



2. Manual de Procedimentos de Proteção de Praticantes Desportivos e Treinadores do Campo de Areia CVO na reabertura a 1 de Junho

Com este Manual de Procedimentos de Proteção, a Direção do Clube de Voleibol de Oeiras, responsável pelas instalações Campo de Areia CVO presente na sua sede social, assume e comunica o seu compromisso com a adoção de medidas e implementação de boas práticas que sustentam a diminuição do risco de disseminação da COVID-19.

Pretende-se também que praticantes desportivos e treinadores se comprometam a cumprir as normas de boa conduta higiene-sanitárias enumeradas pela Direção-Geral da Saúde e a assumir o código de conduta expresso neste Manual de Procedimentos de Proteção.

Este Manual foi contruído com a intenção de ser de leitura e compreensão fácil por TODOS os utilizadores das instalações desportivas, pois a proteção da comunidade depende do cumprimento escrupuloso das medidas de proteção por cada indivíduo.

A. Pessoal autorizado a utilizar as Instalações

Ficam autorizados a utilizar o Campo de Areia do Clube de Voleibol de Oeiras, os praticantes desportivos, bem como os treinadores e pessoal diretamente ligado às equipas de treino, que não apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 (tosse, febre ($>38^{\circ}$), dificuldade respiratória, corrimento nasal, dor de garganta, dor de cabeça, dores musculares, dores nas articulações, cansaço, diarreia ou perda do olfato).

Apenas ficam autorizados a utilizar o campo os utilizadores que tenham feito uma marcação na plataforma de Marcação Online do Campo CVO gerida pelo Clube de Voleibol de Oeiras, através do email campo@voleiboloeiras.com e que tenham assinado o Termo de Responsabilidade (aceda aqui) antes de acederem às instalações desportivas. Esta lista está presente plataforma de Marcação Online do Campo CVO

As medidas de mitigação do risco de propagação, que podem incluir a alteração ou restrição de atividades, são definidas após avaliação de risco de cada uma das atividades específicas do treino.

B. Deslocações e Processo administrativo

No sentido de reforçar os procedimentos de proteção de todos os utilizadores, praticantes desportivos e funcionários, fora dos momentos de treino, nas deslocações de e para as instalações de treino:

1. O comportamento fora do treino deve reger-se pelas mais recentes orientações da Direção Geral de Saúde, no que se refere ao recolhimento domiciliário, distanciamento social, etiqueta respiratória e demais recomendações.



**Clube
de Voleibol
de Oeiras**

Fundado em 1974

2. As deslocações para e das instalações de treino devem ser efetuadas, sempre que possível, em veículo próprio, sem contacto com terceiros, respeitando as mais recentes orientações da Direção-Geral de Saúde. Os utilizadores só devem dirigir-se às instalações se assintomáticos. Na presença de sintomas ou de temperatura elevada medida no domicílio, os utilizadores devem abster-se da deslocação às instalações e procurar assistência médica.
3. A circulação no interior das instalações deverá realizar-se exclusivamente do portão da sede para o portão do campo de areia, estando proibidas socializações dentro das instalações. As deslocações nas instalações devem ser realizadas com a distância de, pelo menos, 2 metros de outros utilizadores e com máscara cirúrgica. A utilização da máscara cirúrgica só é opcional no momento do treino.
4. O processo administrativo de marcação do campo será realizado unicamente na plataforma de Marcação do Campo de Areia CVO presente no site CVO e como indicado nas Regras de Reabertura do Campo de Areia CVO.
5. O controlo de acessos será realizado pelos colaboradores das instalações, respeitando a distância de 2 metros, não sendo permitido o contacto físico nem a troca de objetos. A identificação dos utilizadores será verificada à distância. À chegada e à saída das instalações todos os utilizadores têm de higienizar as mãos.

C. Balneários

Não existem balneários de apoio ao Campo de Areia CVO e o duche ao ar livre encontra-se encerrado.

A mangueira existente junto ao campo apenas pode ser utilizada para regar o campo.

Os pertences pessoais (mochila, sapatos, etc.) têm de ficar DENTRO do campo de areia pedindo-se que levem o mínimo e indispensável;

D. Instalações sanitárias

As instalações sanitárias e procedimentos para a limpeza e desinfeção das mesmas são da responsabilidade do concessionário do Restaurante, que se encontra na sede do CVO e onde se localiza o Campo de Areia, respeitando as mais recentes orientações da Direção-Geral de Saúde. Serão disponibilizados de kit de limpeza para os utilizadores (solução alcoólica, água corrente, sabão, papel descartável, contentor próprio com saco descartável).

E. Equipamentos de Proteção Individual (EPI)

1. Todos os colaboradores deverão seguir as normas mais recentes da Direção-Geral de Saúde relativamente à utilização de EPIs. Quando em contacto com utilizadores (atletas, treinadores e pessoal diretamente ligado às equipas de treino), os colaboradores deverão manter a distância de segurança de 2 metros e estar munidos de máscara.
2. Todos os utilizadores das instalações deverão utilizar máscara. A utilização da máscara só é opcional no momento do treino.

F. Plano de contingência se sintomas durante o treino

A sala da Direção CVO é definida como a Sala de Isolamento que tem o material necessário de contingência: telefone, termómetro, lenços papel, luvas e máscara, alimentos secos e água, recipiente para lixo.



**Clube
de Voleibol
de Oeiras**

Fundado em 1974

Na deteção de Caso suspeito:

1. O treinador ou um responsável das instalações deve:
 - a) Colocar máscara e luvas, ANTES de se aproximar do caso suspeito;
 - b) Entregar máscara e luvas à pessoa com sinais de doença;
 - c) Indicar à pessoa a sala preparada para isolamento acompanhando com, pelo menos, 1 metro de distância, a pessoa até à zona da sala de isolamento, evitando contacto próximo com outras pessoas;
 - d) Identificar e registar os espaços frequentados pela pessoa e os contactos estabelecidos com a mesma nesse local.
2. A pessoa com sinais de doença:
 - a) Segue as orientações constantes do folheto disponível na sala de isolamento profilático;
 - b) Contacta a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as instruções.

G. Instalações que podem ser utilizadas

Apenas o Campo de Areia CVO, instalação ao ar livre de prática do Voleibol de Praia presente na sede CVO, pode ser utilizado considerando as características das instalações e os procedimentos e medidas de minimização dos riscos de utilização das instalações, expressas nas Regras de Reabertura do Campo de Areia CVO.

A Direção do CVO