

## CONSELLS I MESURES FEMECV DURANT L'ESTAT D'ALARMA

Després de l'entrada en vigor del Reial decret 463/2020, de 14 de març, pel qual es declara l'estat d'alarma per a la gestió de la situació de crisi sanitària ocasionada pel COVID-19, us informem d'una sèrie de consells i mesures a seguir pel col·lectiu federat.

### CONSELLS SANITARIS

---

Estan marcats per les autoritats competents en sanitat. Tenen com a objectiu frenar l'avanç de la pandèmia del Covid-19. Així mateix, minimitzar l'ús dels serveis sanitaris, per a no col·lapsar-los.

#### AUTOPROTECCIÓ

- Rentada freqüent de mans
- Evitar tocar-se ulls, nas i boca
- En tossir o esternudar, cobrir la boca i el nas amb el colze flexionat
- Usar mocadors d'un sol ús i tirar-lo després del seu ús
- Si presenta símptomes respiratoris evitar el contacte pròxim amb altres persones.

#### SÍNTOMES

- Davant qualsevol símptoma, pots realitzar-te un Autotest en: [http://coronavirusautotest.san.gva.es/autotest\\_es.html](http://coronavirusautotest.san.gva.es/autotest_es.html)
- Si tens problemes respiratoris greus, com a tos, febre o dificultat per a respirar, contacta 900 300 555 i sol·licita atenció mèdica.

### MESURES EN L'ESPORT I LA MUNTANYA.

---

El Reial decret, indica que queda limitada la lliure circulació de persones en el seu article 7 a uns motius específics que garanteixen les necessitats bàsiques i l'atenció primària. Per això, no està permès cap desplaçament d'oci en un entorn natural, ni la pràctica esportiva, establint-se, a més, sancions en el cas d'incompliment.

Per tant,

- Se suspelen les activitats esportives i d'oci, tant en espais tancats (rocòdroms, poliesportius...) com a oberts (recorreguts de carreres, senderes, zones d'escalada, vies ferrades...).
- En el cas d'haver de realitzar reunions directives o de gestió en el vostre Club, utilitzeu vies telemàtiques.
- Els viatges i excursions, no estan permesos.

## ASSEGUARANÇA D'ACCIDENTS A LA MUNTANYA

---

És per això que, des de l'entrada en vigor i mentre dure l'Estat d'Alarma declarat pel Govern (període inicial de 15 dies) no tindrà cobertura cap accident esportiu nou que es declare aquests dies.

No obstant això, sí que queda garantida l'assistència sanitària que hagen de rebre els federats per a la recuperació de lesions produïdes en accidents esportius patits amb anterioritat a l'entrada en vigor del Decret i de l'Estat d'Alarma.

Si bé, conforme a la situació sanitària es poden posposar consultes que no revisten el caràcter d'estrictament necessàries i preguem als federats paciència, ja que les cites i visites poden demorar-se donada la situació actual i més concretament en aquelles comunitats autònomes més afectades pel Covid19.

Adjuntem el document que ens envia ADESP, l'Associació de l'Esport Espanyol, amb recomanacions sobre les pòlisses d'assegurament.

## ATENCIÓ AL PÚBLIC

---

En aquests moments, i fins a un altre avís, les nostres oficines estan tancades al públic. El personal federatiu continuarà fent les seues tasques i funcions de manera regular i interna (en la mesura que siga possible a través de teletreball) intentant que es veja afectat el menys possible el treball diari i l'atenció a Clubs, federats i federades.

Les tramitacions de les llicències es realitzaran de manera on-line, així com la resta de les gestions, ja que s'atendrà de manera habitual per correu electrònic, telèfon i whatsapp, només en horari de demà, de 09h a 14h.

- Seu de València: 694 436 689
- Oficina d'Elx: 669 78 83 72

ESTEM VIVINT UNA SITUACIÓ EXTRAORDINÀRIA A NIVELL GLOBAL  
I LES DECISIONS PRESES PER LES AUTORITATS,  
EN UN EXERCICI DE RESPONSABILITAT,  
AFECTEN ELS NOSTRES HÀBITS QUOTIDIANS.  
COM A MUNTANYENCES,  
AMANTS DE LA NATURALESA I L'ESPORT A L'AIRE LLIURE,  
HEM DE REALITZAR UN ESFORÇ ENCARA MAJOR I PRESCINDIR DE L'ENTORN  
EN EL QUAL REALITZEM LA NOSTRA ACTIVITAT.  
SER CORRESPONSABLES D'AQUESTA SITUACIÓ I DE LES MESURES ADOPTADES,  
CONTRIBUIRÀ AL BÉ COMÚ.

[#coronavirus](#) [#joemquedeacasa](#) [#lamuntanyamespera](#)