

ASCEND OUTDOOR ADVENTURES PLAN DE PREPARACIÓN PARA LA COVID-19



Ascend Outdoor Adventures se compromete a proporcionar y promover un ambiente seguro y saludable para nuestro personal, voluntarios y participantes. Para garantizar que brindamos una experiencia segura y saludable, hemos desarrollado el siguiente Plan de Preparación COVID-19 que se implementará en todos los viajes al aire libre con Ascend Outdoor Adventures. El guía principal para cada viaje de aventura al aire libre es responsable de implementar este plan. Nuestro objetivo es mitigar el potencial de transmisión de COVID-19 en nuestros viajes de aventura al aire libre y en nuestras comunidades, y eso requiere una cooperación total entre nuestro personal, voluntarios, líderes de grupo y participantes. Solo a través de este esfuerzo cooperativo podemos establecer y mantener la seguridad y la salud de nuestro personal, voluntarios y participantes.

Los guías principales y asistentes son responsables de implementar y cumplir con todos los aspectos de este Plan de Preparación COVID-19. Los guías cuentan con el pleno apoyo de la Junta Directiva y el Director Ejecutivo de Ascend Outdoor Adventures para hacer cumplir las disposiciones de esta política.

Nuestro Plan de Preparación para COVID-19 sigue las pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y el Departamento de Parques y Vida Silvestre de Texas (TPWD), y aborda:

- La higiene y etiqueta respiratorio;
- Los controles de ingeniería y administrativos para el distanciamiento social;
- La limpieza, desinfección y descontaminación;
- La pronta identificación y aislamiento de las personas enfermas;
- Las comunicaciones y capacitación que se proporcionarán al personal y a los voluntarios; y
- La gestión y supervisión necesarias para garantizar la aplicación efectiva del plan.

EL PROPÓSITO

El propósito de este documento es describir las mejores prácticas que serán implementadas por Ascend Outdoor Adventures para mitigar el potencial de transmisión del COVID-19, y establecer un protocolo con respecto a aquellas prácticas que cumplirán con las pautas de los CDC, las pautas de TPWD y las recomendaciones actuales de esas entidades.

- Ascend Outdoor Adventures considera la salud de todo el personal, voluntarios y participantes mientras planificamos y guiamos las actividades de aventura al aire libre, mientras aplicamos las mejores prácticas para el distanciamiento social al aire libre.

LOS EXÁMENES DE SALUD E IDENTIFICACIÓN/AISLAMIENTO DE INDIVIDUOS ENFERMOS

Ascend Outdoor Adventures requiere que todo el personal, voluntarios y participantes examinarlos as sí mismo antes de cada viaje de aventura al aire libre. Ascend Outdoor Adventures proporcionará un cuestionario de examinarse.

El cuestionario debe completarse el día de la actividad de aventura al aire libre programada, o en el caso de un viaje de varios días, el primer día de la actividad de aventura al aire libre, y devolverse al guía principal.

Si experimenta fiebre, tos o síntomas respiratorios, las personas no deben asistir a ninguna aventura al aire libre con Ascend Outdoor Adventures. Las personas que desarrollan síntomas durante el curso de una actividad de aventura al aire libre serán aisladas. Si es posible, si la persona es menor de edad, se llamará a los padres y se les pedirá que recojan al participante. Cualquier personal o voluntario que haya experimentado síntomas deberá ponerse en cuarentena durante un período de dos semanas o deberá mostrar una prueba de una prueba negativa de COVID-19 antes de regresar para guiar aventuras al aire libre

EL ETIQUETTE RESPIRATORIO

Todo el personal, voluntarios y participantes de Ascend Outdoor Adventures son recordados e instruidos para practicar una buena etiqueta respiratoria.

- Cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o un pañuelo desechable al toser y estornudar. Deseche el pañuelo usado inmediatamente y lávese las manos con agua y jabón o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Mantener la distancia social. Si es posible, mantenga una distancia de 6 pies entre usted y los demás.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Se recomiendan las máscaras mientras se viaja hacia y desde el lugar de aventura al aire libre.
- Se requerirán máscaras al ingresar un edificio (es decir, para usar el baño) y cuando no se pueda mantener el distanciamiento social al aire libre.

LA HIGIENE DE MANOS

Se recuerda a todo el personal, voluntarios y participantes que practiquen una buena higiene de manos.

- Esto se puede hacer con un desinfectante a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol o lavándose las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Especialmente después de ir al baño; antes de comer; antes y después del contacto con otras personas; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Lávese siempre las manos con agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.

LOS CONTROLES DE EXPOSICIÓN

El CDC considera que las actividades recreativas al aire libre son un bajo riesgo de exposición. La mejor defensa en esta pandemia es el distanciamiento social de al menos 6 pies. El personal, los voluntarios y los participantes deben seguir las pautas de distanciamiento social.

