

2020

PLAN DE CONTINGENCIA REAPERTURA (Covid19)



Pablo Gestido

MeUFIT

06/09/2020

ÍNDICE

ACCESO Y UTILIZACIÓN DE LAS INSTALACIONES:	- 6 -
ACCIONES A REALIZAR ANTES DE LA APERTURA:	- 5 -
ACTIVIDADES DIRIGIDAS	- 12 -
ANEXOS:	- 18 -
ESTRATEGIA COMERCIAL:	- 14 -
INTRODUCCIÓN:	- 3 -
LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN:	- 16 -
PLAN ADPI:	- 4 -
PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES:	- 17 -
SALA FITNESS:	- 9 -
SEÑALIZACIÓN DE LOS CENTROS:	- 15 -
VESTUARIOS, DUCHAS Y ASEOS:	- 8 -

1. INTRODUCCIÓN:

La pandemia provocada por el virus COVID 19 ha generado una grave crisis de salud pública en España que ha exigido la declaración por el Gobierno de la Nación del estado de alarma conforme a lo establecido en el artículo 116 de la Constitución y en el artículo 4.b) de la Ley Orgánica 4/1981, de 1 de junio, de los estados de alarma, excepción y sitio.

Desde el 14 de Marzo los centros deportivos en general y MeUFIT en particular permanecen cerrados en el ámbito de dicho estado de alarma, y afrontamos desde hace unas semanas, el proceso de desescalada que nos permitiría poder reabrir los centros con una serie de medidas y adaptaciones necesarias para lograr el objetivo.

Ante las diferentes circunstancias relacionadas con la necesidad de adaptar actividades, espacios físicos y seguridad de personal y usuarios de MeUFIT, para poder seguir desarrollando nuestra actividad, con las necesidades que las nuevas circunstancias nos obligan, enumeramos en este documento, las adaptaciones en cada una de las áreas de la compañía, que se irán actualizando en función de las instrucciones impuestas desde el gobierno central o Xunta, de cara a la inminente apertura.

El hilo argumental de este documento, se centra en un “triple eje” entorno a la **DISTANCIA, HIGIENE Y EJERCICIO**, los tres son fundamentales en esta nueva realidad a la que nos enfrentamos y por eso estarán presentes en nuestra realidad de ahora en adelante, si cabe en mayor medida que antes aunque ya estuviesen presentes. “**Distancia**” como separación interpersonal cómo elemento que nos aporta seguridad para que trabajadores y socios puedan realizar su actividad habitual en las condiciones adecuadas, pero también con la utilización de medidas de protección (mamparas, mascarillas, recorridos de circulación, etc). “**Higiene**” desde el punto de vista del aumento de las frecuencias de limpieza de los centros, presencia de hidrogeles y desinfectantes en todo el centro, higiene personal de manos, mayor utilización de la toalla, responsabilidad social con los demás desinfectando el material que acabo de utilizar, etc. Y por último el “**ejercicio**” como una de las barreras de contención esenciales contra la COVID19. Es necesario reforzar el sistema inmunológico mediante el ejercicio físico en la prevención de este virus especialmente en los principales grupos de riesgo (población afectada por enfermedades crónicas cardiovasculares y metabólicas, y personas mayores). En MeUFIT, adoptando las medidas que presentamos en este Plan de Contingencia, podemos ofrecer un entorno de seguridad muy elevada, comparado con otros entornos con los que el ciudadano deberá convivir: transporte público, taxis, supermercados, tiendas, restauración incluso su propio domicilio.

Se trata de un documento dinámico que podrá ir cambiando a medida que cambian las instrucciones marcadas, del feedback de los usuarios y personal, y de la evolución general de la Pandemia.

Los responsables de los diferentes equipos tenemos la “**responsabilidad social y empresarial**”, de concienciar a trabajadores y que estos a su vez, mantengan una línea clara de actuación con los usuarios, para que el esfuerzo realizado por la sociedad en general durante el confinamiento, y las repercusiones económicas que ha tenido sobre las economías de empresas y familias, **NO PUEDEN VERSE EMPEORADAS** por no respetar las diferentes medidas establecidas en este plan de contingencia y que por ello se pueda producir un Rebrote centrado en MeUFIT, que nos obligue a un nuevo cierre y periodo de cuarentena. Una mala praxis en este sentido por parte de responsables, trabajadores y usuarios debe ser corregida de forma inmediata para lograr recuperar esa normalidad que tanto hemos ansiado en las últimas semanas, y por lo que tanto hemos trabajado.

Queremos agradecer desde aquí al conjunto de trabajadores de las áreas deportivas municipales de MeUFIT, por su actitud, predisposición y valentía tanto antes cómo durante el periodo cierre de los centros, lo que nos asegura que de cara a esta nueva fase en la Reapertura, nos encontramos ante el “**equipo humano**” adecuado para llevar a cabo este Plan de Contingencia, sin descuidar en ningún momento esa proactividad, actitud de servicio y profesionalidad que hacen de la “experiencia de cliente” que aportamos a nuestros socios un elemento diferenciador y reconocido en el sector del Fitness.

2. PLAN ADPI:

Para ello establecemos un ADPI inicial (Autoanálisis – Diagnóstico – Plan de acción e Implementación), como propuesta de preparación y/o oportunidad para la asimilación eficiente de nuestras instalaciones, en el nuevo contexto que nos ha impuesto el Covid 19.

