



CICLE DE PASSEJADES PER A LA GENT GRAN ENS LOCALS DE CONTINUÏTAT EN EL PROJECTE (intercanvis)

DOCUMENT TRANSITORI:

ADAPTACIÓ NORMATIVA DE LES OBLIGACIONS DE PARTICIPACIÓ per a la contenció del brot epidèmic de la pandèmia de la COVID-19

MOTIVACIÓ DEL PROJECTE

- ✓ Esports de Diputació de Barcelona pretén oferir un element dinamitzador adreçat a la gent gran de tots aquells ajuntaments, consorcis locals o entitats municipals descentralitzades de la província que, tot acceptant el compliment dels requeriments de participació del Projecte, considerin que tenen un grup de persones d'aquest col·lectiu, suficientment capacitat per assolir l'activitat que es proposa.
- ✓ Els **REQUERIMENTS DE PARTICIPACIÓ** en el Projecte (assenyalats en aquest document amb aquest símbol: ▶▶) són una sèrie de **NORMES COMUNES que tots els responsables municipals s'han de comprometre a respectar per tal d'unificar criteris d'actuació** en quant el seu desenvolupament.

OBJECTIUS DEL PROJECTE

- ✓ Fomentar l'afecció entre la gent gran de realitzar caminades amb regularitat.
- ✓ Oferir a aquestes persones la possibilitat de conèixer diferents entorns geogràfics de la província i de viure la natura d'una forma totalment adaptada a les seves possibilitats.
- ✓ Afavorir les relacions interpersonals i de grup.
- ✓ Motivar l'aprenentatge i l'intercanvi de coneixements en relació amb el món natural.
- ✓ Complementar l'acció que, majoritàriament, es du a terme amb els diferents grups municipals d'activitat física adreçats a la gent gran.
- ✓ Incorporar preferentment la modalitat de la marxa nòrdica.

NOTA: la marxa nòrdica o *Nordic Walking*, es revela com una activitat física més efectiva que la de caminar sense bastons.

Consisteix en caminar seguint una tècnica concreta, basada en l'adopció d'una bona postura i la realització d'una biomecànica correcta de caminar que incorpora l'ús actiu d'un tipus específic de bastons.

**QUÈ ES PROPOSA
ALS ENS LOCALS
QUE JA HAN
FORMAT PART DEL
PROJECTE**

- ✓ La possibilitat de donar continuïtat a la seva participació en el Projecte CICLE DE PASSEJADES (sigui en la modalitat de marxa nòrdica o en la modalitat tradicional).
- ✓ Aquests ens locals seran considerats com a grups de CONTINUÏTAT i desenvoluparan la SEGONA FASE del projecte, consistent en la realització d'intercanvis entre els respectius grups municipals, que cada curs hauran de realitzar les caminades programades.
- ✓ La distribució en grups dels diferents ens locals, respectaran sempre el tipus de modalitat escollida: marxa nòrdica o tradicional).

NOTA:

- ▶▶ **En aquells ens locals que escullin la modalitat de marxa nòrdica, els/les responsables municipals hauran de procurar el seguiment majoritari de la pràctica autònoma de la marxa nòrdica per part de les seves usuàries i usuaris.**

**QUÈ CAL FER
PER PARTICIPAR ?**

- ✓ Els ens locals interessats en continuar formant part d'aquest Projecte, ho han de sol·licitar mitjançant la presentació de la corresponent fitxa específica que forma part de la documentació que la Gerència de Serveis d'Esports genera en el marc de la convocatòria del Catàleg de serveis que s'ofereix anualment.
- ✓ La no presentació d'aquesta fitxa no implicarà la impossibilitat de participar en el Projecte, tot i que si es produeix aquesta situació, caldrà sol·licitud escrita adreçada al Diputat d'Esports sol·licitant-ne la incorporació.
 - En aquest cas, no existeix la possibilitat d'atorgament de l'aportació econòmica d'Esports de la Diputació de Barcelona per aquest concepte.
- ▶▶ La sol·licitud de participació municipal en el projecte s'ha de vehicular des de la corresponent Regidoria d'Esports.
 - La gestió de la participació del grup es pot compartir amb altres regidories municipals.
- ▶▶ Cada ens local podrà participar amb un grup que haurà d'estar format per un **màxim de 54 persones** (gent gran) i un **mínim de 2 persones acompanyants** (monitors/es), essent una d'elles el/la responsable tècnica del grup.
 - El nombre màxim de participació es pot acomodar a la capacitat d'un autocar d'un pis (no s'accepten els autocars de dos pisos).
 - Si el grup és més gran, un ens local podrà sol·licitar la incorporació d'un segon grup (mitjançant escrit adreçat al Diputat d'Esports).
- ▶▶ La gestió d'aquest nou grup serà paral·lela i independent de l'altre grup del mateix ens local (amb els mateixos requeriments de participació i **l'obligació de presentar**

(...) QUÈ CAL FER
PER PARTICIPAR ?

un recorregut diferent).