- Máscaras: El uso de máscaras es para ayudar a contener y bloquear las gotitas de la boca al hablar, estornudar o toser para que no entren en el aire a su alrededor. Se entienden principalmente como una barrera física para evitar que las personas propaguen sus propios gérmenes nacidos de la boca y ayudan a prevenir la transmisión del virus a otras personas al disminuir la cantidad de virus suspendido en el

aire. Las máscaras no filtran el aire como un respirador o N95. Las máscaras que no sean N95 deben usarse como un suplemento para mantener distancias sociales seguras de 6 pies, lavarse las manos con frecuencia y no tocarse la cara.

El CDC aconseja usar máscaras en entornos públicos donde las medidas de distanciamiento social son difíciles de mantener. Si las personas pueden mantener una distancia de 6 pies de los demás, no se requiere una máscara.

- **Guantes:** Los guantes están diseñados para proteger sus manos al bloquear el peligro, como los productos químicos tóxicos que podrían absorberse a través de la piel. La piel de las manos es una buena barrera para el COVID-19. Con una buena higiene de manos, como lavarse las manos periódicamente durante todo el día, no hay necesidad de usar guantes. El personal o los voluntarios pueden usar guantes si Ascend Outdoor Adventures está sirviendo comida a los participantes.
- **Vehículos:** Debido a que hay espacio limitado en los vehículos y no es posible el distanciamiento social de 6 pies, Ascend Outdoor Adventures recomienda que el personal, los voluntarios y los participantes usen máscaras si viajan con personas fuera de su hogar. Ascend Outdoor Adventures no proporciona transporte para grupos o participantes individuales hacia o desde lugares de aventura al aire libre. Ascend Outdoor Adventures recomienda que se proporcione desinfectante de manos en cada vehículo.

LIMPIEZA/DESINFECCIÓN

Todo el equipo proporcionado por Ascend Outdoor Adventures se limpiará y desinfectará entre los viajes de aventura al aire libre. Durante el transcurso de una aventura al aire libre, el equipo no se compartirá entre los participantes, para minimizar el riesgo de transmisión de COVID-19.

PAUTAS ADICIONALES DE PARQUES Y VIDA SILVESTRE DE TEXAS

Lo siguiente se aplica a cualquier actividad de aventura al aire libre que tenga lugar en un parque estatal de Texas. Por favor, ayude a todos a mantenerse saludables siguiendo estas pautas temporales mientras están en el parque:

- Se requieren cubiertas faciales dentro de todos los edificios del parque estatal
- Mantenga al menos una distancia de seis pies de cualquier persona que no esté en su grupo.
- No se permiten grupos de más de 10 personas, excepto familias o personas que viven en el mismo hogar. (Para grupos mayores de 10, nos dividiremos en grupos de 10 o menos).
- Para obtener información adicional, consulte <https://tpwd.texas.gov/state-parks/park-information/keeping-you-healthy>

COMUNICACIÓN Y FORMACIÓN

Todo el personal, voluntarios y líderes de grupo recibirán este documento antes de cualquier viaje de aventura al aire libre programado. Todas las preguntas deben dirigirse a Jason Mann, el Director Ejecutivo de Ascend Outdoor Adventures en Jason@AscendOutdoor.com o al 512-965-9371.

ASCEND OUTDOOR ADVENTURES

CUESTIONARIO DE AUTOEXAMENARSE

PARA LA COVID-19



Este cuestionario debe completarse el día (o primer día) de la actividad de aventura al aire libre programada y devolverse al personal de Ascend Outdoor Adventures, junto con el formulario médico completado y la exención de responsabilidad.

NOMBRE: _____

NÚMERO DE TELÉFONO: _____

DIRRECIÓN ELECTRÓNICA: _____

1. ¿Ha tenido alguno de los siguientes síntomas en las últimas 24 horas?

	SÍ	NO
La tos		
dificultad para respirar		

2. ¿O al menos dos de los siguientes síntomas en las últimas 24 horas?

	SÍ	NO
La fiebre (generalmente 100.4 y arriba)		
El resfriado		
Los temblores repetidos con escalofríos		
El dolor muscular		
El dolor de cabeza		
El dolor de garganta		
Una nueva pérdida del gusto o del olfato		

3. ¿En los últimos 14 días, ha estado

	SÍ	NO
en contacto con alguien a quien se le diagnosticó COVID-19?		
en contacto cercano con alguien que tuvo síntomas de COVID-19?		
Viajó internacionalmente o hizo un crucero?		

Yo certifico lo mejor de mi conocimiento que esta información es exacta.

La firma _____

La fecha _____