

ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΕΡΑΣΙΤΕΧΝΙΚΟΥ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ ΕΠΟ
ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ- ΕΠΙΣΗΜΩΝ-ΦΙΛΙΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ

Αγαπητοί ποδοσφαιριστές και ποδοσφαιρίστριες, αγαπητοί υπεύθυνοι των σωματείων,

Οι λοιμώξεις με τον COVID -19 συνεχίζουν να μας απασχολούν καθημερινά. Σε καμία περίπτωση δεν μπορούμε να αγνοήσουμε αυτή την πραγματικότητα. Γι αυτό το λόγο θα πρέπει να κάνουμε μια προσπάθεια να προσαρμοστούμε στα δεδομένα που αλλάζουν καθημερινά με στόχο την μείωση μιας πιθανής μόλυνσης.

Αυτή η προσπάθεια μπορεί να πετύχει μόνο σε συνεργασία με τις υπεύθυνες υγειονομικές υπηρεσίες της χώρας μας.

Το παρακάτω υγειονομικό πρωτόκολλο αποτελεί μια κατευθυντήρια γραμμή για όλα τα σωματεία τα οποία θα είναι υποχρεωμένα να εφαρμόσουν όλα τα μέτρα που αναφέρονται παρακάτω, ούτως ώστε να γίνει δυνατή η επανέναρξη του ερασιτεχνικού ποδοσφαίρου υπό τις καλύτερες δυνατές προϋποθέσεις λαμβάνοντας υπόψη τα καθημερινά προβλήματα. Για την καλύτερη κατανόηση και εφαρμογή των προτεινόμενων μέτρων συστήνεται ο διαχωρισμός της κάθε αθλητικής εγκατάστασης σε τρεις ζώνες



Ζώνη 1: αφορά το καθαρά αγωνιστικό μέρος

Ζώνη 2: αφορά τα αποδυτήρια

Ζώνη 3: αφορά τον προσβάσιμο ελεύθερο χώρο γύρω από την αθλητική εγκατάσταση

Πιθανές εγκαταστάσεις γύρω από τη Ζώνη 3 (κυλικεία, καντίνες κ.α) υπόκεινται στα ισχύοντα πρωτόκολλα των υπεύθυνων υγειονομικών υπηρεσιών.

Γενικοί κανόνες

1. Στις Ζώνες 1 και 2 είναι υποχρεωτική η απόσταση του 1,5-2m (μέτρων) μεταξύ των ατόμων και να διαθέτουν επίσης **μοριακό (RT-PCR) 24-48 ώρες πριν τον αγώνα ή με άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) την ημέρα του αγώνα ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ώρο πριν τον αγώνα**
2. Στην Ζώνη 3 είναι υποχρεωτική η απόσταση του 1,5 -2m (μέτρων) μεταξύ των ατόμων
3. Απαγορεύονται οι πανηγυρισμοί με σωματική επαφή (εναγκαλισμοί, χειραψίες)
4. Να τηρούνται οι κανόνες σωστής υγιεινής συμπεριφοράς σε περίπτωση βήχα, φτερνίσματος (χρήση χαρτομάντηλου, χρήση του αγκώνα του χεριού για το βήξιμο)
5. πλύσιμο χεριών με σαπούνι (τουλάχιστον για 30 δευτερόλεπτα) ή/και απολύμανση χεριών
6. αποφεύγονται φτυσίματα και απέκκριση υγρών από τη μύτη στους αθλητικούς χώρους
7. Υποχρεωτική χρήση μάσκας από όλους , εκτός των αθλητών ΜΟΝΟ κατά την διάρκεια της άθλησης.
8. Η θερμομέτρηση είναι υποχρεωτική για κάθε εισερχόμενο στις εγκαταστάσεις και με θερμοκρασία πάνω από 37 δεν θα του επιτρέπεται η είσοδος
9. ΟΙ αθλητές, διαιτητές, παρατηρητές και όσοι εισέρχονται στις ζώνες 1 & 2 υποχρεωτικά θα υποδεικνύουν ταυτότητα και αρνητικό test αντιγόνου για COVID 19 για να τους επιτραπεί η είσοδος.
10. Ποδοσφαιριστές έχουν δικαίωμα συμμετοχής μόνο αν τηρούν τις νομικές προϋποθέσεις για άθληση όπως αυτές περιγράφονται από την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού και συμπληρώνοντας τα σχετικά έντυπα που είναι αναρτημένα στο(<https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports>).