- 2.1. **Autoanálisis**, dónde tenemos nuestras debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades frente a la nueva realidad emergente (DAFO).
- 2.2. **Diagnóstico**, establecemos la clasificación y prioridades surgidas del análisis DAFO, diagnosticamos como estamos y dónde debemos actuar para superar la nueva situación desde nuestra realidad (lo urgente e importante)
- 2.3. **Plan de Acción**, nuestra hoja de ruta con Programación de plazos, dotación de personal, recursos a implantar y/o suprimir, precios, costes, etc.
- 2.4. **Implementación**, establecemos el cumplimiento de metas o hitos temporales y evolutivos y control de su aplicación por si son necesarios ajustes.

3. ACCIONES A REALIZAR ANTES DE LA APERTURA:

- 3.1.** Limpieza y desinfección profunda de las instalaciones previa a la reapertura mediante empresa o personal especializado en limpieza usando para ello productos homologados, prestando especial atención a los elementos y zonas de uso común.
- 3.2.** Dotar de los EPIs que las autoridades sanitarias recomienden a los trabajadores del gimnasio en función de sus tareas y competencias. Y realizar las formaciones necesarias en materia de prevención del Covid.
- 3.3.** Realizar las funciones de señalización, balizamiento y marcajes de seguridad que aseguren en todo momento las circulaciones, distancia física y las relaciones de forma segura.
- 3.4.** En los puestos de trabajo (como atención al público) donde no se pueda garantizar una distancia mínima de seguridad de 2 metros, instalar mamparas protectoras transparentes de metacrilato o similar
- 3.5.** Colocar cartelera en lugar visible en la instalación para informar y recordar a los socios y trabajadores la obligación de cumplir las medidas de higiene y protección establecidas por la autoridad sanitaria contra la Covid-19, con especial énfasis en la recomendación de lavado frecuente de manos a usuarios y trabajadores durante la estancia en las instalaciones.
- 3.6.** Puesta en marcha de todos los equipos de ventilación, climatización y calentamiento de agua.
- 3.7.** Establecer puntos de elementos de seguridad en los lugares necesarios del gimnasio y de acceso libre a los socios (rollos de papel, papeleras, pulverizadores con desinfectante y dosificadores de manos con hidrogel).
- 3.8.** Formar al personal en los nuevos protocolos de reapertura para garantizar su seguridad y la de los usuarios, con especial atención al distanciamiento físico, la limpieza, etc.
- 3.9.** Siempre que sea posible, comunicar previamente a la apertura del gimnasio las medidas adoptadas a los potenciales socios de las mismas y de forma obligatoria exponer de manera visible al público un documento que acredite el trabajo realizado antes de apertura.

4. ACCESO Y UTILIZACIÓN DE LAS INSTALACIONES:

4.1. **Adaptamos las instalaciones** tanto a las recomendaciones de la **FNEID** (Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas)¹, como de las de **AEXIDEGA** (Asociación Empresas Xestoras de Instalacións Deportivas de Galicia), además de cumplir estrictamente las pautas marcadas por las administraciones competentes en los BOE que hacen referencia a las diferentes fases de la desescalada (**Fase 1** Orden SND/399/2020, **Fase 2** Orden SND/414/2020, **Fase 3** Orden SND/458/2020, de 30 de mayo)

4.2. **Obligación para socios, empresa y trabajadores el respetar toda normativa** establecida por el Ministerio de Sanidad y MeUFIT para el uso de las instalaciones. Entre ellas el uso obligatorio de las mascarillas en zonas de tránsito, y en donde no se pueda mantener la distancia mínima de seguridad de 2m de separación entre socios y trabajadores.

4.3. Colocación de **Cartelería**² en el exterior e interior del centro con los consejos básicos de higiene y funcionamiento relacionados con el Covid19.

4.4. Obligatorio el **“Uso de la Mascarilla”** (se aconseja tipo quirúrgica) en todas los cambios dinámicos entre las diferentes zonas del gimnasio, pudiendo retirarla en aquellas situaciones en las que se puede mantener de forma constante la distancia interpersonal de 2 metros.

4.5. AFOROS:

- Actualmente tenemos el siguiente **aforo total**, con el que tenemos un margen dado que hemos quitado la parte de sala de máquinas, almacenes y zonas que no utiliza el usuario.
830 m² – 196 personas
- **Control de aforo parcial por zonas**, estableceremos reserva previa y franjas en caso de ser necesario por las normas establecidas en el BOE. Hasta ese momento el 100% del aforo en las diferentes zonas es el siguiente:
 - Sala Fitness. Reducción del 25%
 - 340,49 m² – 71 personas // nuevo aforo: 53 personas
 - Actividades dirigidas. Se debe dejar una espacio interpersonal de 1.5m hasta un máximo de 25 personas por sala
 - 126,85m² - 66 personas // nuevo aforo: 25 personas

4.6. PROCEDIMIENTO DE RESERVA DE ACTIVIDADES / USO LIBRE:

- Mantenemos mismo sistema para las **“actividades dirigidas”**.
 - Reserva desde la app adaptados los aforos a los máximos marcados
 - Mismo proceso de acceso a la sala de actividades
- Reserva de uso libre de sala Fitness.



