

Προς: ΕΟΑΒ

Υπόψη: Προέδρου κ.κ. Λάγκα Αναστάσιο
Δ.Σ.
ΕΟΑΒ

Από: Τσικούρη Γεώργιο του
Δημητρίου
Ορθοπαιδικός – Ειδικός
Αθλητίατρος
Πρόεδρος Υ.Υ. ΕΟΑΒ

Αθήνα 29/06/2021

Αξιότιμοι

ΘΕΜΑ : Υγειονομικό Πρωτόκολλο Αγωνιστικών Υποχρεώσεων Ιουλίου 2021

Βάσει των οδηγιών του ΕΟΔΥΥ (Μάιος 2021) και των οδηγιών της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας 2021, θα πρέπει να εφαρμόζονται τα κάτωθι :

Οδηγίες για τις προπονήσεις και τους αγώνες

- Όλοι οι εισερχόμενοι θερμομετρούνται με το θερμομέτρο μετώπου στην είσοδο. Εάν η θερμοκρασία είναι >37,5 απαγορεύεται η είσοδός τους και επαναθερμομετρούνται για περίπτωση λάθους.
- Ανάρτηση οδηγιών, στην είσοδο και σε εμφανή σημεία εσωτερικά του γυμναστηρίου, που αφορούν σε:
 - ✓ κανόνες αναπνευστικής υγιεινής (υποχρεωτική χρήση μάσκας)
 - ✓ εφαρμογή της υγιεινής των χεριών
 - ✓ τήρηση αποστάσεων (σύμφωνα με τα οριζόμενα κατωτέρω)
- Παρουσία ατόμων ανάλογα με τα τετραγωνικά μέτρα της επιφάνειας του γυμναστηρίου (1 άτομο ανά 15τ.μ. για τα πρώτα 400 τ.μ.)

- Είσοδος των αθλουμένων γίνεται με προ-συνεννόηση για την ημέρα και ώρα προσέλευσής τους, μέσω τηλεφώνου, ή γραπτού μηνύματος και με καταγραφή των προσωπικών στοιχείων (ονοματεπώνυμο, τηλέφωνο) προκειμένου να είναι δυνατή η ιχνηλάτηση σε περίπτωση εμφάνισης κρούσματος.
- Όλοι οι αθλητές/αθλήτριες/προπονητές καθώς και εργαζόμενοι για να συμμετέχουν στις προπονήσεις υποχρεούνται σε εβδομαδιαίο προληπτικό έλεγχο Rapid test κάθε 3 εβδομάδες ενώ αθλητές που διενεργούν εβδομαδιαίο self test απαιτείται Rapid test ανά 4 εβδομάδες. Το αποτέλεσμα είτε του self-test είτε του rapid test θα επιδεικνύεται στο προσωπικό υποδοχής.

Για την συμμετοχή στους αγώνες όλοι οι συμμετέχοντες αθλητές προπονητές να έχουν μοριακό (RT-PCR) ή άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) έως 48 ώρες πριν από τον αγώνα. Συστήνεται το άμεσο τεστ αντιγόνου να γίνεται την ημέρα του αγώνα ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ώρο πριν τον αγώνα. Αν υπάρχουν διαδοχικές μέρες αγώνες, π.χ. Παρ-Σαβ-Κυρ, 1 τεστ πριν τον πρώτο αγώνα. Αν οι αγωνιστικές μέρες είναι πάνω από τρεις (3) τότε 1 τεστ ανά τρία (3) 24ωρα. Από τον προληπτικό έλεγχο με τεστ αντιγόνου για covid19 (PCR, rapid) εξαιρούνται όσοι διαθέτουν πιστοποιητικό εμβολιασμού ή πιστοποιητικό νόσησης με ισχύ 2 έως 9 μήνες μετά τη νόσηση.

- Κατά την προσέλευσή τους όλοι οι αθλούμενοι θα υπογράψουν στον "Κατάλογο Εισερχομένων Εξερχομένων στην Αθλητική εγκατάσταση", όπου δηλώνουν ότι δεν έχουν συμπτώματα καθώς και την ημερομηνία διενέργειας του τεστ.
- Πρόβλεψη για επάρκεια υγειονομικού υλικού
 - ✓ αλκοολούχο αντισηπτικό πυκνότητας τουλάχιστον 70%
 - ✓ χειρουργικές μάσκες
 - ✓ γάντια μιας χρήσης
- Τοποθέτηση κλειστών ποδοκίνητων κάδων σε εμφανή σημεία.
- Απόσταση τουλάχιστον 2 μέτρων ανάμεσα στα όργανα άσκησης (πχ διάδρομοι, ποδήλατα, ελλειπτικά κλπ) ή κατασκευή ακρυλικών υαλοπινάκων, που θα βρίσκονται εμπροσθεν των οργάνων και καθ' όλο το μήκος αυτών ιδανικά και με επάνω καλυπτικό τμήμα (οροφή), το οποίο θα καθαρίζεται με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα πριν την χρήση του από τον επόμενο αθλούμενο.