Υποπτα κρούσματα

Σε περίπτωση που οποιοδήποτε άτομο αναφέρει συμπτώματα πυρετού, βήχα, δύσπνοιας, μυαλγίας, διάρροιας, πονόλαιμου, ανοσμίας ή υπέρμετρης κόπωσης, δε θα του επιτρέπεται η είσοδος στην αθλητική εγκατάσταση και θα του δίνονται συστάσεις επικοινωνίας με τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομάδας του ή με τον ΕΟΔΥ εφόσον αφορά άλλο προσωπικό . Τα παραπάνω μέτρα ισχύουν και όταν υπάρχουν παρόμοια συμπτώματα και σε μέλη του στενού περιβάλλοντος των παραβρισκόμενων στην εγκατάσταση. Εάν υπάρξει θετικό τεστ, ισχύουν όλοι οι περιορισμοί που εφαρμόζονται από τις υγειονομικές υπηρεσίες της περιοχής. **Επιβάλλεται οπωσδήποτε καραντίνα 10 ημερών για το άτομο με το θετικό τεστ.** Το ίδιο ισχύει σε περίπτωση θετικού τεστ ατόμου του στενού περιβάλλοντος των

παραβρισκόμενών στην εγκατάσταση. **Επισημαίνεται ότι με πάνω από πέντε (5) θετικά κρούσματα αθλητών ο αγώνας αναβάλλεται.**

Σε περίπτωση ύποπτου κρούσματος ο Ιατρός του Συλλόγου ή της Ομάδας θα πρέπει να ενημερώνεται άμεσα, είτε τηλεφωνικά είτε μέσω εφαρμογής κινητού τηλεφώνου, για κάθε ύποπτο σύμπτωμα (πχ πυρετό, κόπωση, βήχα, δύσπνοια, ανοσμία) αθλητή ή προσωπικού ή παράγοντα ή μέλους οικογένειας των προηγουμένων κρούσματος και να ακολουθούνται οι νέες οδηγίες της Γ.Γ.Α. όπως αυτές περιγράφονται στο παρακάτω σύνδεσμο και εκπονήθηκαν σε συνεργασία με τον ΕΟΔΥ .

[Επικαιροποιημένες Οδηγίες για τη διαδικασία ελέγχων COVID-19 και για τη διαχείριση κρούσματος στον αθλητισμό \(13/03/2021\)](#)

Για την επάνοδο του αθλητή στις αθλητικές δραστηριότητες μετά την καραντίνα χρειάζεται γνωμάτευση καρδιολόγου ότι ο εν λόγω αθλητής μπορεί να αθληθεί κανονικά και να εκδίδεται νέα Κάρτα Υγείας Αθλητή από ειδικευμένο καρδιολόγο.

Επιπροσθέτως, να τηρούνται οι Οδηγίες της Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρείας για την επιστροφή των αθλητών μετά από λοίμωξη από τον ιό όπως αυτές αναφέρονται παρακάτω:

[Οδηγίες Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρείας για επιστροφή στην άθληση μετά από λοίμωξη COVID19 \(31/12/2020\)](#)

Οργανωτικά θέματα

1. Υποχρεωτικός εβδομαδιαίος προληπτικός έλεγχος με test αντιγόνου για COVID 19 από διαπιστευμένα εργαστήρια πριν ξεκινήσουν οι προπονήσεις.
2. Των διευκρινιστικών οδηγιών της Γ.Γ.Α. κατόπιν των συστάσεων της Επιτροπής εμπειρογνομόνων του Υπ. Υγείας, ότι στην αγωνιστική περίοδο το εβδομαδιαίο τεστ αντιγόνου για COVID-19 συστήνεται να διενεργείται 24-48 ώρες πριν από ΚΑΘΕ αγώνα. **Συγκεκριμένα, ο έλεγχος πριν από τους αγώνες να είναι μοριακός (RT-PCR) 24-48 ώρες πριν τον αγώνα ή με άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) την ημέρα του αγώνα ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ώρο πριν τον αγώνα.** Αν έχει προγραμματιστεί ταξίδι, τα αποτελέσματα του τεστ θα πρέπει να είναι γνωστά πριν την ομαδική μετακίνηση της ομάδας, οπότε το τεστ μπορεί να γίνει έως και 36 ώρες πριν. Στις ομαδικές μετακινήσεις συστήνεται η χρήση διπλής μάσκας.
3. **Επισημαίνεται ότι η αναβολή αγώνα προκύπτει μετά από 5 θετικά κρούσματα. Επιπλέον με 5 ή περισσότερα κρούσματα σε δύο διαδοχικούς ελέγχους αναστέλλονται οι ομαδικές προπονήσεις για 7 ημέρες.** (επίσης δεν ισχύει η αναφορά σε καραντίνα 14 ημερών του κρούσματος, καθώς είναι 10 ημέρες)