¹ ANEXO I: *Propuesta de medidas higiénico sanitarias y de distanciamiento social para garantizar la seguridad de trabajadores y usuarios en la reapertura y funcionamiento de los centros deportivos y gimnasios durante el Covid19 (FNEID)*

² ANEXO II: *Cartel de medidas de higiene y seguridad “qué hacemos nós, qué vos pedimos”*

- No es necesario según la última normativa establecida por el Gobierno.
- Kiosko de reservas, se habilita para quien lo necesite utilizar, y colocamos un punto de desinfección con gel al lado.

4.7. ACCESO AL GIMNASIO:

- La primera puerta permanecerá cerrada pero la segunda estará abierta
- Buscamos un primer **punto de desinfección** entre ambas puertas con:
 - Mueble blanco con cartel de recomendaciones básicas.
 - Gel hidroalcohólico.
 - Papelera.
 - Zona de alfombras desinfectantes en el mismo sitio + alfombra habitual a continuación para secar los pies.
 - Flyers informativos de las medidas de seguridad adoptadas en el centro.

4.8. ZONA DE ESPERA Y ATENCIÓN EN RECEPCIÓN:

- La mesa y sillas de atención al cliente serán desinfectadas entre cada cliente atendido.
- Marcamos en el suelo la distancia de seguridad para las personas que pueden estar esperando.

4.9. MOSTRADOR:

- Retiramos cualquier elemento pequeño que no sea estrictamente necesario para usar los usuarios (cubiletes, etc.), y si se le facilita al usuario un bolígrafo si fuese necesario escribir que se desinfecta antes y después.
- Colocamos mampara en la zona de atención.
- En el mostrador habrá un dispensador de “gel desinfectante” Y “toallitas” para el usuario o para desinfectar la pantalla.

4.10. OTROS:

- **Limitamos la venta de entradas libres**, mantenemos los mismos horarios actuales pero sólo en función del aforo disponible en ese momento.
- **Pago por tarjeta** de forma preferente para evitar el contacto con efectivo y así lo explicamos, para reforzar la estrategia que ya veníamos utilizando.
- **Aseos de la instalación y papeleras**, puntos especiales de repaso del Dpto. Limpieza. No ponemos gel hidroalcohólico en el interior, pero sí presencia constante de jabón.
- **Recorridos por los centros**, marcaremos mediante flechas, la dirección de circulación para evitar cruces.

5. VESTUARIOS, DUCHAS Y ASEOS:

5.1. Vestuarios

- Somos conscientes del cuello de botella que pueden suponer los vestuarios en gimnasio, y la importancia de la sensación de higiene y separación que se produce en estos espacios, por ello además de las instrucciones marcadas en la fase 3 de la desescalada, llevamos a cabo las siguientes medidas.
- Según las instrucciones publicadas en el BOE para la Fase de la desescalada, se pueden utilizar vestuarios y duchas, por lo que vamos a establecer cómo el máximo número de aforo los puestos que tenemos marcados respetando entre sí los 1.5m de distancia. Una vez alcanzado el mismo, los socios deben esperar a que se habilite alguno de los puestos marcados respetando la distancia de seguridad en todo momento, pero en ningún caso podrá utilizar ninguna zona de banco que no esté marcada, salvo que ambas personas utilicen mascarilla durante el proceso:
 - 11 puestos en Vestuario Masculino
 - 10 puestos en Vestuario Femenino
- Hemos sacado TAQUILLAS al pasillo para que los socios puedan dejar sus pertenencias sin tener que acceder al vestuario.
- A su vez hemos establecido en cada vestuario un recorrido circular por el perímetro del mismo para que no se produzcan cruces a la hora de acceder a las taquillas o a las duchas, siendo obligatorio seguir ese recorrido por el interior del vestuario en todo momento. Y correspondiente explicación en cartelería.

5.2. Duchas.

- Respetando la distancia interpersonal de seguridad de 1,5 metros, únicamente habilitaremos las duchas que se encuentran bien dentro de cabinas, bien las que guardan entre sí dicha distancia.
- Colocaremos carteles en los que están fuera de servicio, y pidiendo colaboración a la entrada de zona de duchas para minimizar los cruces entre personas, en la entrada y salida de la zona de duchas.

5.3. Aseos.

- **Aseos vestuarios:** colocaremos el cartel con el aforo establecido en la fase 3 de la desescalada en la que se establece el 50% del número de cabinas y urinarios que tenga el aseo en cuestión. Pidiendo colaboración además para mantener la distancia de seguridad interpersonal en las circulaciones en su interior y la recomendación del uso de mascarilla.

6. SALA FITNESS:

6.1. Condiciones de uso.

- Obligatorio el “uso de la mascarilla” (se aconseja tipo quirúrgica) en todas las transiciones dinámicas entre las diferentes zonas del gimnasio, pudiendo retirarla en aquellas situaciones en las que se puede mantener de forma constante la distancia interpersonal de 1.5 metros.
- Obligatorio el “uso de la toalla”, aunque ya lo era, debemos insistir para que esta obligación se traslade a todos los tipos de actividades dirigidas en las salas, y sobre todo que se utilice realmente como una barrera más entre nuestro sudor y los elementos materiales sobre los que nos apoyamos. Se recomienda que sea una toalla grande para aumentar la barrera.

6.2. Acceso a la Sala Fitness.

- Nos encontraremos con “**puntos de desinfección**” a lo largo de toda la sala compuesto por:
 - Mueble con dispensador de gel hidroalcohólico y/o líquido desinfectante
 - Cartel con instrucciones de higiene y seguridad.
- Hemos establecido un único pasillo de acceso de ida y vuelta desde los vestuarios

6.3. Circulaciones.

- Hemos establecido recorridos circulares y unidireccionales en toda la sala con flechas en el suelo para evitar cruces de personas en sentido contrario.

