



MANUAL DE PROCEDIMENTOS

TORNEIO ZONAL DE JUVENIS – SUL

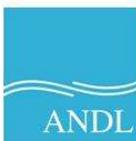
COMPLEXO MUNICIPAL DE
PISCINAS DE LEIRIA

12 e 13 de dezembro de 2020



Associação de Natação
do Interior Centro





ÍNDICE

1. REGRAS ELEMENTARES OBRIGATÓRIAS

2. ENQUADRAMENTO

- 2.1. Plano de contingência da instalação
- 2.2. Procedimento por ocorrência de caso suspeito
- 2.3. Cadeia de Coordenação do Plano de Contingência
- 2.4. Responsabilidade do evento

3. RECOMENDAÇÕES GERAIS

- 3.1. Instalações
- 3.2. Equipamentos de proteção individual
- 3.3. Acesso às instalações
- 3.4. Percursos autorizados
- 3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches

4. CIRCULAÇÃO DE ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS/FISIOTERAPEUTAS

- 4.1. Controlo de entradas na instalação
- 4.2. Circulação dentro das instalações
- 4.3. Locais atribuídos a cada clube
- 4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento
- 4.5. Acesso à câmara de chamada
- 4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova
- 4.7. Circulação de treinadores
- 4.8. Circulação de delegados/fisioterapeutas

5. PROCEDIMENTOS DA COMPETIÇÃO

- 5.1. Reuniões técnicas
- 5.2. Aquecimento
- 5.3. Câmara de chamada
- 5.4. Período de descontração
- 5.5. Resultados
- 5.6. Cerimónia Protocolares
- 5.7. Zona exclusiva para treinadores

6. ARBITRAGEM

- 6.1. Acesso às instalações
- 6.2. Balneários
- 6.3. Desempenho das funções





7. PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

- 7.1. Instalações sanitárias e zonas envolventes
- 7.2. Câmara de chamada
- 7.3. Blocos de partida
- 7.4. Limpeza e desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

8. OUTROS

- 8.1. Anexo 1 – Plano de Contingência da Instalação
- 8.2. Anexo 2 – Regulamento de Prova
- 8.3. Anexo 3 – Planta da piscina com a indicação dos percursos, zona de aquecimento e competição



Associação de Natação
do Interior Centro





1. REGRAS ELEMENTARES OBRIGATÓRIAS

- Uso de máscara cirúrgica homologada (ou KN95 ou FFP2) obrigatório dentro das instala es, exceto os nadadores imediatamente antes de entrar na piscina, quer para o aquecimento quer para prova. Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível.
- A distância de segurança de 2m entre pessoas deve ser sempre observada por todos os intervenientes em todos os locais e durante todo o evento.
- Nos lugares sentados s  deverão ser utilizados as cadeiras disponíveis. Nas bancadas, s  serão utilizadas 1 em cada 3 cadeiras.
- O calçado da rua não pode ser utilizado dentro da piscina.
- Dentro da piscina todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito.
- Os nadadores e treinadores obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de prote o (cada entidade   responsável pelo material a utilizar. A organiza o não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- A arbitragem, *staff* da organiza o e funcionários de serviço da instala o devem proceder   desinfe o per dica e regular do calçado que obrigatoriamente   de utiliza o exclusiva para dentro do cais da piscina.

2. ENQUADRAMENTO

O enquadramento legal para a realiza o do evento rege-se por:

Resolu o do Conselho de Ministros n  40/2020 de 29 de maio, n 51-A/2020 de 26 de junho e n 88/2020 suportadas pelas recomenda es da DGS n  036/2020 de 25/08/2020 atualizada a 04/09/2020.

Todos os intervenientes estão cientes que em qualquer altura este enquadramento pode ser alterado e carece sempre de autoriza o final da entidade de saúde regional.

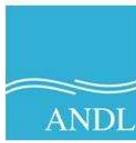
2.1. Plano de Contingência da Instala o

O plano de contingência da instala o deverá estar aprovado pela entidade de Saúde Regional e anexado a este Manual de Procedimentos.

2.2. Procedimento por Ocorrência de Caso Suspeito

Caso seja detetado algum caso suspeito durante a competi o será aplicado o procedimento do Plano de Contingência da instala o.





2.3. Cadeia de Coordena o do Plano de Contingência

- Responsável pela implementa o do Plano > Diretor   Prova.
Coordena o Médica > Médico da Prova (ou entidade local designada)
Equipa Operativa > Responsável da instala o e equipa de paramédicos

2.4. Responsabilidade do Evento

O evento   realizado Associa o de Nata o do Distrito de Leiria em parceria com a Câmara Municipal de Leiria, sendo a responsabilidade delegada pela Federa o Portuguesa de Nata o.

