

PLANO DE SEGURANÇA COVID-19 SWIMRUN PORTUGAL

1) INTRODUÇÃO

De acordo com os dados da Direção Geral da Saúde (DGS) sobre o Coronavírus (COVID-19) e a Resolução do Conselho de Ministros n.º 55-A/2020, de 31 Julho de 2020, a Federação de Triatlo de Portugal, com vista à reabertura da modalidade, elaborou um Plano de Contingência para delinear as principais medidas de prevenção e controlo a implementar no âmbito das Competições Desportivas.

Com base nas directrizes desse Plano, a Associação Swimrun Portugal elaborou o novo Plano de Segurança, enquadrado à realidade do Swimrun, incorporando também a recente orientação 036/2020 atualizada a 17-04-2021 para Desporto e Competições, onde foi a modalidade foi **classificada de baixo risco**.

O presente plano será revisto e atualizado sempre que seja necessário, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou exigências por parte das autoridades competentes.

2) CONDUTA GERAL DE TODOS OS PARTICIPANTES

Todos os participantes devem colocar em prática as seguintes medidas:

- Distância social de 2 metros entre todos os participantes, sejam eles atletas, árbitros, staff e voluntários;
- Todos os participantes, sejam eles atletas, árbitros, staff, voluntários, devem frequentemente higienizar as mãos, através de lavagem das mãos (com água e sabão) ou fricção anti-séptica (com solução anti-séptica de base alcoólica);
- Todos os participantes, sejam eles atletas, árbitros, staff, voluntários, acompanhantes ou espetadores devem respeitar as medidas de etiqueta respiratória;
- Todos os participantes são aconselhados a usar máscara, com exceção dos atletas no momento competitivo;
- É estritamente proibida a partilha de equipamentos ou materiais, principalmente de garrafas de água, bidons e copos;
- Caso algum participante se sinta doente ou apresente sintomas de doença não deverá comparecer no local de prova, devendo informar a organização por email ou telefone;

3) LOCAL REALIZAÇÃO PROVA

- A prova desportiva “Lagoa Swimrun” edição 2021 irá realizar a sua partida da distância Standard na Ermida da Nsra da Rocha, distância Sprint no Algar Seco e chegada em Ferragudo.

4) SECRETARIADO / BRIEFING PROVA

- O secretariado Swimrun Portugal será realizado no exterior. A fila de espera irá estar bem sinalizada, com marcas definidas no chão a indicar a distância de 2 metros definida pela DGS;
- Todo o staff ou colaboradores irão estar equipados com máscara e luvas;
- No secretariado irá ter disponível gel desinfetante ou uma substância semelhante à base de álcool, bem como um contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Na altura da entrega dos dorsais, os atletas terão de assinar um termo de responsabilidade (enviada previamente por email) em como não apresentam sintomas de doença nos últimos 15 dias. Nesse documento irá também constar o número do certificado digital de cada atleta;
- Não haverá local para que os atletas possam guardar as mochilas ou outro material individual;
- O briefing da prova será filmado e publicado on-line na página SWIMRUN PORTUGAL no Facebook @swimrunportugal e no canal Youtube.

5) ZONA ISOLAMENTO

- Se for detetado um caso suspeito ou confirmado, de acordo com os sinais e sintomas previstos na Norma 004/2020 da DGS este deve ser encaminhado por um só funcionário para a área de isolamento, através dos circuitos definidos no Plano de Contingência específico e próprio para a COVID-19, garantindo que o mesmo é portador de máscara;
- A sala/área de isolamento deve estar sinalizada no Plano de Contingência, bem como no local da prova, ter disponível um kit com água e alguns alimentos não perecíveis, solução de base alcoólica, produto desinfetante de mãos, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas, e, sendo possível, acesso a instalação sanitária de uso exclusivo;
- Na área de isolamento, deve ser contactado o SNS 24, de acordo com a Norma 004/2020 da DGS, dando cumprimento às indicações recebidas. Simultaneamente, devem ser cumpridos os procedimentos definidos no Plano de Contingência existente e os procedimentos de limpeza e desinfeção, de acordo com a Orientação nº 014/2020 da DGS.

- Identificação área isolamento partida da prova (a vermelho)



- Identificação área isolamento chegada da prova (a vermelho)



6) TRANSPORTE PARA O INICIO DA PROVA

- Caso haja um transporte organizado até o início da prova, os atletas deverão seguir as orientações da equipa Swimrun PT. Haverá espaço suficiente para todos no transporte;
- Este transporte é somente destinado aos participantes da prova;
- O uso de máscara é obrigatório por parte dos atletas durante todo o transporte.