6.4. Fitness Express.

- En el contexto actual consideramos fundamental cambiar las ubicaciones físicas dónde se impartan las Fitness Express, recomendaciones que a su vez vienen de organismos oficiales que ponen en valor el realizar actividad física en espacios abiertos, lo que reduce el riesgo de contagio frente a las que se realizan en espacios cerrados.
- Lo utilizaremos también comercialmente buscando espacios al aire libre dado que disponemos de zonas verdes y abiertas en las inmediaciones del gimnasio, aprovechando además los meses de buen tiempo que tenemos en la fase de reapertura.
- Una vez superados estos meses de verano derivaremos las clases de sala Fitness a una sala de actividades donde tenemos establecidas marcas para mantener la distancia interpersonal necesaria.
- Además, en el centro de la sala Fitness hemos establecido marcas (12 en total) separadas a 1,50m para poder impartir alguna clase en el caso de no poder usar el exterior o la sala de actividades.
- La instrucción clara para los técnicos debe ser que salvo condición meteorológica adversa, la pauta es realizarla en otra zona diferente a la habitual.

6.5. Zonas:

- **Zona Cardio**
 - Hemos distribuido todas las máquinas por lo que el 95% de las unidades están separadas al menos 1.5m entre sí, lo que permitiría utilizar cada uno de los elementos sin mascarilla.
 - En las zonas en donde no ha sido posible separarlas hemos colocado “mamparas divisorias”, o alternaremos un elemento si, otro no con un cartel de fuera de servicio por cuestiones de

distanciamiento interpersonal (cartel editable del anexo, no utilizamos el de fuera de servicio).

- Cada unidad tiene un bote de Gel hidroalcohólico, para que el socio se pueda proteger antes o después de su uso.
- Para la limpieza de las máquinas, además de aumentar las horas de limpieza de la empresa subcontratada:
 - Tendremos al alcance de los usuarios en la zona cardio, “puntos de desinfección” con bobina de papel y spray desinfectante, para que cada usuario limpie su máquina (sólo zonas de contacto directo en los agarres y mandos de control) después de haberla utilizado (pediremos colaboración en este proceso para respetar al usuario que viene detrás, aunque nos encontraremos a casos especiales que se negarán).
 - Importante distribuir carteles editables (Ver anexo) en los que expliquemos esta situación y además expliquemos muy claramente que no se puede aplicar el producto sobre las pantallas de las máquinas directamente (riesgo de avería de la electrónica), sino que debemos aplicarlo sobre el papel y después extenderlo.

○ **Zona Placas/Fuerza**

- Hemos distribuido todas las máquinas por lo que el 100% de las unidades están separadas al menos 1.5m entre sí, lo que permitiría utilizar cada uno de los elementos sin mascarilla.
- Importante acostumar a los usuarios que no pueden circular pegados a estas máquinas para permitir el espacio interpersonal a las personas que las están utilizando.
- Cada unidad tiene un bote de Gel hidroalcohólico, para que el usuario se pueda proteger antes o después de su uso.
- Para la limpieza de las máquinas, además de aumentar las horas de limpieza de la empresa subcontratada tendremos al alcance de los usuarios en la zona de fuerza, “puntos de desinfección” con bobina de papel y spray desinfectante, para que cada usuario limpie su máquina (sólo zonas de contacto directo en los agarres y mandos de control) después de haberla utilizado (pediremos colaboración en este proceso para respetar al usuario que viene detrás, aunque nos encontraremos a casos especiales que se negarán).
- Obligatorio más que nunca el uso de la toalla.

○ **Zona Peso libre**

- En cada zona de peso libre, hemos redistribuido los bancos, mancuernereros, barras y discos, estableciendo zonas de trabajo en su interior que permiten mantener de forma estática 2m de separación con los otros puestos.
- Esta separación está delimitado en torno a la posición de cada banco, por lo que estos no deben moverse, salvo causa de fuerza mayor y siempre que no invada la zona de trabajo de otro usuario. Y en todo caso deberá volver a su posición original una vez utilizado.
- Además de aumentar las horas de limpieza y sus frecuencias tendremos al alcance de los usuarios en esta zona, “puntos de desinfección” con bobina de papel y spray desinfectante, para que cada usuario limpie el material que ha utilizado antes de ponerlo nuevamente en su sitio después de haberla utilizado (pediremos colaboración en este proceso para respetar al usuario que viene detrás, aunque nos encontraremos a casos especiales que se negarán).
- Obligatorio más que nunca el uso de la toalla.

