

دليل الارشادات الوقائية والاجراءات الاحترازية من كوفيد-19 فى البطولات والسباقات

حرصا من الاتحاد المصري للترايثلون على سلامة جميع الحضور من مشاركين و عمال ومنظمين وحكام واولياء امور ومسؤولين، تم إعداد هذا الملف.

إجراءات احترازية عامة:

توصى اللجنة الطبية بالاتحاد المصري للترايثلون باتخاذ الإجراءات التالية:

- يجب على كل لاعب/مشارك الفحص الصحي اليومي لآخر 14 يوما قبل السباقات، من الأعراض التالية (درجة الحرارة – الرشح - العطس – فقدان حاسة التذوق والشم وما شابه) وإذا ما كان هناك أي من هذه الأعراض برجاء عدم المشاركة و لا يسمح له بدخول منطقة السباق.
- يجب أن يلتزم كافة المشاركين بالفصل جسدي /تباعدا اجتماعي (مترين على الأقل) بين بعضهم البعض و الرياضيين والأطقم الفنية والمنظمين وكافة المتواجدين.
- يجب على المتفرجين اتباع قواعد التباعد الاجتماعي التي تطلبها سلطات الصحة العامة.
- يجب على كل المتسابقين ارتداء أقنعة / غطاء الوجه والأنف أثناء أي نشاط غير تنافسي. وخلعه فقط قبل انطلاق المسابقة. وارتدائه بعدها.
- من الهام أن يقوم كل لاعب بالاحماء على حدى وتجنب تواجد أي تجمعات على الاطلاق.
- من الهام عندما يقوم اللاعب بانهاء السباق أن يتوجه للاماكن المتسعة اولا والتهديئة حتى انخفاض النبض ومعدل التنفس قبل التعرض لاي اشخاص اخرين وعليه سرعة ارتداء الاقنعة.
- يجب حظر مشاركة المعدات، خاصة عدم مشاركة زجاجات المياه والأكواب.
- أي شخص يشعر بالمرض من المقرر أن يشارك في الحدث يجب ألا يحضر إلى المكان وأن يتم يقوم بإخطار اللجنة المنظمة عبر البريد الالكتروني.
- جميع المشاركين في الحدث الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا وأي شخص يعاني من ظروف صحية خطيرة لديهم أكبر احتمالية لعواقب وخيمة في حالة الاتصال أو التعرض للعدوى والتوصية بأخذ المزيد تدابير وقائية أو حتى عدم المشاركة في الظروف الصعب.
- يجب على المسؤولين الفنيين تجنب العبور بين الجمهور.
- الاعتراضات وماشابه يجب ابلاغ الحكم العام من مسافة لا تقل عن 3 امتار.وسيقوم الحكم العام بارشاد المعارض واعطائه رقم استقبال الاعتراضات، حيث يتم استقبالها كتابيا على رقم الحكم العام عن طريق الواتس اب او البريد الالكتروني للبطولة.

هام جدا جدا قبل السباقات: ننصح جميع الحضور من كبار زوار، لاعبيين، حكام، اداريين، منظمين، متطوعين، متفرجين، عمال، اولياء امور بالتالي:
التحقق من أي علامات وأعراض COVID-19. يجب الإعلان بوضوح عن عدم حضور أي فرد/مشارك إذا ظهرت عليهم الأعراض التالية:

1. درجة حرارة اكبر من + 38.

2. سعال مستمر.

3. فقدان حاسة التذوق والشم.

الاجراءات الاحترازية - لاعبين

اولا: قياس الحرارة خارج منطقة الاعداد. وجة اللعب عكس اتجاه الحكم

ثانيا: الترقيم باستخدام الكمامة ولا ترقيم لمن لا يرتدي الكمامة – الوجه عكس اتجاه حكم الترقيم.

ثالثا: لن يسمح بدخول منطقة التبديل بدون كمامة وبدون ترقيم.

رابعا: الكشف الذاتي للخوذة امام الحكم.