7) CAIXAS DE SAÍDA

- As caixas de saída irão ter dimensão suficiente para que todos possam estar e manter o distanciamento social de 1m entre cada atleta;
- Antes da entrada nas caixas de saída, os atletas terão de passar pelo Ponto Controlo, para a medição da temperatura corporal, sendo impedido de participar na prova todo o atleta cuja temperatura corporal seja superior a 37,5º;
- A caixa inicial será segmentada em grupos no máximo de 30 pessoas. Irão ser avaliadas as saídas em modo “rolling start” caso não seja possível manter o distanciamento social,
- Irão ser colocados contentores de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico) para a colocação das máscaras descartáveis após entrada na caixa de saída.

8) DURANTE A PROVA

- Caso tenha algum sintoma de má disposição ou se sinta doente, isole-se e alerte um membro da organização;
- Evite, sempre que possível, o contato físico;
- Mantenha distância segura de outras pessoas;
- Não necessita de usar a máscara.

9) ABASTECIMENTOS

- Os abastecimentos terão espaço extra para garantir que a distância de segurança seja mantida;
- Todo o staff e voluntários que estarão a trabalhar nos abastecimentos irão usar máscaras e luvas descartáveis;
- O abastecimento líquido será vertido para os copos reutilizáveis que os atletas irão transportar e em caso de necessidade para copos descartáveis;
- O abastecimento sólido irá ser fornecido na forma de barras embaladas individualmente, bananas com casca e similares;
- Todo o abastecimento líquido e sólido irá sendo disposto na mesa de abastecimento pelo Staff evitando assim o contacto entre atletas e voluntários;

- Os atletas serão obrigados a deixar todo o lixo nos caixotes lixo existentes para o efeito no abastecimento;
- ACONSELHAMOS que os atletas tragam os seus próprios geis e transportem um soft flask durante a prova.

10) META

- O funil de meta deve ser dividido em diferentes corredores de 2m de largura para que os atletas possam manter o distanciamento social;
- Todo o staff e voluntários irão usar máscaras faciais e luvas descartáveis.
- À chegada da meta, será entregue uma máscara a cada atleta;
- Os atletas e as equipas serão recebidas por um diretor de prova com máscara;
- A fita de meta só deve ser usada uma vez por prova e desinfetada para cada utilização;
- Os participantes terão que recolher a sua própria medalha;
- O abastecimento final será entregue num saco plástico fechado aos atletas que devem abandonar, logo que possível, a zona de meta;
- Todo o staff, árbitros e voluntários devem usar máscara e luvas descartáveis;
- É proibido tocar em qualquer outro abastecimento ou material, além do distribuído pelo voluntário;
- Não será permitido aos atletas sentarem-se ou deitarem-se na zona de meta e recuperação, com exceção dos casos que necessitem de apoio médico.
- O uso de balneários públicos por parte dos atletas no final da prova está proibida, sendo o acesso a instalações sanitárias, o uso de objetos e superfícies de uso comum e toque frequente, deverá ser feito de acordo com a presente orientação e as orientações 014/20202 e 030/20203 da DGS.

11) ENTREGA DE PRÉMIOS

- A entrega de prémios será realizada numa área ao ar livre em que haja espaço suficiente para que todos mantenham o devido distanciamento social;
- O pódio deverá assegurar 2 metros de distância entre cada atleta. Não será permitido contacto físico como apertos de mão, abraços ou beijos;
- É necessário avaliar a necessidade de realizar a mesma. Poderá preferir-se uma situação de entregar prémios apenas aos 3 primeiros absolutos;
- Serão os próprios atletas a recolher os troféus da bandeja;
- Os atletas deverão usar máscara durante toda a cerimónia de entrega de prémios

12) DEPOIS DA PROVA

- Se apresentar sintomas Covid-19 ou ficar doente dentro de uma semana a partir do fim de semana de prova, agradecemos que informe a organização Swimrun Portugal. mais rápido possível, para que possamos informar todos os outros atletas e staff para se auto-isolarem.

PRINCIPAIS COMPROMISSOS

A principal ambição da Organização é tornar este evento compatível com as regras definidas para combater a pandemia.

As principais medidas, com as quais nos comprometemos são:

- Criação de circuitos unidirecionais para evitar congestionamentos na prova;
- Gestão otimizada dos fluxos de atletas para garantir o distanciamento físico e a aplicação de medidas de proteção;
- Adaptação e limitação do número de atletas de acordo com as áreas e percursos das provas;
- Reforço da limpeza e higienização dos diferentes espaços.
- Colocação de sinalética adicional para garantir que as regras são respeitadas e para lembrar aos atletas as principais medidas de segurança.
- Distribuição de EPI's adequados aos voluntários que ajudarem a Organização;
- Aplicação das medidas implementadas pelas autoridades locais para proteger os atletas, os nossos parceiros e os membros da organização.