- **Córners virtuales**
 - Separamos todas las unidades una distancia de 1.5m. entre si.
 - Pondremos al alcance de los usuarios en esta zona, “puntos de desinfección” con bobina de papel y spray desinfectante, para que cada usuario limpie el equipo que ha utilizado antes de ponerlo nuevamente en su sitio después de haberla utilizado (pediremos colaboración en este proceso para respetar al usuario que viene detrás, aunque nos encontraremos a casos especiales que se negarán).
 - Obligatorio más que nunca el uso de la toalla.
- **Zona estiramientos y funcional (uso individual)**
 - Hemos delimitado las zonas de trabajo a 1.5m entre ellas respetando la distancia interpersonal, tanto en la **zona de estiramientos** (las colchonetas colocadas permanentemente en el suelo y marcas en el suelo), como también están marcadas zona de trabajo individuales en la **zona funcional**, dónde cada usuario se llevará su material hasta que finalice con él.
 - Pondremos al alcance de los usuarios en esta zona “puntos de desinfección” con bobina de papel y spray desinfectante, para que cada usuario limpie el equipo que ha utilizado antes de ponerlo nuevamente en su sitio después de haberla utilizado (pediremos colaboración en este proceso para respetar al usuario que viene detrás, aunque nos encontraremos a casos especiales que se negarán).
 - Obligatorio más que nunca el uso de la toalla.
- **Otros:**
 - **Tótem y Báscula**, al ser zonas sensibles de contacto físico, debemos poner un punto de desinfección (gel, spray y papel mecha) a su lado para que cada usuario pueda desinfectar los equipos. El spray desinfectante no se puede aplicar directamente sobre la pantalla, sino que se aplica sobre el papel y luego se extiende.

6.6. Metodología de trabajo:

- Mantenemos la distancia interpersonal en todo momento, salvo cuando sea necesario para lo que tendremos las epi’s correspondientes a nuestra disposición en el puesto central.
- Mantenemos cómo objetivo principal que con nuestra presencia la “experiencia de cliente” sea lo más satisfactoria posible, con nuestra habitual actitud de servicio y pro actividad para interactuar con los usuarios.
- Movimiento continuo por la sala, realizando acciones de corrección, sociabilización y mostrando interés, manteniendo la distancia interpersonal.
- Otros de los objetivos es “sensibilizar y hacer cumplir” las medidas de seguridad, limpieza e higiene, que necesitamos para seguir impartiendo el servicio, y para mantener el centro abierto. Siendo que esto será un elemento de fricción, debemos mantener una línea homogénea por hacer respetar este plan de contingencia, incluso a costa de perder socios que estén desacuerdo, siempre que lo hagamos de forma educada y sincera, demandando la colaboración e implicación del propio usuario en el proceso, y si en última instancia nos encontramos ante una negativa que sea el mismo el que tenga que elegir si utiliza los centros en estas condiciones o decide dejar de hacerlo. Este será un elemento obligatorio que abordaremos de forma constructiva con los usuarios que no estén de acuerdo (intentando

filtrar todos estos casos reticentes, sin que tengan que intervenir los responsables de dpto./instal. y provocar una baja definitiva del cliente, dado que mayor confianza y gancho emocional que el propio técnico, no tiene nadie para lograr ese objetivo).

- Si vemos que hay material de uso compartido que es difícil de compartir lo retiraremos tras hablar con el/la responsable direct@.
- Para reducir el uso de este tipo de material, en las planificaciones de las sesiones del TG minimicemos su uso en estas primeras semanas de la reapertura.

7. ACTIVIDADES DIRIGIDAS

7.1. Acceso a las salas:

- Mantenemos el habitual proceso de reserva on line de las plazas, bien a través de APP, bien desde el propio “kiosco” físico en el centro.
- Antes de entrar en la sala nos encontramos un dispensador de Gel.
- Una vez atravesamos el dintel de la puerta, nos encontraremos una alfombra desinfectante y otra de secado para que entremos higienizados en el espacio dónde se desarrolla la sesión.

7.2. Distribución temporal y material:

- Todas las salas tienen delimitados espacios interpersonales en torno a la marca corporativa colocada en el suelo, que marca el punto central de un perímetro de 1.5x1.5m cuadrados, dentro del cual cada usuario debe permanecer durante la sesión con el material que va a necesitar.
- Reducimos la duración de todas las sesiones de 45’ a 35’ para que se pueda producir al proceso de desinfección del material entre clase y clase. En el caso de las sesiones de 1h se reduce a 50’ + 10’ de limpieza.

7.3. Desinfección de material y sala, fundamental la colaboración de usuarios, que junto al trabajo de los técnic@s y del personal de limpieza se pueda llevar a cabo este proceso de forma dinámica y tras cada sesión.

- “**Socios**”, tanto al INICIO como al FINAL de cada sesión tendrán a su disposición bobina de papel y desinfectante de superficies de contacto para desinfectar su propio material. Mientras que el proceso al inicio será opcional, debemos inculcar y pedir colaboración desde el primer día para que *“cada persona se responsabilice de dejar preparado y desinfectado el material utilizado”* tras cada sesión para la persona que entre a continuación, esta será un **elemento obligatorio** que abordaremos de forma constructiva con los usuarios que no estén de acuerdo (intentando filtrar todos estos casos reticentes, sin que tengan que intervenir los responsables de dpto./instal. y provocar una baja definitiva del cliente, dado que mayor confianza y gancho emocional que el propio técnico, no tiene nadie para lograr ese objetivo).
- “**Técnicos**”, entre clase y clase habrá 3 procesos a realizar:
 - Aunque cada usuario desinfecte su propio material, en cada sala habrá un “equipo de desinfección” (bote con producto y guantes) para que el propio técnico rocíe ligeramente de nuevo ese material dejando actuar el producto. Si los cursillistas de la siguiente sesión necesitan ese mismo material y a pesar de ser un producto de fácil secado, todavía está húmedo podrán secarlo con la bobina de papel.
 - Dicho producto también lo aplicaremos en las zonas dónde se encontraban los usuarios, especialmente si son actividades en las que se estaba en el suelo o con abundante sudoración. Tras aplicar el producto pasaremos una mopa por toda la estancia (el proceso de mopeado lo realizará el personal de limpieza en aquellos horarios en los que coincida personal de mantenimiento en la instalación y no se encuentre ante otra emergencia).
- “**Personal de limpieza**”. La empresa de limpieza subcontratada realizará un horario adaptado para que en aquellos horarios en los que coincidan los 10 minutos entre sesión y sesión, se encuentre en la puerta de la sala a la finalización para realizar la fase de aplicación de producto en el suelo y mopeado (manillas puertas y ventanas y otras zonas de contacto directo), siendo el técnico en su defecto el que lo tenga que realizar.