- **Aquest segon grup no pot rebre cap tipus d'ajut econòmic per part de la DIBA.**
- ▶▶ En compliment del Decret 58/2010, de 4 de maig, de les entitats esportives de Catalunya, totes les persones que participin en les diferents passejades d'intercanvis municipals del Cicle de Passejades, així com en la Jornada de cloenda de final de curs, han de disposar de la llicència esportiva corresponent o, en el seu defecte, l'ens local ha de subscriure **una pòlissa d'assegurances de responsabilitat civil** i una **pòlissa d'assegurança d'accidents**, col·lectiva o individual, amb la cobertura que estableix l'article 152 a favor dels practicants que desenvolupen les esmentades activitats.
- ▶▶ Abans de l'inici de cada curs, cal fer arribar a la Gerència de Serveis d'Esports de la Diputació de Barcelona el corresponent document que així ho acrediti (segons model que es facilita).
 - La pòlissa d'assegurança d'accidents ha de cobrir l'assistència sanitària per a aquells supòsits derivats de l'activitat desenvolupada, **sense límit d'edat**.
- ▶▶ Tots els ens locals participants en el projecte han de nomenar una **persona referent de gestió** que serà l'interlocutor/a entre el propi ens i la persona de la Gerència de Serveis d'Esports de la Diputació de Barcelona que dugui la responsabilitat tècnica del projecte.
 - Aquest/a referent de gestió (o persona en qui pugui delegar en cas de necessitat) tindrà la responsabilitat de:
 - ▶▶ Fer arribar en els terminis requerits a l'Oficina d'Activitats Esportives de la Gerència de Serveis d'Esports de la Diputació de Barcelona (OAE.passejades@diba.cat) tota la documentació relativa al desenvolupament i la gestió del projecte en totes les seves fases i moments.
 - ▶▶ Participar en les reunions de treball a les que pugui ser convocat/ada.

**CARACTERÍSTIQUES
GENERALS**

- ✓ Les passejades es desenvolupen en dies laborables.
- ✓ S'han d'iniciar sobre les **9.00 h** del matí i han de finalitzar cap a les **13.00 h** (cal calcular el temps de trajecte des de l'ens d'origen fins el lloc on s'ha de desenvolupar la passejada i viceversa).
- ✓ Es procura que el recorregut sigui totalment adaptat a les possibilitats i les necessitats del col·lectiu de gent gran; per tant, majoritàriament, és suau i assequible.

NOTA: en alguna proposta, degut a l'orografia d'alguns dels ens que hi participen, aquest fet es presenta més complicat, però sempre s'informa de la circumstància i es procura incorporar mesures correctores: reducció de ritme, aturades més prolongades, etc.
- ✓ La passejada ha de discórrer per pistes forestals o camins de muntanya, reduint el màxim possible els trams urbans.

NOTA: aquest aspecte també pot variar en funció de les possibilitats que presenten els diferents ens locals

CARACTERÍSTIQUES
GENERALS

ELS PARTICIPANTS
HAN DE DUR:

participants en quant a les característiques del seu territori.

- ✓ Es camina un total aproximat de 3 - 4 hores i durant el recorregut, es van realitzant diverses parades.
- ✓ Les distàncies a recórrer que es plantegen no seran majors de 9-10 km. ni, en cap cas, menors de 6 km.
- ▶▶ Es considera **molt important** que les persones que hi participin, estiguin acostumades a realitzar activitat física de manera regular i/o siguin capaces de mantenir un mínim esforç físic de manera continuada.
 - Els/les monitors/es que acompanyen el grup han de conèixer i valorar (el màxim possible) les capacitacions físiques de les persones a les que formaran part del grup.
- ▶▶ Les dues persones que acompanyaran el grup, hauran d'acreditar haver realitzat, com a mínim, el taller pràctic d'ensenyament de la tècnica de la marxa nòrdica organitzat per l'OAE d'Esports de Diputació de Barcelona, o alguna titulació superior o similar **de marxa nòrdica**.

