID-19 gaixotasuna duela edo gaixotasunarekin bateragarriak diren sintomak dituela, edo berretsitako kasu baten kontaktu estua dela, berehala jakinaraziko dio klubeko arduradunari; horrek Federazioari eta osasun-arloko agintariei jakinaraziko die, lehiaketa egiten den autonomia-erkidegoan ezarritako bitartekoen bidez, eta betiere haien oharrei jarraituz.

COVID-19aren zantzuak dituzten kasuak agertzean, jarduteko prozedura bat beteko da, isolamendua eta osasun-zerbitzuekiko komunikazioa barne hartuko dituen, eta, hala badagokio, prebentzio-zerbitzuekiko komunikazioa ere bai.



1. Eranskina. Protokoloa betetzeko adierazpena eta klubeko arduradunaren izendapena.

Kluba: _____

_____ko Saskibaloia Federazioa Presidente jaun/andreari.

Jaun/Andre agurgarria:

Honen bidez, eta _____ klubeko _____ gisa
(egoitza soziala: _____ kalea, _____ zk., _____),

ZIURTATZEN DUT

_____ jaun/Andrea, adin nagusikoa eta _____ NAN
zenbakia duena, gure klubak entrenamendu eta lehiaketetara itzultzeko protokoloa betetzearen
arduradun izendatu dela. Halaber, Euskal Saskibaloia Federazioak ezarritako osasun-
segurtasuneko protokoloa betetzeko, kontaktu datu hauek ezartzen dira:

Izen-Abizenak: _____

E-maila: _____

Telefonoa: _____

Helbide: _____

Nire izenean eta ordezkatzeko dudako klubaren izenean, Protokolo horretan ezarritako
entrenamendu, ekitaldi eta partidetan COVID-19ren prebentzioari buruz indarrean dauden
neurri guztiak betetzearen erantzule egiten naiz, horrela, Euskal Saskibaloia Federazioak eta
Arabako, Bizkaiko eta Gipuzkoako Lurralde Federazioek antolatutako lehiaketetan parte hartu
ahal izateko, eta nik ematen diot izendatutako pertsonari baimena gure kluba ordezkatzeko.

Eta horrela jasota gera dadin, dagozkion ondorioetarako, ediktu hau sinatzen dut, _____ (e)
(a) n, 2020ko _____aren ____ (e) (a) n.

Sinadura eta klubaren zigilua:



2. Eranskina. Protokoloa betetzeari buruzko adierazpena eta arbitroen batzordeko arduraduna izendatzea.

_____ SASKIBALOI FEDERAZIOAREN ARBITROEN BATZORDEA

_____ ko Saskibaloia Federazioko Presidente jaun/andreari.

Jaun/Andre agurgarria:

Honen bidez, eta _____ Saskibaloia Federazioaren Arbitroen Batzordearen _____ gisa,

ZIURTATZEN DUT

_____ jaun/Andrea, adin nagusikoa eta _____ NAN zenbakia duena, gure kolektiboak entrenamendu eta lehiaketetara itzultzeko protokoloa betetzearen arduradun izendatu dela. Halaber, Euskal Saskibaloia Federazioak ezarritako osasun-segurtasuneko protokoloa betetzeko, kontaktu datu hauek ezartzen dira:

Izen-abizenak: _____

Emaila: _____

Telefonia: _____

Helbidea: _____

Nire izenean eta ordezkatzan dudako kolektiboaren izenean, protokolo horretan ezarritako entrenamendu, ekitaldi eta partidetan COVID-19ren prebentzioari buruz indarrean dauden neurri guztiak betetzearen erantzule egiten naiz, horrela, Euskal Saskibaloia Federazioak eta Araba, Bizkaia eta Gipuzkoako Lurralde Federazioek antolatutako lehiaketetan parte hartu ahal izateko. Nik, izendatutako pertsonari gure kolektiboa ordezkatu dezan, baimena ematen diot.

Eta horrela jasota gera dadin, dagozkion ondorioetarako, ediktu hau sinatzen dut, _____ (e) (a) n, 2020ko _____aren ____ (e) (a) n.

