



Regras e Procedimentos de Segurança

Elaborado por:

Naval Remo

21/06/2021 V0

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 durante um período relativamente dilatado para evitar ajuntamentos no restaurante.

Posto Náutico da Naval Remo

Local onde se guardarão as embarcações (antes e no final das regatas) e 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.

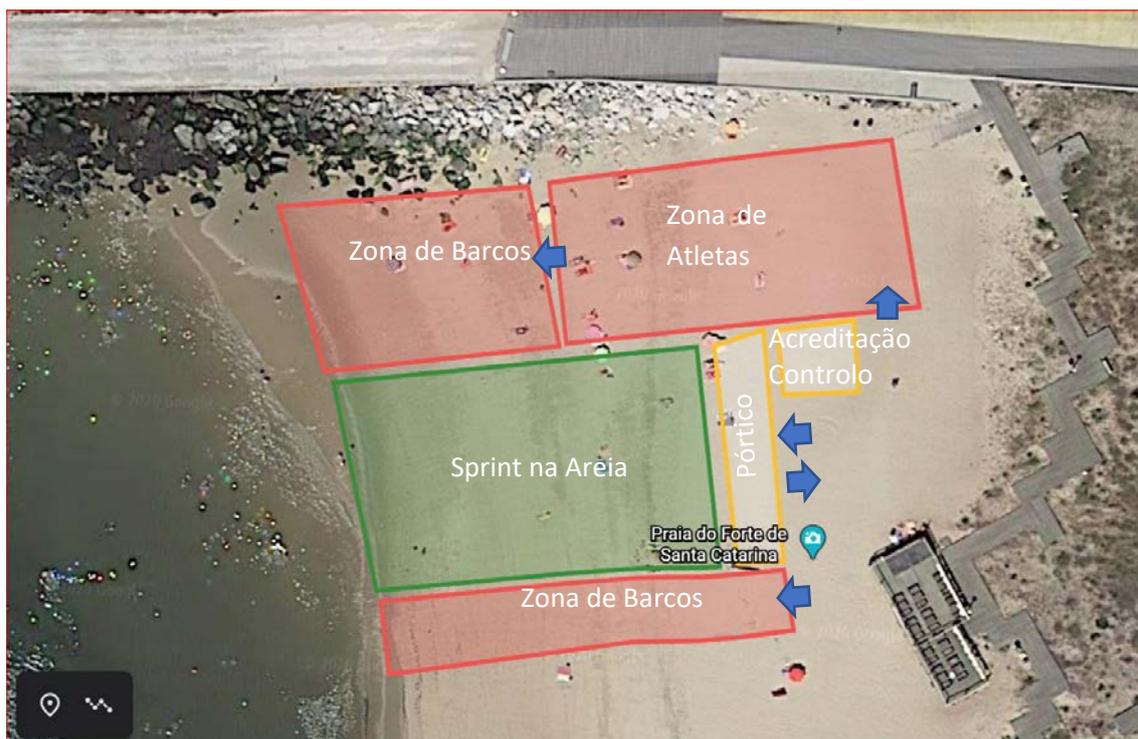


Figura 2 – Detalhe da Zona de Praia

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.

Accreditação 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 mais restritas da Praia e Posto Náutico da Naval, constando do seguinte:

- Verificação de inscritos;
- Medição da temperatura corporal (usando termómetros sem contacto);
- Após controlo receção de pulseira para aceder às Zonas restritas de Atletas e embarcações na Praia, bem como instalações do Posto Náutico da Naval.

Basta fazer a acreditação no 1º dia, sendo obrigatório o uso da pulseira durante toda a Regata.

Regras Gerais de Segurança e Higiene:

- Evitar aglomerados de pessoas;
- Manter o distanciamento social de 2 metros;
- Usar máscara;
- 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 desinfeção 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 desinfeção;
- Usar máscara sempre que possível;
- Desinfetar as mãos várias vezes;
- É proibida a partilha de garrafas de água ou outro material pessoal;
- Cumprir regras gerais no aplicável.

Embarcações e Palamenta:

Alguns barcos terão de ser partilhados entre as várias tripulações do clube e entre alguns clubes, sendo aconselhável que cada Clube traga os respetivos Remos.

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 devem ser desinfetados após cada utilização pela equipe de desinfeção 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 29 de julho às 21H30, serão relembradas e explicadas todas as regras de higiene e segurança.

Todos os Atletas, Treinadores e Dirigentes devem dirigir-se ao Ponto de Acreditação e Controlo para efetuarem o procedimento de segurança acima referido e receberem a pulseira para participação na Regata e puderem estar / circular pelas Zonas restritas delimitadas na Praia.

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 para prevenir eventuais situações mais complicadas.

Durante as Regatas:

- A Organização colocará à disposição de todos os intervenientes solução alcoólica para desinfeção de mãos;
- A Naval Remo fará a articulação entre as várias entidades, nomeadamente Delegado de Saúde Local, Polícia Marítima e outras relevantes;
- Haverá **espaço segregado para os Atletas** não sendo permitida a entrada a pessoas que não sejam portadoras de uma pulseira identificativa fornecida no momento de acreditação e controlo;
- 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.
- Toda a prova será conduzida pela Federação Portuguesa de Remo.

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.

Preenchem os requisitos que indiciam **uma forte probabilidade de contaminação pelo vírus**.

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.