▪ **EQUIPAMENT:**

- calçat apropiat.
- roba còmoda i apropiada a la climatologia del dia de la passejada.
- protecció pel cap (gorra).
- motxilla petita.
- cantimplora.
- **bastons de marxa nòrdica**

NOTA:

- ▶▶ Les persones dels grups d'INTERCANVIS han de dur bastons de marxa nòrdica propis o cedits pels seus respectius ens locals. **Els responsables de l'ens hauran de vetllar pel compliment d'aquest aspecte.**

▪ **ALIMENTACIÓ:**

- han de dur:
 - **aliments per a UN àpat: esmorzar.**
 - **aigua (mínim 0,5 litres).**

**PARTICIPACIÓ EN
EL PROJECTE
(intercanvis)**

**PARTICIPACIÓ EN
EL PROJECTE
(intercanvis)**

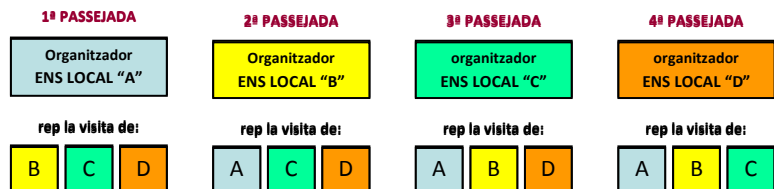
- ✓ Correspon a la **continuïtat de participació en el Projecte durant els cursos posteriors** (octubre – maig)
 - Si algun ens local es dona de baixa del Projecte en algun moment i sol·licita tornar a formar part del mateix, s'incorporaria directament en aquesta segona fase.

- ▶▶ Els responsables de l'ens local hauran de fer arribar a la Gerència de Serveis d'Esports de la DIBA les següents dades de la persona referent de gestió:
 - Nom i cognoms.
 - E-mail.
 - Telèfons útils de contacte.

- Si els responsables de l'ens local ho desitgen, es poden incloure més persones en el mailing que puguin rebre la informació que es generi, relativa a la gestió del Projecte.

- ✓ El total dels ens locals que participen en el projecte, a partir del seu segon curs de participació, són dividits en grups de quatre ens (poden ser de tres si el total d'ens locals participants no és múltiple de quatre), que realitzaran intercanvis entre si.

- ▶▶ Cada ens local ha d'organitzar la "seva" passejada, fent d'amfitrió dels altres tres ens del seu grup.



- En funció d'aquest esquema, cada curs es continuen fent quatre passejades (en els grups de quatre ens): la pròpia, més les que han d'organitzar, en el seu entorn, els altres tres ens locals que conformen el grup.

- Cada curs s'intenta variar el màxim possible la composició dels grups.

- ▶▶ Realitzar el total de les passejades, intentant "fidelitzar" el màxim possible la participació dels usuaris en el Programa.

- ▶▶ Assumir la despesa del transport del grup a les passejades en les que el grup es desplaça.

- L'autocar ha d'estar a disposició del grup durant tota la jornada.

- ▶▶ Assegurar el màxim grau d'eficàcia a l'hora d'organitzar la passejada pròpia, atenent el màxim possible els criteris de seguretat, tot assumint la despesa bàsica que comporti l'esmentada organització.

(...) SEGONA FASE: **AUTOGESTIÓ DEL GRUP**

- ▶▶ Acordar el calendari de desenvolupament de les quatre passejades entre els referents de gestió de cadascun dels ens locals i comunicar les dates corresponents a l'Oficina d'Activitats Esportives de la DIBA (OAE.passejades@diba.cat).
- ▶▶ Cal pensar que es tracta d'una activitat FÍSICO-ESPORTIVA, que es desenvolupa en el MEDI NATURAL.
- ▶▶ ~~Qualsevol activitat "complementària" de tipus cultural, turística, ... que es pugui incorporar a la jornada, no pot anar en detriment d'aquesta prioritat~~
- ~~Globalment, no poden superar una durada de 30'.~~

(...) SEGONA FASE: **JORNADES D'INTERCANVIS**

ASPECTES ORGANITZATIUS PREVIS A CADA JORNADA

Ens local amfitrió (organitzador)	▶▶ Fer arribar a la resta d'ens locals del grup la informació completa relativa a la passejada a realitzar, amb temps suficient de gestió.
Ens locals participants	▶▶ Fer arribar a l'ens local organitzador tota la informació relativa a la participació del seu grup, amb temps suficient de gestió. ▶▶ Comunicar qualsevol variació en quant a les dades facilitades.

ASPECTES ORGANITZATIUS DURANT LA JORNADA

Ens local amfitrió (organitzador)	<ul style="list-style-type: none"> ▶▶ Complimentar els carnets de participant i fer el traspàs dels carnets sobrants al següent ens local organitzador. ▶▶ Assegurar la prestació d'aquells aspectes d'obligat compliment per a un correcte desenvolupament de la passejada: <p>ASPECTES DE SEGURETAT</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶▶ Presència de Creu Roja ▶▶ Presència de Guàrdia urbana o Policia local <ul style="list-style-type: none"> ○ Cas que sigui necessària la seva presència (talls de trànsit,...) ▶▶ Presència de Protecció Civil <ul style="list-style-type: none"> ○ En funció de la necessitat i/o la disponibilitat.
-----------------------------------	---

