



Normas de Segurança Complementares **(Retorno à prática de atividade desportiva ao ar livre)**

ARTIGO 1º - Recomendações de Segurança na Instalação Desportiva

1. No Campo de Jogos Exterior da EB Sophia de Mello Breyner serão colocados cartazes de recomendações da DGS (<https://covid19.min-saude.pt/materiais-de-divulgacao/>).
2. Todas as pessoas presentes nos locais de prática definidos pelo treinador, e durante as sessões de treino, deverão cumprir na íntegra todas as recomendações de segurança, devendo ter sempre o equipamento de proteção individual adequado. É obrigatória a utilização de máscara sendo esta opcional apenas durante a prática do treino.
3. No gabinete do CVL, na EB Sophia de Mello Breyner, estará disponível um termómetro por infravermelhos, para que o treinador responsável do treino possa medir a temperatura dos seus atletas, antes da sessão de treino. O equipamento deverá ser guardado, depois de higienizado, no final do treino. Um atleta que tenha temperatura igual ou superior a 38° C deverá seguir as recomendações do Artigo 4º, Ponto nº1 do presente regulamento.
4. Não é permitido o empréstimo de material ou objetos entre os atletas, devendo também os mesmos evitar qualquer contacto com outras pessoas, mantendo sempre o maior distanciamento social possível.
5. É obrigatório que os atletas levem para o treino, complementarmente com o seu material de proteção individual, gel alcoólico ou toalhete desinfetante. Caso seja necessário o contacto dos atletas com a porta de acesso aos sanitários, este deverá ser feito sempre com toalhete desinfetante, luvas ou papel descartável.

ARTIGO 2º - Recomendações de Segurança durante o Treino

1. As sessões de treino devem privilegiar espaços com pouca movimentação de pessoas e garantir o distanciamento físico de pelo menos 3 metros entre praticantes;
2. Deverão ser realizadas em pequenos grupos, respeitando as regras da DGS;
3. Não é permitida a partilha de materiais ou equipamentos de treino;
4. Não é permitido o acesso a balneários e está condicionada a utilização de instalações sanitárias ou qualquer outra instalação fechada.
5. Cada grupo de atletas deverá ser acompanhado apenas por 1 treinador. Deverá ser mantido sempre o distanciamento social em todos os momentos, mesmo durante os tempos de descanso.



ARTIGO 3º - Deveres Gerais dos Utilizadores

1. Respeitar e cumprir escrupulosa e atempadamente quaisquer indicações dos elementos responsáveis da Direção da Escola, Espaços Públicos ou do Clube, assim como manter o distanciamento social em todos os momentos, incluindo nos tempos de descanso.
2. Lavar ou desinfetar as mãos antes e depois do treino e evitar o contacto com o rosto.
3. Obedecer sempre e promover os comportamentos de prevenção da propagação do Covid-19, e ter sempre presente que todos somos agentes de saúde pública.

ARTIGO 4º - Plano de Contingência

1. Na eventualidade de um indivíduo manifestar algum sintoma da doença, tais como tosse, febre, dificuldade respiratória, dor de garganta, dores nas articulações,, alterações do paladar e/ou do olfato, durante a utilização da instalação desportiva, deverá efetuar o seguinte procedimento:

- Abandonar o recinto no imediato, com a máscara de proteção individual colocada;
- Ligar para a linha de apoio SNS24, através do número 808 24 24 24, para que a Direção Geral de Saúde (DGS) faça o devido encaminhamento.
- Avisar a Direção do Clube, assim que possível, para o email geral@cvl.pt, identificando-se, referindo a equipa e o local do treino.

Lisboa, 19 de junho de 2020

A Direção