



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE TIR SPORTIV ROMANIAN SHOOTING SPORT FEDERATION

Str. Vadul Moldovei nr. 14, Sector 1, 014033, București, ROMÂNIA
Tel: +4021 269 06 61 Email: office@frts.ro
Fax: +4021 269 06 60 Web: www.frts.ro



GHID

PROCEDURI/MĂSURI NECESARE A FI AVUTE IN VEDERE PENTRU RELUAREA ANTRENAMENTELOR IN AER LIBER CU PĂSTRAREA DISTANȚEI DE SIGURANȚĂ ÎN TIRUL SPORTIV

SCOP

Acest document stabilește liniile directoare recomandate componentilor Loturilor Olimpice și Loturilor Naționale, structurilor sportive, antrenorilor, sportivilor și celor care îi deservește pe aceștia, pentru desfășurarea activităților de antrenament în aer liber precum și diminuarea riscului de infecție cu COVID 19, asociat reluării antrenamentelor în condiții de siguranță pentru:

- Sportivii și familiile lor;
- Staff tehnic, medical și familiile lor;
- Staff suport și administrativ.

Aplicarea corectă a acestor măsuri/ proceduri, contribuie la diminuarea riscului de infecție COVID 19 dar nu garantează eliminarea acestuia în contextul pandemiei.

Procedurile prezente sunt aplicabile sesiunilor de antrenament individual și în grup în aer liber.

1. RECOMANDĂRI GENERALE ÎN CONTEXTUL EPIDEMIEI COVID 19

Descrierea simptomelor și recomandărilor generale privind COVID-19

Toți membrii participanți la sesiunile de antrenament trebuie să fie întotdeauna informați și atenți în ceea ce privește apariția simptomelor

COVID-19. Informațiile generale despre COVID-19 și simptomele acestei boli pot fi găsite pe site-ul autorităților de sănătate publică (Ministerul Sănătății, Institutul Național de Sănătate Publică)

Simptomele includ:

- Cele mai comune semne: febra, dificultate în respirație (creșterea frecvenței respiratorii), tuse, durere în gât, stare de oboseală, dureri musculare, etc.
- Rare: dureri de cap, greață, diaree, alte simptome

Recomandări generale în contextul epidemiei covid 19

- Spălați-vă frecvent pe mâini cu apă și săpun timp de 20 secunde sau folosiți dezinfectant pentru mâini.
- Când tușiți sau strănuțați acoperiți-vă gura și nasul cu plică cotului sau cu o batistă de hârtie - aruncați batista imediat și spălați-vă pe mâini cu apă și săpun.
- Evitați să vă atingeți fața, ochii, gura, nasul cu mâinile neigienizate.
- Limitați pe cât posibil contactul fizic (cu menținerea pe cât posibil a unei distanțe sociale de 2 metri).
- Folosiți pentru dezinfecție doar produse de dezinfecție avizate pentru scopul și nevoia identificată.
- Toate echipamentele sportive trebuie dezinfectate riguros după fiecare utilizare.
- Toate locațiile vor fi prevăzute cu dispensere cu dezinfectant pentru tegumente.

2. RECOMANDĂRI SPECIFICE

a) Resurse umane:

Acestea includ:

- *Staff sportivi;*
- *Personal auxiliar (magaziner, instructor în poligonul de tragere, personal de curățenie, personal asistență medicală, specialist întreținere aparatură poligon, etc.)*
- *Personal de securitate / pază.*

Măsuri cu caracter general:

- Fiecare antrenor s-au persoană din stafful sportivului participant în procesul de antrenament va respecta și va fi responsabil cu organizarea și coordonarea aplicării protocoalelor stabilite;

- Va fi stabilită o listă a personalului a cărei prezență este absolut necesară pentru pregătirea și derularea sesiunilor de antrenamente și activităților suport;

- Înainte de intrarea în poligon în vederea desfășurării antrenamentului, antrenorul și sportivul sunt obligați să dea o declarație pe propria răspundere privind luarea la cunoștință și respectarea regulilor dispuse prin prezentele norme;

- Medicul și/sau asistentul medical va fi implicat în asigurarea sănătății și securității în muncă pe parcursul întregului proces

b) Zona de antrenament

- Se vor stabili locațiile unde vor avea loc sesiunile de antrenament;

- Folosirea spațiilor definite se va face în funcție de perioada de pregătire în care se află sportivii păstrând distanța socială.

- Vor fi stabilite protocoale clare de curățenie și dezinfecție atât pentru zonele și locațiile utilizate cât și pentru materialele și obiectele de către toate persoanele aflate în poligon.

- Toate echipamentele și spațiile utilizate vor fi curățate și dezinfectate după fiecare antrenament.

ACCESUL:

• Accesul în zona de antrenament

- Este permis în orele și locurile programate unui număr maxim de 3 persoane simultan;

- Intrarea și ieșirea se vor face prin locuri separate;

- Accesul în poligon se va face obligatoriu cu mască de protecție;

- Activitatea sportivului se desfășoară numai în prezența antrenorului sau instructorului în poligonul de tragere cu respectarea distanței;

- Transportul materialelor necesare desfășurării activității în poligon, se va face numai de către sportiv, în cutii personale la care are acces numai acesta;

- Arma și materialele necesare vor fi atinse și mânuite numai de sportiv în locul de antrenament;
- Înainte și după antrenament toate materialele (armă, ochelari de protecție, căști antifonice, echipament de tragere, etc.) vor fi dezinfectate de către sportiv sub supravegherea antrenorului;
- În cazul unui incident de tragere (rateu sau defecțiunea armei), acesta va fi soluționat numai de o singură persoană (sportiv/ antrenor/ armurier) și numai după luarea tuturor măsurilor de protecție și dezinfecție;
- Este interzis accesul în zona de antrenament altor persoane, decât cele implicate în procesul de pregătire (maxim 3 persoane);
- Este interzis accesul cu animale;
- Dacă este nevoie de intervenția personalului de întreținere a poligonului, imediat se va întrerupe antrenamentul iar, la reluare se va respecta aceeași procedură ca la început;
- Materialele necesare desfășurării antrenamentului (ținte, talere, etc.), vor fi manevrate numai de către personalul auxiliar specializat pentru aceste proceduri;
- La fiecare intrare și ieșire din zona de antrenament, vor fi instalate recipiente cu materiale dezinfectante ;

• ***Zona medicală și de fizioterapie***

Instrucțiunile recomandate pentru managementul operațional al zonei medicale și de fizioterapie sunt:

- Este recomandat ca utilizarea zonei să fie limitată doar la sportivii care au nevoie de îngrijiri medicale ;
- Toate materialele sanitare trebuie schimbate după fiecare pacient (sportiv). Trebuie să se acorde o atenție deosebită curățeniei și dezinfecției în această zonă.

• ***Grupuri sanitare***

- Acestea sunt individualizate în sensul că sunt separate pentru femei și bărbați.
- Accesul se va face de către o singură persoană pentru fiecare grup sanitar în parte. Acestea vor fi prevăzute cu săpun lichid și dispensere cu dezinfectanți pentru tegumente.

3. REGULĂ GENERALĂ

Nerespectarea normelor/ procedurilor specificate în acest document, va duce la interzicerea accesului în Poligon sau după caz la întreruperea procesului de antrenament.

Fiecare participant la procesul de antrenament premergător începerii activității va semna că a luat la cunoștință și că va respecta procedurile specificate în acest document.

NOTĂ:

Acest plan de măsuri se referă numai la perioada de reluare a antrenamentelor în aer liber – sporturi și probe individuale - cu păstrarea distanței de siguranță.