- **“Materiales especiales”**, en aquellas clases dónde se utilizan materiales especiales cómo las bicicletas de ciclo indoor, sacos, material de CrossMeufit, etc. dicho material también será parte del proceso de higienización tanto por parte del usuario cómo del técnico, prestándole una especial atención el Dpto. de Limpieza en las frecuencias de repaso de esa sala.

7.4. Metodología de trabajo:

- Mantenemos la distancia interpersonal en todo momento, salvo cuando sea necesario para lo que tendremos las epi’s correspondientes a nuestra disposición en el puesto central (al recibir en la puerta a los usuarios, al movernos entre ellos en aquellas disciplinas que así lo necesiten, al aplicar correcciones con contacto físico, etc)
- Mantenemos cómo objetivo principal que con nuestra presencia la “experiencia de cliente” sea lo más satisfactoria posible, con nuestra habitual actitud de servicio y pro actividad para interactuar con los usuarios.
- Movimiento continuo por la sala, realizando acciones de corrección, sociabilización y mostrando interés, manteniendo la distancia interpersonal (o con los epi’s correspondientes).
- Otro de los objetivos es “sensibilizar y hacer cumplir” las medidas de seguridad, limpieza e higiene, que necesitamos para seguir impartiendo el servicio, y para mantener los centros abiertos. Siendo que esto será un elemento de fricción, debemos mantener una línea homogénea por hacer respetar este plan de contingencia, incluso a costa de perder cursillistas que estén desacuerdo, siempre que lo hagamos de forma educada y sincera, demandando la colaboración e implicación del propio usuario en el proceso, y si en última instancia nos encontramos ante una negativa que sea el mismo el que tenga que elegir si utiliza los centros en estas condiciones o decide dejar de hacerlo.

8. ESTRATEGIA COMERCIAL:

8.1. Objetivo: mantener el mayor número posible de socios y recuperar cuanto antes los números de usuarios antes del confinamiento. Aunque de inicio no realizaremos ninguna campaña de captación, para no saturar los centros con los aforos marcados por las autoridades, y centrarnos en atender de forma exquisita a esos socios que han decidido no darse de baja.

8.2. Compensación de los 18 días pendientes de Marzo

- Se compensan los 18 días en la renovación de Junio, al abrir el día 8 de Junio sólo se cobrarán los últimos 4 días del mes

8.3. Socios que continúan en activo. En agradecimiento por permanecer activos

- Regalo de bienvenida consistente en una bolsa para guardar la mascarilla una vez está en el centro.