Ordezkararen sinadura eta Arbitroen Batzordearen zigilua:



3. Eranskina. Jokalarien erregistro-eredua - Klubak

Agiri hau behin bakarrik bete beharko da denboraldiko lehen entrenamendua baino lehen, eta eguneratu egin beharko da plantilla aldatuz gero. Taldeko arduradunak klubeko Protokoloaren arduradunari eman beharko dio.

| | | | |
|--------------------|--|-----------|--|
| KLUBAREN IZENA | | TALDEA | |
| TALDEKO ARDURADUNA | | TELEFONOA | |

JOKALARIEN ZERRENDA

| IZEN-ABIZENAK | NAN | TELEFONOA | HELBIDEA |
|---------------|-----|-----------|----------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

GORPUTZ TEKNIKOA:

| IZEN-ABIZENAK | NAN | TELEFONOA | HELBIDEA |
|---------------|-----|-----------|----------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

| | |
|------|--|
| DATA | |
|------|--|

5. Eranskina. Sintomak ebaluatzeko galdetegia

Dokumentu hau talde bakoitzaren lehen entrenamendua hasi aurretik bete beharko da, eta klubeko protokoloaren arduradunari entregatu beharko zaio.

| | |
|---------------|--|
| Izen-abizenak | |
| NAN | |
| Emaila | |
| Telefonoa | |

Sintomak baztertzeko galdetegia:

| | BAI | EZ |
|--|------|------|
| Sukarra (37°C-tik gorako tenperatura) azken 5 egunetan | | |
| Eztul lehorra (azken 14 egunetan) | | |
| Eztarriko mina/azkura (azken 14 egunetan) | | |
| Arnasa hartzeko zailtasuna, bularreko zapalkuntza (azken 14 egunak) | | |
| Lesio biolazeoak oinetan eta/edo eskuetan, larruazaleko erupzioak edo urtikaria (azken 14 egunak) | | |
| Giharretako edo artikulazioetako min ezohikoak (azken 14 egunetan) | | |
| Beherakoa eta/edo gorakoak (azken 14 egunetan) | | |
| Buruko min handia (azken 14 egunetan) | | |
| Dastamena eta usaimena galtzea (azken 14 egunetan) | | |
| Harreman estua izan duzu (ikastetxean, lanean, familian edo lagunekin) Covid-19an positibo eman duen norbaitekin? | | |
| Zure eguneroko ingurune hurbilenean ba al dago kontaktu estua izan duen (15 minutu baino gehiago 2 metro baino gutxiagora) eta duela gutxi arnas sintomekin edo sukarrarekin hasi den norbait? | | |
| Egin al da koronabirus-testik azken 48 orduetan? | | |
| Emitza: | Pos. | Neg. |

Galdetegi hau irakurri eta erantzun ondoren, kirolariak/entrenatzaileak honako hau adierazi du:

- Emandako erantzun guztiak egia eta zuzenak dira.
- Jakina da egiarekin bat ez datorren erantzun orok ondorio larriak izan ditzakeela bere osasunean eta ingurukoenean.
- Jardueraren aurretik, bitartean eta ondoren, bere osasun-egoera aldatzen duen edozein gorabeheraren berri emango die bere klubari eta bere Federazioari.

_____ (e) n, 2020ko _____aren _____ (e) (a) n.

Sin.: kirolaria/entrenatzailea

Aita/ama/tutorea (adingabeak badira)

Kirolariak/entrenatzaileak eta bere gurasoek (adingabeak izanez gero) berriaz baimentzen diote klubari datu biometrikoak eskatu, erabili eta tratatu ahal izateko (tenperatura, PCR eta test probak, eztul eta sintomen gaineko aplikazioak, etab.). Horiek COVID19 sintomak garatzen ari ez direla eta gaixotasunaren eramaileak ez direla egiaztatzeko baino ez dira erabiliko, eta horiek lagatzeko eta haiei soilik jakinarazteko aukera izango dute. Berriak prebenitza Datu Pertsonalak Babesteko abenduaren 5eko 3/2018 Lege Organikoak ezartzen dituen parametroekin eta jarraibideekin bat etorri, hala badagokio, datuetan sartzeko, datuak zuzentzeko, ezerezteko, aurka egiteko, ezabatzeko eta transferitzeko eskubideak baliatu ahal izango dituzte, klubaren egoitza sozialera jakinarazpen bat bidalita, NANaren kopiarekin batera. Kirol-jarduera egiten den bitartean gordeko dira datuak, eta osasun-agintariek eskatu ahal izango dituzte.