4. Αναβολή αγώνα γίνεται μόνο όταν στο προγραμματισμένο έλεγχο 24 ή 48 ώρες πριν τον αγώνα διαπιστωθούν πάνω από **πέντε (5) θετικά κρούσματα** σε αθλητές.
5. Προηγούμενα κρούσματα σε αθλητές σε ελέγχους μέσα στην εβδομάδα λόγω συμπτωμάτων ή στενής επαφής με κρούσμα βάζουν την ομάδα σε αυξημένη επιτήρηση αλλά δεν προσμετρώνται για αναβολή αγώνα.
6. Κρούσματα σε προπονητές, ιατρικό και λοιπό τεχνικό προσωπικό που θεωρούνται προστατευμένες επαφές, αντιμετωπίζονται με απομόνωση χωρίς να επηρεάζουν την ομάδα.
7. Καθημερινή ενεργητική επιτήρηση για τυχόν συμπτώματα.
8. Εφαρμόζονται τα ισχύοντα μέτρα των υγειονομικών υπηρεσιών της περιοχής
9. Ορισμός από τον σύλλογο ενός υπεύθυνου COVID-19 που είναι υπεύθυνο για την εφαρμογή του υγειονομικού πρωτοκόλλου και λεπτομερείς ενημέρωση – εκπαίδευση από το άτομο αυτό όλων των αναμειγνυομένων (ποδοσφαιριστών, προπονητών, βοηθητικού προσωπικού, παραγόντων) για την τήρηση των κανόνων του πρωτοκόλλου. Η ενημέρωση επεκτείνεται και στα μέλη της φιλοξενούμενης ομάδας αναφορικά με ιδιαιτερότητες της αθλητικής εγκατάστασης.
- 10. Οι ομάδες θα αποστέλλουν στην Ομοσπονδία, σε συγκεντρωτικό πίνακα τα εβδομαδιαία τεστ που διενεργήθηκαν, και η Ομοσπονδία θα ενημερώνει κάθε εβδομάδα την ΓΓΑ και την Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή (στο email covid19@gga.gov.gr) για το σύνολο των τεστ που διενεργήθηκαν, αποστέλλοντας συγκεντρωτικό πίνακα για όλες τις ομάδες, ανά κατηγορία/πρωτάθλημα.**
11. Συγκεκριμένο ωράριο προπόνησης και μόνο μία προπόνηση την ημέρα.
12. Συγκεκριμένο μοναδικό χώρο προπόνησης.
13. Ονομαστική λίστα παικτών-προπονητών -τεχνικού προσωπικού (έως 25 άτομα συνολικά) για τις προπονήσεις.
14. Άτομα που θα βρίσκονται στη Ζώνη 3 ενημερώνονται για το πρωτόκολλο μέσω της ανάρτησής του στην είσοδο της εγκατάστασης
15. Η αθλητική εγκατάσταση θα πρέπει να είναι εφοδιασμένη σε όλες τις εισόδους και εξόδους με κατάλληλα μέσα για πλύσιμο των χεριών ή απολύμανση.

Ο μέγιστος αριθμός των παρευρισκόμενων ανά πάσα στιγμή σε ποδοσφαιρικό γήπεδο (προπόνηση, επίσημος ή και φιλικός αγώνας) δεν θα πρέπει να ξεπερνά τα ογδόντα (80) άτομα. Επίσης, για την καταγραφή εισερχομένων-εξερχομένων στις αθλητικές εγκαταστάσεις γίνεται υποχρεωτικά χρήση του εντύπου [Κατάλογος εισερχομένων-εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση \(από 06/04/2021\)](#)

Το αρχείο διατηρείται στην εγκατάσταση για λόγους ιχνηλασιμότητας για 14 ημέρες. Συστήνεται να χρησιμοποιείται μία είσοδος και έξοδος (η ίδια) στην εγκατάσταση για τον έλεγχο των παρευρισκόμενων.

16. Εάν και εφόσον κρίνουν οι τοπικές υγειονομικές αρχές διαφορετικά τότε ισχύει η απόφασή τους.

