



Regras e Procedimentos de Segurança

Elaborado por:

Naval Remo

Revisto e Aprovado por:

Federação Portuguesa de Remo

22/07/2020 V 1.0

Hot Spots:



Figura 1 – Hot Spots

Estacionamento

Estacionamento livre a 50 metros da Praia do Forte no Parque das Gaivotas.

Zona de espetadores, familiares e público em geral

O local ideal para assistir às várias Regatas sem violar as regras de espaçamento social e evitando os aglomerados populacionais é ao longo do Molhe Norte paralelo às Pistas.

Almoço - Jet 7.5

O Almoço será servido no Jet 7.5 para todos os inscritos

Posto Náutico da Naval

Local onde se poderão utilizar os Balneários e Casas de Banho.

Praia do Forte:

Na Praia haverá Zonas delimitadas para permitir a realização da Regata (Ver Figura 2), sem interferir com os banhistas que utilizam a Praia.



Figura 2 – Detalhe da Zona de Praia

Regras e Procedimentos

Em virtude do momento em que vivemos com a Pandemia provocada pelo Vírus COVID-19, iremos implementar algumas medidas no sentido de ir ao encontro das orientações da DGS, demais entidades, nomeadamente do Delegado de Saúde Local, e minimizar eventuais riscos de contágio garantindo segurança geral ao evento e respetivos participantes.

A organização local está em permanente articulação com as várias entidades, nomeadamente Delegado de Saúde Local, Capitão do Porto e Polícia Marítima e outras relevantes, para garantir a segurança de todos os participantes.

Acreditação e Controlo

Todos os Atletas, Treinadores, Delegados e Dirigentes devem efetuar a sua acreditação junto da Organização da Regata, localizada na tenda ao lado do Pórtico na Praia do Forte.

Esta acreditação servirá para dar acesso às zonas restritas da Praia e Posto Náutico da Naval, constando do seguinte:

- Desinfeção das mãos
- Medição da temperatura corporal (usando termómetros sem contacto);
- Entrega de Termo de Responsabilidade onde conste que estão bem conscientes dos procedimentos e riscos associados ao COVID 19 (disponível em <https://www.fpremo.pt/eventos/56/1-etapa-da-ta-a-de-portugal-remo-de-mar>);
- Receção de pulseira de acreditação (É obrigatório o uso da pulseira durante toda a Regata);
- Receção de saco para guardar a máscara durante a competição.

Regras Gerais de Segurança e Higiene:

- Evitar aglomerados de pessoas;
- Manter o distanciamento social;
- Usar máscara sempre que verifique que o distanciamento social não é possível;
- Lavar as mãos com regularidade;
- Desinfetar as mãos com solução alcoólica;
- Cumprir regras de etiqueta respiratória.

Regras específicas para Atletas e participantes dos Clubes:

- Para entrar na Zona da Praia definida para os Atletas é obrigatório efetuar a Acreditação no ponto definido pela Organização para Acreditação e Controlo;
- Efetuar desinfecção de mãos e superfícies com solução alcoólica e solução clorada (2% a 5%) respetivamente (se for o caso). A organização colocará à disposição dos Atletas e participantes dos clubes os produtos de higienização e desinfecção;
- Uso obrigatório máscara nas zonas restritas da competição, até ao momento que antecede a sua prova;
- Desinfetar as mãos várias vezes;
- É proibida a partilha de garrafas de água ou outro material pessoal. Haverá um ponto de água potável para encher as garrafas;
- Cumprir regras gerais no aplicável.

Embarcações e Palamenta:

Alguns barcos terão de ser partilhados entre as várias tripulações do clube e entre alguns clubes. **Solicitamos que os clubes levem os seus próprios Remos, para minimizar ao máximo a partilha de material.**

Será efetuado um planeamento da Regata no sentido de minimizar a partilha de barcos entre tripulações de clubes diferentes.

Todos os barcos e respetiva palamenta serão desinfetados após cada utilização pela equipe de desinfecção fornecida pela Organização. Admite-se que cada Clube tenha a sua equipa própria de suporte à Regata e de Higienização dos barcos.

Antes da Regata:

Na reunião de delegados dos clubes que se realizará via Zoom, no dia 30 de julho às 21H15, serão lembradas e explicadas todas as regras de higiene e segurança.

Será criado um grupo no WhatsApp com dirigentes e treinadores para coordenação da Regata e partilha de informação relevante.

O público (essencialmente familiares dos Atletas), deverá estar disperso ao longo do Molhe Norte, devendo ser evitados aglomerados ou ajuntamentos. Para o efeito haverá policiamento por parte da Polícia Marítima.

Outros Espaços:

- Não sendo possível delimitar espaço específico para familiares dos Atletas e Espectadores em geral, serão anunciados no sistema de som avisos para manter distanciamento social e evitar aglomerados, bem como o cumprimento de outras regras de higiene e segurança.
- O Posto Náutico da Naval coloca à disposição dos Atletas os seus **Balneários e Chuveiros**, devendo ser cumpridas as seguintes regras:
 - Máximo de lotação por Balneário (masculino e feminino) – 10 Atletas em simultâneo;
 - Os cabides devem garantir o distanciamento social, encontrando-se devidamente assinalados aqueles que não se poderão utilizar;
 - Só será possível utilizar 2 chuveiros simultaneamente, garantindo assim um espaçamento de 2,5 metros;
 - Haverá limpeza e higienização dos Balneários e Chuveiros durante este período.

Casos Suspeitos

São considerados casos suspeitos pessoas com:

- Sintomatologia anormal não relacionada com a competição nomeadamente: febre, tosse, mialgias intensas não relacionadas com o treino, fraqueza muscular, cefaleias falta de ar, perda de sabor ou de cheiro;
- Coabitação com caso confirmado de Covid-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
 - Prestação direta de cuidados a caso confirmado de Covid-19 (sem uso de EPI);
 - Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV2;
 - Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de Covid-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
 - Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
 - Viagem com caso confirmado de COVID-19;
 - Prestação direta de cuidados ao doente.

Nestes casos Atletas, Dirigentes, Treinadores e Familiares **não devem participar no evento**, sendo uma responsabilidade social individual comunicar o facto ao seu Clube, que tomará as devidas precauções para evitar contágio e propagação da doença.

No caso de algum Atleta, Dirigente, Treinador ou acompanhante de Atletas durante a realização do evento manifestar os sintomas acima indicados devem-se afastar de imediato avisando os responsáveis do Clube e os elementos da Organização.

Para os **casos suspeitos ou situações como as que se descreveram anteriormente** (todas elas tratadas como suspeitos), devem ser implementadas de imediato as seguintes medidas:

- **Atletas:**
 - Avisar Delegado do Clube;
 - Prosseguir para Posto Náutico – Sala de isolamento COVID 19;
 - Aguardar pelas indicações que os responsáveis de Saúde Local (Delegado de Saúde) fornecerem.
- **Clubes:**
 - Verificar eventuais possibilidades de contágio, devendo acatar as indicações do responsável de Saúde Local.

Todos os participantes nesta Regata devem ter a consciência que o risco não é nulo e havendo algum caso suspeito ou confirmado terão de se adotar as medidas de contingência acima referidas, com eventual impacto direto na realização do evento.

É por isso uma responsabilidade social que partilhamos entre todos, devendo-se cumprir com todas as regras preventivas de proteção individual, pois só assim estaremos a contribuir para a salvaguarda da integridade física geral mantendo, de igual modo, as condições para a prática de Remo em segurança.