<p>(...) SEGONA FASE:</p>	<p>Ens local amfitrió (organitzador)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶▶ Utilitzar el joc de walkie-talkies cedit per Esports de Diputació de Barcelona per tal d'assegurar la comunicació entre el cap i la cua del total de grups participants durant la passejada. <ul style="list-style-type: none"> ○ Un cop finalitzada la jornada, fer el traspàs del joc de walkie-talkies al responsable de l'ens local que haurà d'organitzar la següent passejada. <p>ASPECTES D'ORGANITZACIÓ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶▶ A l'arribada dels visitants, facilitar la utilització de serveis sanitaris (sempre i quan sigui possible). <ul style="list-style-type: none"> ○ Cas que no hi hagi cap possibilitat, avisar als altres ens locals d'aquesta situació. ▶▶ Durant el recorregut NO hi ha d'haver cap punt d'avituallament d'aigua, però si que cal preveure aturades per hidratació (espai ampli que permeti manteniment de distàncies). ▶▶ Adequar un espai amb taules i cadires pel dinar dels participants. ▶▶ Cal facilitar aigua a tots els participants a l'hora de dinar. ▶▶ No es permet el lliurament d'obsequis als participants dels altres ens locals (samarretes o qualsevol altre tipus de productes). ▶▶ No es permet el subministrament, l'expedició o la venda de begudes alcohòliques en cap moment de la jornada.
	<p>Ens locals participants</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▶▶ S'haurà de garantir la traçabilitat dels grups, així com de les persones participants mitjançant la protocol·lització de les mesures que permetin identificar les persones participants, tenir el control de la simptomatologia clínica i dels seus possibles contactes de risc. ▶▶ Les persones que participin en l'activitat haurien de declarar responsablement que en els darrers 14 dies no s'ha tingut cap simptomatologia compatible amb la COVID-19, no haver estat positiu, no haver conviscut amb persones que ho hagin estat, ni haver tingut contacte estret amb persones afectades per la mateixa. ▶▶ D'altra banda, cas de tenir símptomes o haver estat positiu posteriorment, serà preceptiu informar d'aquest fet al responsable de gestió municipal.

		<ul style="list-style-type: none"> ○ La recollida d'aquesta informació té com a única finalitat el poder gestionar la traçabilitat, risc de contagi per COVID-19 i altres mesures sanitàries previstes. ○ Els participants podran sol·licitar l'accés, rectificació, supressió o la limitació del tractament de les seves dades d'acord amb la legislació vigent de protecció de dades de caràcter personal. <ul style="list-style-type: none"> ▶▶ Respectar íntegrament l'horari proposat a cadascuna de les caminades. ▶▶ Garantir la presència d'almenys dues persones responsables-acompanyants del grup, que durant la passejada hauran de reforçar la tasca dels guies que aporta l'ens local amfitrió. ▶▶ Aquestes persones hauran de col·laborar en tot allò que els sigui possible, o que els requereixi l'organització, per tal de millorar el desenvolupament de la jornada. ▶▶ La persona responsable del següent ens local organitzador, haurà de vetllar pel traspàs del joc de walkie-talkies.
	PARTICIPANTS	<ul style="list-style-type: none"> • Es recomana preservar, sempre que sigui possible, la distància física interpersonal de 1,5 m en general, amb l'equivalent a un espai de seguretat de 2,5 m² per persona. • L'ús de la mascareta serà obligatòria quan: <ul style="list-style-type: none"> ○ Estant a l'aire lliure no es pugui mantenir una distància mínima d'1,5 metres amb persones no convivents. ○ Als desplaçaments en bus. ○ En altres situacions, a criteri de l'organitzador, sempre que consideri que hi ha una situació potencial de risc de contagi. • Cal abstenir-se en el moment de la passejada de realitzar accions que comportin treure's la mascareta (quan aquesta sigui obligatòria), com menjar, etc.
ASPECTES ORGANITZATIUS POSTERiors A CADA JORNADA		
	Ens local amfitrió (organitzador)	▶▶ Enviar a l'Oficina d'Activitats Esportives de la DIBA (OAE.passejades@diba.cat) el formulari d'avaluació corresponent, facilitant les dades de participació i l'autoavaluació corresponent.

	Ens locals participants	▶▶ Enviar a l'Oficina d'Activitats Esportives de la DIBA (OAE.passejades@diba.cat) el formulari d'avaluació corresponent, facilitant les dades de participació i els comentaris pertinents.
--	-------------------------	--

INFORMACIÓ GENERAL:

OFICINA D'ACTIVITATS ESPORTIVES - DIPUTACIÓ DE BARCELONA

José Luis García Aragón

Tel. 639 955 030

(telèfon de contacte en situació de teletreball per motius de la pandèmia de la COVID-19)

OAE.passejades@diba.cat