Άτομα κατά ζώνες

Ζώνη 1:

- A) αθλητές -τριές, τεχνικές και ιατρικές ομάδες και βοηθητικό προσωπικό
 - B) διαιτητές
 - Γ) τραυματιοφορείς
 - Δ) υπεύθυνοι εφαρμογής υγειονομικού πρωτοκόλλου
 - E) πιθανά διαπιστευμένοι δημοσιογράφοι, φωτογράφοι
- Θα πρέπει να τηρούνται οι αποστάσεις και να χρησιμοποιείται η προστατευτική μάσκα από όσους δεν συμμετέχουν ενεργά στον αγώνα

Ζώνη 2 (αποδυτήρια):

- A) αθλητές -τριές, τεχνικές και ιατρικές ομάδες και βοηθητικό προσωπικό
 - B) διαιτητές
 - Γ) υπεύθυνοι εφαρμογής υγειονομικού πρωτοκόλλου
- Η είσοδος και η έξοδος από τα αποδυτήρια συστήνεται να γίνεται ξεχωριστά για την κάθε μία ομάδα, τηρώντας και τις κατάλληλες αποστάσεις. Για το λόγο αυτό συστήνεται οι προπονήσεις να οργανώνονται με τέτοιο τρόπο ώστε να αποφεύγεται ο συγχρωτισμός κατά την είσοδο και έξοδο των προπονητικών γκρουπ στον χώρο.
- Για τις προπονήσεις εφαρμόζονται και οι **Οδηγίες Ασφαλούς Άσκησης Γ΄ Φάσης της Γ.Γ.Α Οδηγίες ασφαλούς άσκησης Γ' Φάσης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους (από 13/10/2020)** συμπληρωματικά με το Πρωτόκολλο της Ομοσπονδίας.

Ζώνη 3

Ο αριθμός των ατόμων που βρίσκονται στην Ζώνη 3 πρέπει να είναι γνωστός καθ' όλη τη διάρκεια της αθλητικής εκδήλωσης με υποχρεωτική καταγραφή των στοιχείων των ατόμων αυτών (προσαρμογή στις διατάξεις της περιοχής). Αν είναι δυνατόν να υπάρχουν ξεχωριστές εισοδοι και έξοδοι.

Δεν επιτρέπονται θεατές κατά την προπόνηση ή τους αγώνες.

Επανάληψη βασικών κανόνων για τους υπευθύνους

- Εφαρμογή των διατάξεων των υγειονομικών υπηρεσιών της περιοχής στην οποία βρίσκεται η εγκατάσταση.
 - Καθημερινή ενεργητική επιτήρηση για τυχόν συμπτωμάτων.
 - Βασικές προϋποθέσεις τήρησης των μέτρων υγιεινής (καθαριότητα, απολύμανση, σαπούνι, πετσέτες μια χρήσης, ρύθμιση εισόδου-εξόδου)
 - Οργάνωση αποδυτηρίων (άφιξη, αναχώρηση ομάδων) με προσπάθεια αποφυγής συγχρωτισμού, χρήση των ντουζ από κάθε ομάδα ξεχωριστά εκεί όπου ο χώρος είναι ενιαίος, προσπάθεια περιορισμού του χρόνου παραμονής στα αποδυτήρια. Καθώς επίσης στη χρήση των αποδυτηρίων να εφαρμόζεται ό,τι προβλέπεται στις «**Οδηγίες Ασφαλούς Άσκησης Γ΄ φάσης**» της Γ.Γ.Α. [Οδηγίες ασφαλούς άσκησης Γ' Φάσης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους \(από 13/10/2020\)](#) -Όσον αφορά την διαμονή, μεταφορά και μετακίνηση των ομάδων ισχύουν τα αντίστοιχα πρωτόκολλα του ΕΟΔΥ.
- Για τις μεταβάσεις των αθλητών/ομάδων προς το εξωτερικό ή τις μεταβάσεις από το εξωτερικό ισχύουν οι οδηγίες και τα υγειονομικά πρωτόκολλα της Γ.Γ.Α.

[Οδηγίες Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής ΓΓΑ για μετάβαση αθλητών και ομάδων προς το εξωτερικό](#)

[Οδηγίες Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής ΓΓΑ για μετάβαση αθλητών και ομάδων από το εξωτερικό \(από 01/10/2020\)](#)

Όλες οι παραπάνω προτάσεις έχουν σαν στόχο να μειωθεί ο κίνδυνος μόλυνσης. Οι υπεύθυνοι παρακαλούνται να ελέγχουν συνεχώς την εφαρμογή των μέτρων και να τα αναπροσαρμόζουν σύμφωνα με τις ισχύοντες απαιτήσεις των υπηρεσιών υγιεινής της περιοχής **καθώς επίσης να ενημερώνουν εβδομαδιαίως την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού για τον αριθμό των ελέγχων και των τυχόν κρουσμάτων.**