De acordo com o plano de emergência estabelecido com as autoridades locais (Prote o Civil e Corpora es de Bombeiros) o evento   acompanhado em permanência por uma equipa de paramédicos,   requisitada a permanência de uma ambulância para o local.

3. RECOMENDA ES GERAIS

3.1. Instala es

- As instala es estão fechadas e serão usadas exclusivamente pelos agentes desportivos indispensáveis   realiza o do evento.
- O acesso   instala o será condicionado   entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela FPN.
- Será efetuado eletronicamente perante a apresenta o do Cartão de Atleta ou credencial emitida pela FPN ou CM de Leiria.

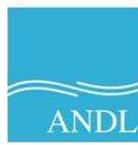
3.2. Equipamentos de prote o individual

- Uso de máscara cirúrgica homologada (ou KN95 ou FFP2) obrigatório dentro das instala es, exceto os nadadores imediatamente antes de entrar na piscina, quer para o aquecimento quer para prova.
- Após a prática os nadadores devem recolocar a máscara logo que possível.
- O calçado da rua não pode ser utilizado dentro da piscina.
- Dentro da piscina todos os intervenientes obrigatoriamente circulam com calçado exclusivo para o efeito.
- Os nadadores, treinadores, delegados/fisioterapeutas obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de prote o (cada entidade   responsável pelo material a utilizar. A organiza o não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- A arbitragem, *staff* da organiza o e funcionários de serviço da instala o devem proceder   desinfe o per dica e regular do calçado que obrigatoriamente   de utiliza o exclusiva para dentro do cais da piscina.

3.3. Acesso   instala es

- O acesso   instala o será condicionado   entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela FPN (ANEXO 2).
- Todos os agentes desportivos deverão apresentar o cartão da FPN, quando solicitado.
- Cada treinador s  poderá estar no espaço, aquando a realiza o da prova do (s) seu(s) atleta(s).





3.4. Percursos autorizados

- Os percursos estarão assinalados no chão e paredes. Sempre que possível serão de sentido único evitando o cruzamento entre pessoas.
- Os nadadores são podem ausentar-se do espaço atribuído para o aquecimento, para a câmara de chamada, para nadar a sua prova ou para irem aos sanitários.
- Os treinadores podem deslocar-se para a zona reservada exclusiva no cais, com a respetiva credencial, e enquanto decorrer a prova do seu nadador. Após o término da prova devem voltar para junto da sua equipa evitando aglomera o desnecessária de pessoas na zona reservada.

3.5. Instala es sanitárias, balneários, cacifos e duches

- As instala es sanitárias encontram-se todas abertas.
- Os balneários servirão unicamente para troca de roupa antes da realiza o da prova. Após esta, haverá espaços definidos para a troca de roupa.
- Cacifos encerrados
- Duches encerrados

4. CIRCULA O DE ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS/FISIOTERAPEUTAS

4.1. Controlo de entradas na instala o

- Todos os participantes no evento (nadadores e treinadores) devem obrigatoriamente entregar   entrada da piscina, devidamente preenchida e assinada, o Termo de Responsabilidade relativo a este evento que consta no ANEXO 4 deste Manual de Procedimentos.
- São será autorizada por sessão a entrada de 1 treinador e dos nadadores inscritos nas provas dessa respetiva sessão.
- O controlo de acesso será efetuado   entrada da instala o.
- Arbitragem, *staff* da FPN e ANDL e funcionários da piscina terão uma credencial específica para o evento.
- Os nadadores entram para o espaço da piscina de aquecimento, aguardam a chamada para a câmara de chamada, nadam a série respetiva e abandonam obrigatoriamente a piscina de competi o para o exterior logo após terminarem a sua prova.

4.2. Circula o dentro das instala es

- A circula o deve ser evitada exceto no desempenho das fun es de cada um ou do previsto para nadadores e treinadores no ponto 3.4.
- A circula o dos nadadores   feita em sentido único pelo que os mesmos devem fazer-se acompanhar sempre dos seus pertences.
- Após a sua prova os nadadores devem mudar de roupa no local indicado pela organiza o e abandonar a piscina para o exterior.

4.3. Locais atribuídos a cada clube

- Não serão atribuídos nem autorizados espaços para marquesas.
- Estarão sinalizados os lugares disponíveis para os clubes.





4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento

Só será autorizado o aquecimento na piscina indicada para o efeito de acordo com o descrito adiante no ponto 5.2.