- Καθαρισμός /απολύμανση των οργάνων με καθαριστικό/απολυμαντικό, σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή, μετά από κάθε χρήση.
- Να γίνεται συνεχής και επαρκής αερισμός των εγκαταστάσεων με φυσικό αερισμό και να ακολουθούνται οι οδηγίες του Υπουργείου Υγείας για εξαερισμό και κλιματισμό:
- Στους χώρους αναμονής αφαιρούνται περιττά αντικείμενα (πχ περιοδικά) και τηρούνται οι κανόνες της φυσικής απόστασης.
- Τα αποδυτήρια να χρησιμοποιούνται μόνο για την φύλαξη των προσωπικών αντικειμένων των αθλουμένων, όπου υπάρχουν ατομικά ερμάρια, στα οποία θα γίνεται απολύμανση πριν από κάθε χρήση.
- Απαγορεύεται η χρήση των λουτρών και η χρήση σάουνας, όπου υπάρχει.
- Να υπάρχει αλκοολούχο αντισηπτικό (με αντλία) σε εμφανή σημεία στο χώρο των αποδυτηρίων.
- Ανάμεσα στα καθίσματα να παρεμβάλλεται ένα κενό κάθισμα.
- Ο χώρος να αερίζεται κατά προτίμηση από ανοικτά παράθυρα. Σε ό,τι αφορά στη χρήση του κλιματισμού εφαρμογή της σχετικής εγκυκλίου του Υ.Υ. Εάν υπάρχει σύστημα εξαερισμού, ρύθμιση για ροή αέρα από μέσα προς τα έξω χωρίς ανακύκλωση.
- Το προσωπικό καθαριότητας κατά τη διάρκεια της εργασίας του πρέπει να φορά στολή/ρόμπα εργασίας, διπλή μάσκα ή εναλλακτικά μάσκα υψηλής αναπνευστικής προστασίας (FFP2/N95) και γάντια μιας χρήσεως, τα οποία θα πρέπει να αλλάζει τακτικά. Μετά την αφαίρεση των γαντιών θα πρέπει να ακολουθεί υγιεινή των χεριών (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για 20 δευτερόλεπτα) και, αφού τα χέρια στεγνώσουν καλά, να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών. Πρόσθετος εξοπλισμός ατομικής προστασίας, όπως προστατευτικά γυαλιά και αδιάβροχη ποδιά, μπορεί να χρειάζεται κατά την παρασκευή διαλυμάτων, ανάλογα με το καθαριστικό/απολυμαντικό που χρησιμοποιείται και τη διαδικασία καθαρισμού, για την προστασία του προσωπικού καθαριότητας, ιδιαίτερα εάν υπάρχει κίνδυνος πιτσιλισματος. Μετά την αφαίρεσή τους τα μέσα ατομικής προστασίας πρέπει να απορρίπτονται σε κάδους απορριμμάτων με καπάκι και να ακολουθεί υγιεινή των χεριών (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για 20 δευτερόλεπτα).

αθλητής τους συμμετέχει σε επόμενο αγώνισμα). Κατά την αποχώρησή τους από την εγκατάσταση **θα παραδίδουν και την αριθμητική τους διαπίστευση** που παρέλαβαν κατά την είσοδό τους.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Θα πρέπει να γίνει κατανοητό ότι σε περίπτωση μη έγκαιρης αποχώρησης των αθλητών – αθλητριών που ολοκλήρωσαν τον αγώνα, καθώς και των προπονητών τους, τότε θα δημιουργείται πρόβλημα για την είσοδο στην εγκατάσταση αθλητών – αθλητριών και των προπονητών τους, που αγωνίζονται σε επόμενα αγωνίσματα.

ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ

Η χρήση μάσκας η οποία **απαραίτητα πρέπει να καλύπτει το στόμα και τη μύτη**, **θα είναι υποχρεωτική** εντός της εγκατάστασης ή του χώρου διεξαγωγής της διοργάνωσης για όλους τους εμπλεκόμενους με τη διοργάνωση. Από το μέτρο αυτό εξαιρούνται οι αθλήτριες-τριες κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης, και του αγώνα.

ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΣΤΟ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΤΗΡΙΟ

Λόγω των συνθηκών διεξαγωγής του Πρωταθλήματος, παρουσία στο Προθερμαντήριο θα έχουν **ΜΟΝΟ** οι αθλητές που **πρόκειται να αγωνιστούν**. Απαραίτητα θα πρέπει να έχουν **αρνητικό μοριακό (RT-PCR) ή άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) έως 48 ώρες πριν από τον αγώνα.**

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ - ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ

Για την αποφυγή συγχρωτισμού κατά τη διάρκεια των αγώνων παρακαλούνται οι υπεύθυνοι των συλλόγων να ενημερώσουν τους αθλητές τους για τα παρακάτω:

- Εισέρχονται στην εγκατάσταση φορώντας μάσκα, την οποία θα βγάλουν **ΠΡΙΝ** το ξεκίνημα της προθέρμανσης,
- Φροντίζουν κατά την είσοδό τους στο προπονητήριο, να έχουν μαζί τους τα προσωπικά τους απολυμαντικά χεριών (πλέον αυτών που θα διατεθούν από τον διοργανωτή) καθώς και αριθμό μασκών, τα οποία θα χρησιμοποιήσουν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στην εγκατάσταση,
- Προσέρχονται στην εγκατάσταση σύμφωνα με το ωρολόγιο πρόγραμμα ανά κατηγορία και φορώντας τη μάσκα τους,
- Παραδίδουν στους υπευθύνους των αγώνων προκειμένου να ολοκληρωθεί η επιβεβαίωση της συμμετοχής τους, **αρνητικό μοριακό (RT-PCR) ή άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) έως 48 ώρες πριν από τον αγώνα.**

- ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ
- ΕΙΔΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΟΣ
- ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ NOTTINGHAM, U.K.
- ΙΑΤΡΟΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΑΡΣΗΣ ΒΑΡΩΝ
- ΙΑΤΡΟΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΣΤΙΒΟΥ
- 251 Γ.Ν.Α. - Α.Σ.Α.Ε.Δ.
- ΕΙΔΙΚΕΥΘΕΙΣ & ΜΕΤΕΚΠΑΙΔΕΥΘΕΙΣ ΕΙΣ:
OXFORD - NOTTINGHAM - LONDON - ANNECY - NEW YORK

- Μετά τη ζύγιση κατευθύνονται προς το Προθερμαντήριο, όπου θα μπορούν να αποθέσουν τη μάσκα τους στους ειδικούς κάδους απορριμμάτων που θα έχουν τοποθετηθεί στο χώρο για τον σκοπό αυτό και να ξεκινήσουν την προθέρμανσή τους,
- Ακολουθούν τις οδηγίες των υπευθύνων για την είσοδο αλλά και την παραμονή στην εγκατάσταση,
- Σε όλη τη διάρκεια διεξαγωγής οι αθλητές καθαρίζουν τα χέρια τους και τα πλένουν με αντισηπτικό πολύ συχνά,
- Οι αθλητές θα πρέπει **να χρησιμοποιούν τα προσωπικά τους αντικείμενα** καθώς και θα πρέπει να απολυμαίνουν τα όργανα που θα χρησιμοποιήσουν. Σε διαφορετική περίπτωση τα όργανα θα απολυμαίνονται από το προσωπικό της διοργάνωσης.

ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ

- Δεν επιτρέπονται τελετές απονομών οι αθλούμενοι, θα παραλαμβάνουν οι ίδιοι τα μετάλλια-διπλώματα τους, χωρίς επαφή και χωρίς συνωστισμό.
- Μετά την ολοκλήρωση της κατηγορίας απολυμαίνουν τα χέρια τους με αντισηπτικό και αποφεύγουν τις κοινωνικές επαφές και συζητήσεις με τους συναθλητές τους και γενικότερα με άτομα που βρίσκονται εντός ή εκτός του αγωνιστικού χώρου,
- Τοποθετούν τα χρησιμοποιημένα ρούχα τους σε ατομικό σάκο και απομακρύνονται όσο γίνεται πιο γρήγορα από τον τόπο διεξαγωγής του αγώνισματος,
- Αμέσως πρέπει να αποχωρήσουν από την εγκατάσταση,
- Φροντίζουν κατά τη διάρκεια της παραμονής τους στην εγκατάσταση για την τήρηση των προβλεπόμενων αποστάσεων ασφαλείας που ορίζονται από τον ΕΟΔΥ και πάντα τηρώντας την αρχή της **ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ**.