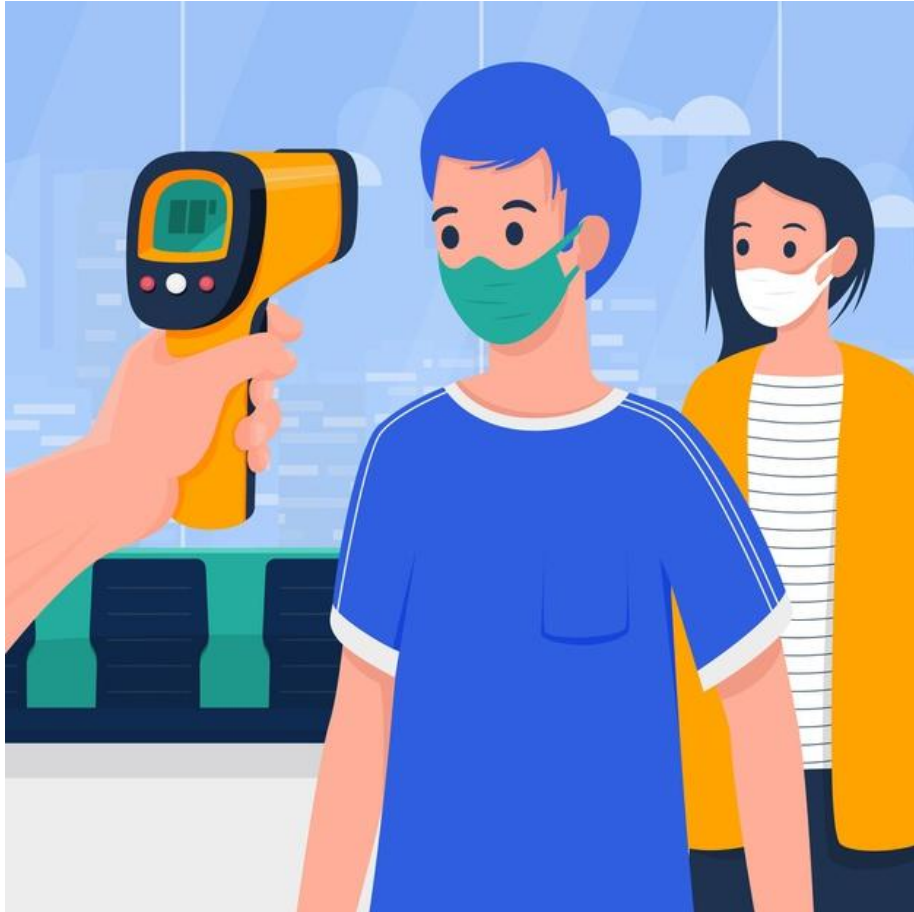
خامسا: ارتداء الكمامة في اي وقت خارج المنافسة.

ساسا: ارتداء الكمامة قبل وبعد السباقات.

سابعا: التنويع باستخدام الكمامة.

رجاءا:

- 1- أن يكون بحوزة كل لاعب اكثر من كمامة.
- 2- عند التحدث لاحد المنظمين او الحكام او المسؤولين ان يتم الحفاظ على مسافة 2م
- 3- التواجد مبكرا عن التوقيتات المحددة لتجنب الازدحام



إجراءات احترازية الحكام والمنظمين والمتطوعين والإداريين بالبطولة:

توصى اللجنة الطبية بالاتحاد المصري للترايثلون باتخاذ الإجراءات التالية:

- تجنب لمس الرياضيين.
- التزم بمسافة 2 م إلا عند الضرورة القصوى.
- ارتد أقنعة طبية طوال الوقت وخاصة عند التعامل مع اللاعبين.
- استخدم الصافرة فقط عند الضرورة. أو استخدام آلة صافرة يدوية بدلا من صافرة الفم.
- استخدم صافرة قصيرة وحادة ليست طويلة أو ضربات بوق قوية.
- لا تعمل عند الشعور بالإعياء، وقم ابلاغ المسؤول عنك فوراً.
- استخدم معقم اليدين عند كل استراحة في السباق (بين التصنيفات ، السباقات)
- عند استخدام صافرة البداية والتوجيهات او صافرة الاعداء يجب أن تكون بعيداً عن الرياضيين.
- عند اعطاء تنبيهات او توجيهات او ما شابه توجه لمسافة خمسة أمتار على الأقل بعيداً عن المتسابقين واي أشخاص ثم اخلع القناع وقم بإعطاء التنبيهات.
- ضرورة استخدام الأقنعة الطبية لحكام المناطق التالية (الأعداد والترقيم – منطقة التبدل – منطقة النهاية – منطقة البداية)
- استخدم التغطية الكاملة للحكم الذي يعمل كدليل إذا كان يجب تواجده مع قائد الدراجة البخارية.
- يجب أن يتم إحاطة جميع الحكام والمنظمين بأن استخلاص المعلومات يكون في مكان يحترم فيه التواصل الاجتماعي وإذا أمكن في الهواء الطلق او غرف ذات تهوية جيدة.

إجراءات احترازية للمرافقين والمتفرجين بالبطولة:

توصى اللجنة الطبية بالاتحاد المصري للترايثلون باتخاذ الإجراءات التالية:

- رجاءاً بأن لا يزيد عدد المرافقين فرد او اثنين على الاكثر لكل لاعب
- اذا حضر احد المرافقين أو المتفرجين فيجب احترام المسافات الاجتماعية في جميع المناطق التي تكون مسموحة للمتفرجين.
- الالتزام بالإمكان المسموحة للمرافقين والمتفرجين
- عدد العبور من تحت أشرطة التحديد
- الالتزام بأن تكون التدفقات في اتجاه واحد وعدم العودة من نفس المكان.
- يُنصح المتفرجون بعدم التوقف في الأقسام الضيقة من الممرات. او امام اللاعبين.
- الالتزام بمسافة 2 متر بين كل مشاهد والآخر.
- عدم الاقتراب من مسارات الركض والدراجات والالتزام بالاصطفاف بمسافات 2 متر على الأقل.

المؤتمرات:

لتجنب التجمعات قررت اللجنة المنظمة الآتي:

- ✓ يقام المؤتمر الفني للاعبين والمدربين عبر الفيديو كونفرنس يوم الجمعة الموافق 22 يناير 2021.
- ✓ يقام الاجتماع الفني للحكام والمنظمين والإداريين يوم الجمعة 22 يناير 2021.

خطة الإجراءات الاحترازية

- قياس درجة الحرارة لكل المشاركين في السباق من لاعبين وحكام ومنظمين ومسؤولين.
- لا توفر اللجنة المنظمة اقامة مسبقة للبطولة للحكام او المنظمين او المشاركين.
- تم تقليص حجم فريق المسؤولين الفنيين وعدد الموظفين الذين يسافرون إلى هذا السباق.
- تقليص عدد المشاركين بالتصفيات والسباقات لأعداد أقل تصل للنصف من المسموح به مسبقا.
- تم تنظيم جميع مساحات العمل والمرافق بطريقة تحترم التباعد الاجتماعي.
- عند مدخل كل خيمة / غرفة ، توجد معقمات اليدين الكحولية متاحة.
- توفير مناديل مطهرة ونصح موظفي تنظيف الأماكن بتطهير مقابض الأبواب ومقابض المراض ومقابض صنوبر الحمام وما إلى ذلك في جميع المناطق عدة مرات في اليوم.
- تظل أبواب الغرف مفتوحة إن أمكن وإذا لم يكن يجب أن تتم إدارتها من قبل المتطوعين لعدم السماح لأي متردين لمس مقابض الأبواب والدخول.
- تطبق عقوبات صارمة على كل من لا يلتزم بالارشادات وايقاف واستبعاد لكل من لا يلتزم بهذه الاجراءات وتطبيق الآتي:
- شطب – ايقاف – غرامات – استبعاد - عقوبات



حافظ على التباعد
الاجتماعي



اغسل يدك باستمرار
وعقمها كلما امكن



لا تلامس ولا تصافح



اعطس
في مرفقك

مع تحيات
الاتحاد المصري للترايثلون