

## **PLANO DE CONTINGÊNCIA específico para o Covid-19**

**Prova de Orientação pedestre 22ºGPRA4 a disputar-se em 02-10-2021**

### **Enquadramento**

O plano de contingência tem por base a Orientação 036/2020 de 25/08/2020 da DGS, atualizada em 31/03/2021 sobre COVID-19: Desporto e Competições Desportivas

O Plano de Contingência apresenta um conjunto de procedimentos que minimizam o risco de contágio e garantam o bom funcionamento do evento 22º GPRA4, salvaguardando as comunicações necessárias a realizar interna e/ou externamente de todos os intervenientes.

### **Responsáveis do Plano de Contingência**

Ivo Gomes - 936034345

Tozé Silva - 969085603

José Bolrão - 962830738

### **Materiais que têm de ser assegurados e disponibilizados:**

- Termómetro de infravermelhos, para medição da temperatura de todas os elementos da organização e dos atletas.
- Solução antisséptica de base alcoólica e respetivos dispensadores, colocada em vários pontos da arena e áreas afetas ao evento;
- Informação sobre a correta utilização dos materiais de protecção e higienização
- Máscaras faciais.
- Luvas descartáveis
- Solução anti-séptica para higienização e limpeza dos revestimentos, equipamentos e utensílios, assim como objetos e superfícies que são manuseadas.

### **Deveres dos atletas:**

- Todos os Atletas têm obrigatoriamente de assinar um Código de Conduta / Termo de Responsabilidade (Anexo 1), no qual é assumido o compromisso pelo cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV-2 durante a prática desportiva. Caso este procedimento não seja efetuado os atletas estão proibidos de competir.
- Respeitar as regras de distanciamento social, mantendo, em todas as situações, um mínimo de 2 metros de distância de outros praticantes e/ou organizadores;
- Serem responsáveis pelo cumprimento de regras de higienização, podendo ainda usufruir dos dispositivos cedidos pela organização nas partidas e nas chegadas;
- Serem responsáveis por guardar os seus pertences, incluindo as chaves das viaturas.

- Usar máscara durante todo o evento exceto na altura em que está em competição, ou seja, pode tirar a máscara só após a sua partida e colocá-la logo de seguida ao terminar a sua etapa e de descarregar o SI card.

#### **Os atletas não devem:**

- Cumprimentar fisicamente os demais atletas;
- Trocar ou emprestar mapas, SI cards, bússolas e demais materiais usados para a prática desportiva, com outros atletas.

#### **Procedimento na chegada à zona de competição:**

- Os atletas devem equipar-se na sua viatura e aceder à zona de competição já equipados;
- Devem aceder à zona de competição tão próximo quanto possível da hora de início da sua partida previamente divulgada no site da prova tendo em atenção que haverá minuto **-4 em Leiria** e **-8 em Monte Real**.
- A deslocação até à zona de competição deverá ser efetuada de forma isolada, ou na companhia de elementos do agregado familiar com quem partilhe residência;
- Manter a máscara colocada até ao momento da partida (minuto 0').
- Os atletas farão uma verificação de temperatura quando da sua entrada na zona das Partidas nos minutos **-4 em Leiria** e **-8 em Monte Real**.

#### **Partidas**

##### **Medidas de prevenção do contacto nas Partidas:**

- Há 2 corredores distintos, pelos quais serão distribuídos os participantes
- A sinalética suplementar é disponibilizada on line em [www.coc.pt](http://www.coc.pt) e estará impressa no mapa
- Os horários de partida são disponibilizados online em [www.coc.pt](http://www.coc.pt)

##### **Procedimentos dos atletas:**

- É obrigatório higienizar as mãos antes de entrar na zona de partida;
- É obrigatório o uso de máscara de proteção até ao momento da sua partida (quando inicia a prova);
- Manter uma distância mínima de três metros entre utilizadores (atletas e organizadores);

## **Procedimentos Perante Caso Suspeito**

De acordo com os sinais e sintomas previstos na Norma 004/2020 da DGS, são considerados casos suspeitos de infecção por SARS-CoV-2 as pessoas que apresentem:

- a. Quadro de infecção respiratória aguda com pelo menos, um dos seguintes sintomas
  - i. Tosse de novo, ou com agravamento do padrão habitual;
  - ii. Febre (**temperatura  $\geq 38,0^{\circ}\text{C}$** ) sem outra causa atribuível;
  - iii. Dispneia / dificuldade respiratória, sem outra causa atribuível.
- b. Anosmia, ageusia ou disgeusia de início súbito.

Atletas com medição de temperatura igual ou superior a  $38^{\circ}\text{C}$  serão encaminhados de imediato por um responsável para a área de isolamento próxima das Partidas. Passados 5 minutos é repetida a medição de temperatura e se esta se mantiver => a  $38^{\circ}$ , o responsável da área de isolamento contactará o Centro de Contacto SNS24 (808242424).

A área de isolamento estará preparada de acordo com as regras consagradas pela Orientação 006/2020 da DGS.

## **Chegadas**

### **Medidas de prevenção do contacto nas Chegadas:**

- Há 2 corredores separados para a descarga do cartão de controlo eletrónico com as informações do registo de prova do atleta (sequência da visita aos pontos de controlo onde se encontra dispositivo electrónico que funciona por proximidade (+/- 30 cm) sem necessidade de contacto físico);
- Os resultados são disponibilizados online em [www.coc.pt](http://www.coc.pt)

### **Procedimentos dos atletas:**

- É obrigatório higienizar as mãos antes de fazer download do SI card;
- É obrigatório o uso de máscara de proteção após concluir a prova;
- Manter uma distância mínima de três metros entre utilizadores (atletas e organizadores);

## **Cerimónia de entrega de prémios**

### **Medidas de prevenção do contacto:**

- Na cerimónia de entrega de prémios os presentes deverão respeitar o distanciamento social e o uso da máscara;

### **Procedimentos dos atletas:**

- É obrigatório higienizar as mãos antes de participar na entrega de prémios;
- É obrigatório o uso de máscara de proteção;
- Manter uma distância mínima de três metros entre utilizadores (atletas e organizadores);