



MANUAL DE PROCEDIMENTOS FPN

TORNEIO ZONAL DE JUNIORES
E SENIORES – PISCINA CURTA
Zona Norte

MEALHADA
14 e 15 novembro 2020





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

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





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

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt



1. REGRAS ELEMENTARES OBRIGATÓRIAS

- Uso de máscara cirúrgica homologada (ou KN95 ou FFP2) obrigatório dentro das instalações, 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 só deverão ser utilizados as cadeiras disponíveis. Nas bancadas, só 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, treinadores, delegados/fisioterapeutas obrigatoriamente circulam de chinelos ou com sobrebotas de proteção (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- A arbitragem, *staff* da organização e funcionários de serviço da instalação devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

2. ENQUADRAMENTO

O enquadramento legal para a realização do evento rege-se por:

Resolução do Conselho de Ministros nº 40/2020 de 29 de maio, nº51-A/2020 de 26 de junho e nº88/2020 suportadas pelas recomendações da DGS nº 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 autorização final da entidade de saúde regional.

2.1. Plano de Contingência da Instalação

O plano de contingência da instalação 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 competição será aplicado o procedimento do Plano de Contingência da instalação.





2.3. Cadeia de Coordenação do Plano de Contingência

- Responsável pela implementação do Plano > Diretor à Prova.
 Coordenação Médica > Médico da Prova (ou entidade local designada)
 Equipa Operativa > Responsável da instalação e equipa de paramédicos

2.4. Responsabilidade do Evento

O evento é realizado Associação de Natação Centro Norte de Portugal em parceria com a Câmara Municipal da Mealhada, sendo a responsabilidade delegada pela Federação Portuguesa de Natação.

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

3. RECOMENDAÇÕES GERAIS

3.1. Instalações

- As instalações estão fechadas e serão usadas exclusivamente pelos agentes desportivos indispensáveis à realização do evento.
- O acesso à instalação será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela FPN.
- Será efetuado eletronicamente perante a apresentação do Cartão de Atleta ou credencial emitida pela FPN ou CM da Mealhada.

3.2. Equipamentos de proteção individual

- Uso de máscara cirúrgica homologada (ou KN95 ou FFP2) obrigatório dentro das instalações, 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 proteção (cada entidade é responsável pelo material a utilizar. A organização não disponibilizará sobrebotas para os clubes).
- A arbitragem, *staff* da organização e funcionários de serviço da instalação devem proceder à desinfeção periódica e regular do calçado que obrigatoriamente é de utilização exclusiva para dentro do cais da piscina.

3.3. Acesso às instalações

- O acesso à instalação será condicionado à entrada do edifício unicamente a agentes autorizados e credenciados de acordo com o regulamento da prova divulgado pela FPN (ANEXO 2).
- Será efetuado eletronicamente perante a apresentação do Cartão de Atleta ou credencial emitida pela FPN ou CM da Mealhada.
- A cada Clube será atribuído um espaço delimitado e numerado, em que os elementos autorizados integrantes de cada equipa (Treinador, Delegado + os atletas que participarão na sessão) deverão permanecer durante a realização das provas.





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 só 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 aglomeração desnecessária de pessoas na zona reservada.

3.5. Instalações sanitárias, balneários, cacifos e duches

- As instalações sanitárias encontram-se todas abertas.
- Os balneários estarão encerrados.
- Cacifos encerrados.
- Duches encerrados.

4. CIRCULAÇÃO DE ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS/FISIOTERAPEUTAS

4.1. Controlo de entradas na instalação

Só será autorizada por sessão a entrada de 1 treinador, 1 delegados (total 2 pessoas) e dos nadadores inscritos nas provas dessa respetiva sessão.

Os blocos de provas são:

1ª Jornada 1ª sessão - Da prova 1 à prova 5; da prova 6 à prova 9.

1ª Jornada 2ª sessão - Da prova 10 à prova 13; da prova 14 à prova 17.

2ª Jornada 1ª sessão - Da prova 18 à prova 22; da prova 23 à prova 27.

2ª Jornada 2ª sessão - Da prova 28 à prova 32; da prova 33 à prova 36

Os horários de entrada serão comunicados aos clubes na informação prévia na semana do evento.

- O controlo de acesso será efetuado à entrada da instalação por leitura eletrónica do Cartão de Atleta.
- Arbitragem, staff da FPN e funcionários da piscina terão uma credencial específica para o evento.
- Após o início das provas não será permitida a entrada ou saída de nenhum agente desportivo, exceto em caso de emergência.
- O controlo de acesso será efetuado à entrada da instalação por leitura eletrónica do Cartão de Atleta.
- Arbitragem, *staff* da FPN e funcionários da piscina terão uma credencial específica para o evento.
- Serão atribuídos espaços na bancada para cada equipa. Os nadadores devem permanecer neste espaço, exceto quando se deslocarem para nadar a sua prova.
- Os nadadores, após nadarem a sua prova deverão abandonar a piscina de competição para o exterior o mais rápido possível.
- No fim de cada bloco de provas todos os nadadores abandonam obrigatoriamente as instalações. Só depois será dada autorização para a entrada dos nadadores do bloco seguinte.





4.2. Circulação dentro das instalações

- A circulação deve ser evitada exceto no desempenho das funções de cada um ou do previsto para nadadores e treinadores no ponto 3.4.
- A circulação dos nadadores é feita sempre que possível 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 organização e abandonar a piscina para o exterior.

4.3. Locais atribuídos a cada clube

- A cada clube será atribuído um espaço numerado com capacidade para a equipa em cada bloco de cada sessão. (ANEXO 3) Na informação aos clubes na semana antes do Torneio será comunicado o nº do espaço atribuído a cada clube.
- Não serão atribuídos nem autorizados espaços para marquesas.
- Os nadadores após realizarem a sua prova têm obrigatoriamente que abandonar a piscina, não podendo permanecer na zona reservada ao seu clube.

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 2 series de 8 lugares de espera para a cada prova. Na antecâmara serão chamados pelo locutor os próximos nadadores das 2 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

Estes agentes desportivos só deverão abandonar o local reservado para a sua equipa para se deslocarem às instalações sanitárias, em caso de emergência ou para acompanharem os seus nadadores ao exterior da piscina.

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 (de acordo com o definido em 4.1), 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 técnica será efetuada via zoom na sexta-feira anterior. A ANCNP enviará o link para a reunião a todas as equipas participantes.

5.2. Aquecimento

- O aquecimento será efetuado de acordo com o programa de provas ([ANEXO 2](#)) e entre cada bloco como definido em 4.1.
O aquecimento decorrerá por intervalos de 15 minutos respeitando a ordem do nº de provas (máximo de 48 nadadores em cada 15 minutos)
- Nº máximo de nadadores por pista é de 6.

Entre cada bloco de provas aplicar-se-á o mesmo princípio para o aquecimento referente às provas seguintes.

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.

5.7. Zona exclusiva para treinadores

- A zona exclusiva para os treinadores será limitada na bancada lateral.
- A FPN distribuirá a credencial de acesso ao espaço a 1 treinador por equipa.

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 desinfeção mais profunda.

7.2. Câmara de chamada

Os espaços da câmara de chamada terão um funcionário exclusivo para desinfeção 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 desinfeção entre a sessão da manhã e sessão da tarde

Entre sessões realizar-se-á uma desinfeção 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

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS





PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADOR PRINCIPAL



FORNECEDOR OFICIAL



PARCEIROS



Moradia Complexo do Jamor, Estrada da Costa, 1495-688 Cruz Quebrada

+351 21 415 81 90/91

+351 21 419 17 39

secretaria@fpnatacao.pt