4.5. Acesso à câmara de chamada

- A câmara de chamada terá 3 series de 8 lugares de espera para a cada prova. Na antecâmara serão chamados pelo locutor os próximos nadadores das 3 séries seguintes.
- O distanciamento de 2m entre nadadores nestes dois espaços será mantido.

4.6. Percurso de nadadores antes e depois da realização de cada prova

- A circulação será efetuada pela direita. Os nadadores saem dos lugares da câmara de chamada para o local das partidas e após a prova saem pelo lado oposto.
- Após a prova, os nadadores devem retirar-se imediatamente para o local reservado para trocar de roupa e saírem do complexo de piscinas para o exterior.

4.7. Circulação de treinadores

- Os treinadores podem acompanhar a prova dos seus nadadores no local reservado para o efeito no cais.
- Para aceder a este espaço é obrigatório a apresentação da credencial que será entregue pela organização.
- O treinador só deverá permanecer no espaço enquanto tiver algum nadador a participar.

4.8. Circulação de delegados

Devido às exigências da DGS com o número de pessoas dentro da piscina, os delegados só poderão entrar nas instalações caso sejam contactados para o efeito.

5. PROCEDIMENTOS DA COMPETIÇÃO

O Programa de provas será adaptado em função do número limite máximo de atletas determinado pela Autoridade de Saúde local, de acordo com a tipologia de cada instalação. (ANEXO 2)

Após competirem o nº de provas estipulado, as equipas e todos os seus elementos deverão abandonar a instalação.

Entre cada vaga, os espaços utilizados serão devidamente higienizados, antes de entrar uma nova vaga de nadadores.

5.1. Reuniões técnicas

- A reunião de delegados será realizada via ZOOM, no dia 3 de dezembro, pelas 21h30 (link a ser enviado atempadamente)
- Cada clube só se pode fazer representar por 1 elemento





5.2. Aquecimento

- O aquecimento será efetuado de acordo com o programa de provas (**ANEXO 2**). Sujeito a confirmação durante a reunião de delegados.
- Nº máximo de nadadores é de 6 em cada 2 pistas (circulação em carrossel recomendada)
- Os nadadores após o aquecimento serão chamados para a câmara de chamada.

5.3. Câmara de chamada

Os nadadores só deverão dirigir-se à câmara de chamada quando chamados pelo locutor.
Não poderão estar no espaço mais do que 3 series de cada vez.

5.4. Período de descontração

Não está autorizado a utilização de nenhum espaço para descontração.

5.5. Resultados

Os resultados só estarão disponíveis *online*. Não haverá afixação de resultados nas instalações.

5.6. Cerimónia Protocolares

- Não haverá lugar a cerimónias protocolares de premiação ou outras.
- As medalhas serão entregues ao representante da equipa e estarão disponíveis no secretariado da prova.

5.7. Zona exclusiva para treinadores

- A zona exclusiva para os treinadores será limitada na bancada lateral (1 treinador).

6. ARBITRAGEM

6.1. Acesso às instalações

A equipa de arbitragem deverá entrar e sair das instalações. Não deverão circular durante as sessões.

6.2. Balneários

- A arbitragem terá balneários e espaço exclusivo.
- É obrigatório a desinfeção do calçado a usar exclusivamente no cais da piscina.

6.3. Desempenho das funções

- Sempre que entrem ou saiam do cais da piscina devem desinfetar o calçado ou usar sobrebotas.
- O uso de máscara cirúrgica homologada é obrigatório durante o desempenho das funções.
- Aos árbitros será solicitada a colaboração na higienização dos blocos de partida após cada partida.

7. PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

7.1. Instalações sanitárias e zonas envolventes





- Todas as instalações sanitárias serão regularmente limpas e desinfetadas de acordo com as regras vigentes na instalação. Será efetuada uma crescente regularidade dos procedimentos sempre que a utilização durante o evento assim o justifique.
- Entre sessões realizar-se-á uma desinfecção mais profunda.

7.2. Câmara de chamada

As cadeiras da câmara de chamada terão um funcionário exclusivo para desinfecção das cadeiras entre cada utilização durante as provas.

7.3. Blocos de partida

Os blocos de partida serão higienizados pelo árbitro respetivo após cada partida.

7.4. Limpeza e desinfecção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

Entre sessões realizar-se-á uma desinfecção mais profunda de toda a instalação.
(portas, corredores, corrimãos, baias separadores, bancadas, sanitários, etc.)

8. OUTROS

8.4. Anexo 1 – Plano de Contingência da Instalação

8.5. Anexo 2 – Regulamento de Prova

8.6. Anexo 3 – Planta da piscina com a indicação dos percursos, zona de aquecimento e competição

8.7. Anexo 4 – Minuta de Termo de Responsabilidade para nadadores e treinadores

