

D./D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, con DNI/pasaporte en vigor número: \_\_\_\_\_, y teléfono de contacto: \_\_\_\_\_, en mi condición de padre/madre/tutor/tutora de D./D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_, con DNI/pasaporte en vigor número: \_\_\_\_\_ o en su defecto fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_, por la presente

#### AUTORIZO:

1) A su inscripción en el programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2017/18" organizado por la Diputación de Almería, y a su participación en el contenido de **Encuentros Educativos de Promoción Deportiva** y en cuantas actividades sean convocadas en la modalidad de \_\_\_\_\_. Igualmente, manifiesto mi consentimiento para que realice salidas fuera de la localidad para participar en las citadas actividades deportivas.

2) A que la Diputación de Almería puede realizar y usar fotografías y/o grabaciones de los participantes, durante las actividades deportivas citadas en el punto anterior, en las que pueda aparecer, para la memoria y difusión de la actividad, sin derecho por parte del participante a recibir compensación económica alguna.

3) A que los datos personales recogidos en este formulario sean tratados e incorporados al fichero denominado: Gestión de actividades deportivas, inscrito en la Agencia de Protección de Datos española (www.agpd.es), todo ello con la finalidad de Gestión de las Actividades de Fomento, Animación y Promoción del Deporte a Nivel Provincial. El órgano responsable del fichero es la Diputación de Almería con domicilio en calle Navarro Rodrigo, nº 17, 04071 Almería, ante el cual podrá ejercer sus derechos ARCO (acceso, cancelación, rectificación y oposición), dirigiendo un escrito a la Sección de Organización a la dirección mencionada, o en www.dipalme.org en tramites electrónicos seleccionando nuevo trámite de Protección de Datos Personales -- Ejercicio Derechos ARCO, todo lo cual se informa en cumplimiento del artículo 5 de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal (ref. "tratamiento de datos"), indicando su nombre, dirección y petición.

#### A SU VEZ DECLARO:

a) Que conozco y acepto la normativa general del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2017/18", las bases específicas del contenido correspondiente, así como normativa técnica y características de la modalidad en cuestión; y que el/la autorizado/a sabe que debe aceptar las normas de seguridad y de comportamiento que le sean indicadas por los responsables del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2017/18" y que dispongan para cada una de las actividades y competiciones convocadas, autorizando a los responsables a imponer su criterio y eximiéndoles de toda responsabilidad en caso de cualquier incidencia o accidente producidos durante la práctica deportiva y, en su caso, durante los correspondientes desplazamientos que del incumplimiento de aquellas se pueda derivar.

c) Que le han sido administradas las vacunas que le corresponden por su edad y que, previa consulta médica realizada, no padece enfermedad, alergias u otras causas que puedan desaconsejar su participación con normalidad en las actividades programadas dentro del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2017/18". En caso de padecer algún tipo de enfermedad que, aún permitiéndole la práctica de las actividades de referencia, necesite de medidas preventivas especiales deberá especificarlas y adjuntar el correspondiente informe médico en el que se recojan las recomendaciones al respecto.

d) Que reúne las condiciones físicas y requisitos médicos necesarios para la realización de las actividades previstas. Expreso mi consentimiento para que, en su caso, pueda ser inscrito en equipos de una o más categorías superiores a la suya del mismo municipio y modalidad deportiva, y que soy consciente de los riesgos que esto puede implicar. Hago extensible esta autorización al personal afecto al programa para que, en caso de máxima urgencia, con el consentimiento y prescripción médica oportuna, tomen las decisiones médico-quirúrgicas necesarias si ha sido imposible mi localización.

e) Que conozco que la cobertura del riesgo de accidentes derivado de la práctica en estas actividades y competiciones deportivas del programa "JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES 2017/18" **no lleva implícito tener un seguro de accidentes**, corriendo a cargo del participante los gastos médicos por lesión de accidente a través de la Seguridad Social o Seguros Privados, según art. 6.3 del Decreto 6/2008 de 15 de enero por el que se regula el deporte en edad escolar en Andalucía y art. 16.2 de la Orden de 11 de enero de 2011 por el que se regula el Plan de Deporte en Edad Escolar de Andalucía.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Fdo.- \_\_\_\_\_

## Recomendaciones sobre protección para todo tipo de actividades deportivas

### Recomendaciones Generales

- Realizar controles médicos básicos previos. Hacer revisiones periódicas.
- Adquirir hábitos posturales correctos.
- Ejecutar el ejercicio con moderación.
- Hidratar durante el ejercicio (si es posible) y después del mismo.
- No competir si el nivel de entrenamiento previo es insuficiente.
- No ejecutar movimientos demasiados bruscos.
- No usar sustancias, métodos y elementos farmacológicos prohibidos en la legislación vigente.
- Preparar una competición con antelación y adaptarse progresivamente a sus circunstancias.
- Realizar calentamientos y estiramientos minuciosos antes y después del entrenamiento.
- Trabajar por sensaciones corporales más que por objetivos, metas o cronos.
- Usar ropa y calzado seguros, confortables, cómodos y adecuados a cada tipo de ejercicio.
- Utilizar las medidas de prevención para evitar rozaduras, esguinces, tendinitis, etc.
- Vigilar la alimentación y el descanso.
- Seguir las indicaciones y recomendaciones en el uso de la instalación (zonas de estancias, vestuarios, gradas y zonas deportivas).
- Verificar que las instalaciones y sus elementos deportivos se encuentren en adecuadas condiciones higiénicas y de uso para evitar enfermedades y accidentes (porterías, canastas, aparatos y elementos de musculación, vestuarios, espacios deportivos, etc.)

### Recomendaciones para actividades al aire libre

- A menor latitud y mayor altura, mayor radiación solar.
- Educar y proteger adecuadamente a los niños y jóvenes de la radiación solar.
- Considerar la existencia de superficies reflectantes: nieve, agua, arena, hierba, asfalto, etc.
- Evitar la exposición al sol entre las 13 y las 17 horas.
- En verano, evitar hacer ejercicios en las horas centrales del día.
- No aplicarse colonias o productos perfumados antes de la exposición al sol.
- No utilizar cremas bronceadoras intensificadoras de los efectos nocivos de las radiaciones solares.
- Usar filtro solar, aunque el día esté nublado.
- Usar filtro solar adecuado antes de cada exposición, aplicándolo entre media y una hora antes de la exposición y repetirlo cada dos horas (o después de nadar o sudar).
- En actividades en el mar, utilizar chalecos salvavidas y seguir las instrucciones de los técnicos deportivos en todo momento.
- En actividades de montaña, mar y nieve es recomendable el uso de gafas de sol para la protección contra los rayos solares.

### Recomendaciones para actividades en piscinas

- Abrigarse correctamente al entrar y salir de la piscina.
- Cuidar las condiciones higiénicas de las toallas y secarse bien todo el cuerpo al salir de la zona de vasos.
- Ducharse antes de entrar a la piscina e inmediatamente después de salir.
- Exigir unas adecuadas condiciones higiénicas sanitarias de la instalación: temperatura, color, olor, limpieza...
- Evitar tragar agua de la piscina e incluso que entre en la boca.
- Usar calzado adecuado para estar en la instalación.
- Utilizar gafas acuáticas de protección para evitar afectaciones oftalmológicas.
- Seguir las recomendaciones y obligaciones que realicen estas instalaciones acuáticas en temas de seguridad y salud.