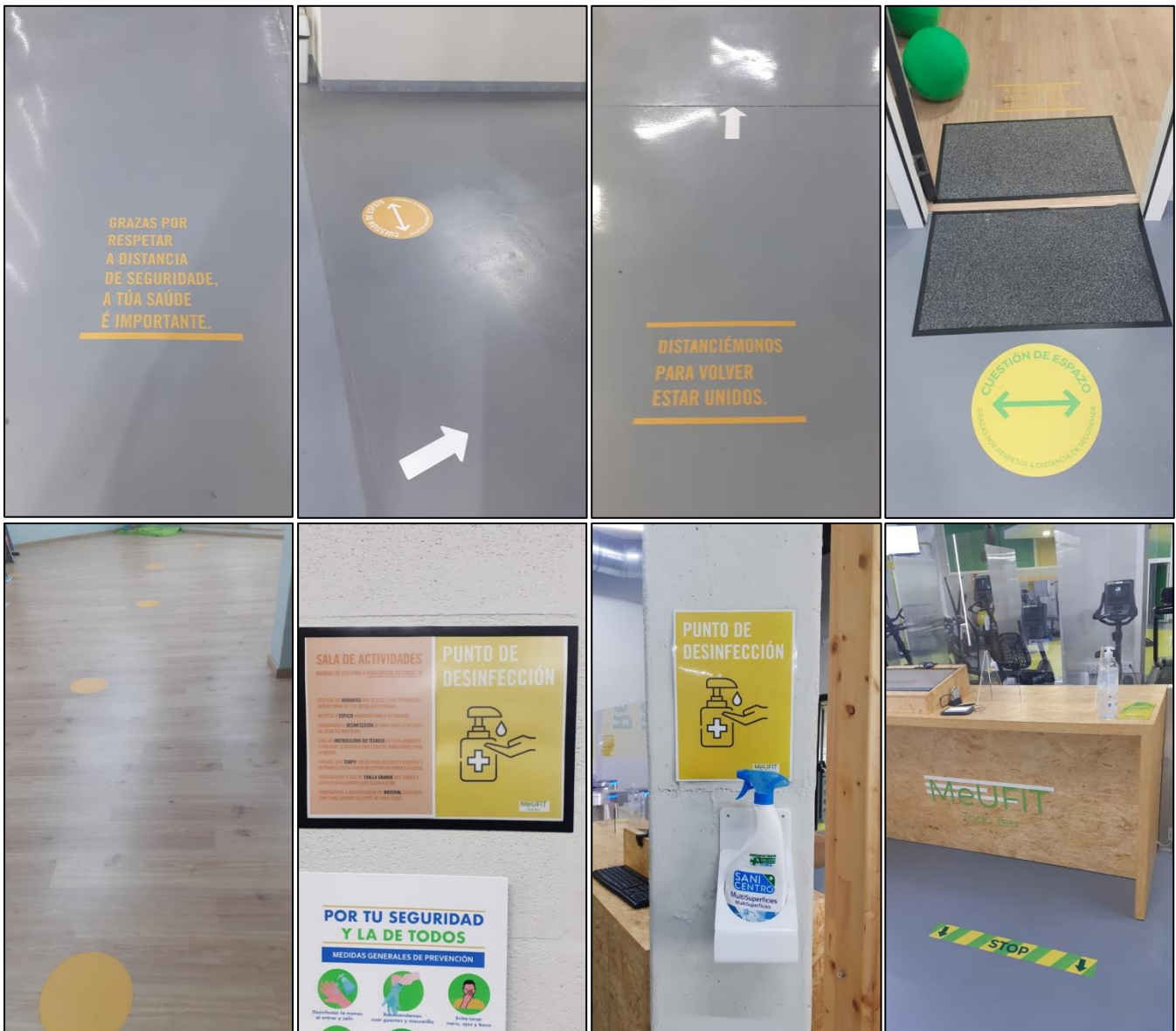
8.4. Alternativa a la baja

- No podemos aceptar “suspensiones de cuota”

8.5. Baja

- Si a pesar de todo lo anterior solicitan igualmente la baja le haremos la devolución de esos 18 días. Pero debemos meter la baja con fecha 1 de junio si no disfrutaron de la instalación
- Si llegan a utilizar la instalación, salvo casos excepcionales, no devolveremos importe y la baja la pondremos a 1 de Julio. Nos interesa que la mayor cantidad posible de gente escoja esta opción.

9. SEÑALIZACIÓN DE LOS CENTROS: hemos acometido un fuerte proceso de señalización de los centros facilitar que se respete la distancia interpersonal de seguridad, y que recuerde las nuevas normas de funcionamiento de esta nueva situación para reforzar a su vez el mensaje de nuestro personal, apoyándose en los mismos.



10. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN:

10.1. Desinfección Previa, realizada por la empresa Galides, se adjuntan certificados de desinfección.

10.2. Procedimiento de Limpieza Covid19, a lo largo del plan de contingencia se ha hecho referencia en numerosas ocasiones a procesos de limpieza y desinfección que realizarían los propios usuarios tras la utilización de determinados materiales, los propios técnicos de MeuFit en determinadas situaciones, pero sin duda la responsabilidad mayor recae, como es obvio, en el Dpto. de Limpieza. Adjuntamos el procedimiento especial para este periodo, de la empresa subcontratada "Limpiezas Lei" dónde destacamos:

- Se ha elaborado teniendo en cuenta las recomendaciones del ministerio de Sanidad y de la Consellería de Sanidade.
- Recoge el protocolo de desinfección que elimina la carga microbiana de las superficies que complementa el procedimiento habitual de la limpieza de los centros.
- Se recogen los EPI's, equipos de trabajo, útiles y productos químicos a utilizar, además de cómo tratar los residuos generados.
- Se incrementan 75 horas (25h por centro) para este procedimiento de desinfección, que supone casi un 20% de incremento en coste de laboral.

11. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES:

11.1. Servicio de Prevención ajeno.

- Elabora un completo documento que se adjunta cómo Anexo a este Plan de Contingencia5. El contenido del mismo lo resumimos a continuación, además de haber incluido en cada uno de los puestos de trabajo anteriores las claves de protección y nuevo procedimiento de trabajo que implica. En todo caso se hace necesario su lectura completa por responsabilidad con un@ mism@, con los compañer@s y con los usuari@s.

11.2. Evaluación y Riesgo de exposición:

- Según los escenarios de riesgo de exposición establecidos por el Ministerio de Sanidad y lo trasladado desde nuestro servicio de Prevención Ajeno “Quirón prevención”, la actividad de MásQueAuga se engloba en el de BAJA PROBABILIDAD DE RIESGO.

11.3. Resumen de medidas Generales:

- Distanciamiento de 2m siempre que sea posible y buena higiene de manos de forma periódica.
- Al toser o estornudar preferiblemente en un pañuelo que se pueda desechar o en la parte interior del brazo e higiene de manos
- Evitar tocarse ojos, nariz y boca en el trabajo.
- Salvo especificaciones del puesto de trabajo, de forma general uso de mascarilla quirúrgica siempre y sólo cuando de forma permanente podemos mantener la distancia de seguridad de 1,5m, podremos retirarla.
- Limpieza y desinfección diaria de los uniformes, que no deben quedar en la taquilla. Tampoco debe quedar fuera de la misma ningún material personal en percheros, zapateros o baldas superiores.
- Toallitas, guantes y mascarillas se desecharán en papeleras especiales para esos residuos que habrá en cada centro, habrá unas específicas con pedal en la zona del hall y en la puerta de salida, pero cada centro podrá establecer alguna más identificadas como tal
- Permanecer el menor tiempo posible en zonas de tránsito.

11.4. Zonas de descanso y comedores:

- Se limitan los aforos en estas zonas que estarán indicadas con cartelería y que se debe respetar en todo momento.
- Se utilizarán lo mínimo posible las zonas de descanso.
- Se encuentran marcados los puntos que deben utilizarse únicamente en estas zonas.
- Cada trabajador debe higienizar todos los elementos comunes que utilice de estas zonas tras su uso.

11.5. Vestuarios de personal:

- Los aforos están limitados (cartelería)
- Las zonas de bancos que se pueden utilizar están marcados, no pudiéndose utilizar el resto.
- En la medida de lo posible no utilizemos las duchas y vestuario, pudiendo tener una taquilla en
- “propiedad” en el exterior del vestuario (consultar con los responsables)
- Toda la ropa de trabajo se debe llevar diariamente a casa para su lavado y desinfección. De un
- turno para otro no se puede dejar ningún objeto personal en percheros, zapateros o baldas
- para facilitar la limpieza y desinfección diaria por parte del personal de limpieza.

11.6. Protocolo a seguir ante síntomas del Covid (trabajadores y usuarios):

Según el Ministerio de Sanidad los síntomas relacionados con el Covid son los siguientes (tos, fiebre, sensación de falta de aire, además de otros más relacionados con percepciones internas de cada persona).

Cuando detectemos o nos trasladen los siguientes síntomas, el procedimiento de actuación será el siguiente:

Con **TRABAJADORES:**

- Informar al responsable del centro (y este a su vez al director de operaciones, departamento de PRL, y RRHH).
- Se protege en todo momento con la mascarilla FFP2 hasta abandonar el centro.
- Se dirige a su casa y comienza el protocolo de actuación que marca el ministerio de sanidad (ver anexo de PRL).

Con **USUARIOS:**

- En primer lugar la persona que se vaya a dirigir al usuario se protege con mascarilla FFP2, Pantalla/gafas, guantes que habrá a disposición de todos los trabajadores en cada departamento (Piscina, Sala Fitness, Recepción y oficina)
- Se le indica al usuario que en las circunstancias actuales, no puede seguir utilizando las instalaciones para protegerse a sí mismo y al resto de las personas.
- Le facilitamos una mascarilla FFP2 que tendrá que llevar puesta durante todo el tiempo que esté en la instalación, mientras recoge sus pertenencias.
- Si podemos evitar que las recoja personalmente, le ofrecemos la posibilidad que se las recojamos nosotros en vestuario, y en caso contrario le acompañamos en todo momento hasta que abandone el centro.
- Informamos de la situación al responsable del centro (y este a su vez al director de operaciones, departamento de PRL, y RRHH).



¿Cuáles son los síntomas de la COVID-19?

Los síntomas más comunes de la COVID-19 incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Sensación de falta de aire

Otros síntomas pueden ser: disminución del olfato y del gusto, escalofríos, dolor de garganta, dolores musculares, dolor de cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos, entre otros.

La mayoría de los casos son leves

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob

19 mayo 2020

Ministerio de Sanidad

Anexo V: **“Medidas de prevención e higiene generales y por puesto de trabajo. Condiciones de reapertura post Covid en MQA” (Quirón prevención)**

12. SISTEMA DE VENTILACIÓN / CLIMATIZACIÓN:

- 12.1. Todo el sistema de climatización y ventilación de los diferentes espacios del edificio cuenta con UTAS (Unidades de tratamiento de Aire) independientes por espacios, que gestionan de forma automática las condiciones del aire:
- Temperatura
 - Humedad
 - Niveles de Co2 en ambiente
 - Tiempos de funcionamiento
- 12.2. Siempre que las condiciones de operación lo permitan se mantendrán las compuertas de recirculación cerradas trabajando con aire 100% exterior, dando prioridad a modo freecooling 100% aire exterior siempre que sea posible.
- 12.3. La ventilación y climatización de las salas Fitness, salas de actividades y vestuarios el funcionamiento es continuo desde una hora antes de la apertura del centro hasta una hora después del cierre.
- 12.4. Hemos incrementado en un 30% las renovaciones mínimas de aire exterior que establece el RITE (Reglamento de Instalaciones Térmicas de edificios) desde el comienzo de la pandemia. Con respecto a la renovación máxima siempre que las condiciones de operaciones lo permitan será de un 100% de renovación de aire exterior durante el mayor tiempo posible intentando en la manera de lo posible que el confort de los usuarios se vea afectado lo menos posible.
- 12.5. Sera prioritario rebajar en cierta medida el confort y la eficiencia energética frente a la salubridad durante la emergencia actual del COVID-19. Todos los espacios disponen de ventilación forzada que mueven volúmenes muy superiores a una ventilación natural además de repartirlo de forma homogénea a través de conductos por toda la estancia por igual.
- 12.6. Las unidades de tratamiento de aire disponen de recuperadores de calor y sistemas Free-cooling, son sistemas de que mejoran las condiciones de aire exterior en algún momento y condiciones de confort del usuario en el interior de forma automática. También es un sistema de eficiencia energética. Las unidades de tratamiento de aire están dotadas con dos sistemas de filtrado, una primera etapa con filtros de partículas G4 y una segunda con filtros de alta eficiencia F7 que filtran todo el aire que se introduce en las diferentes estancias desde el exterior o interior mejorando las condiciones de aire respecto a una ventilación natural.
- 12.7. El sistema de ventilación está trabajando a máxima potencia desde el comienzo de la pandemia.

13. ANEXOS: