



# MANUAL DE PROCEDIMENTOS

## TORNEIO ZONAL DE JUVENIS – SUL

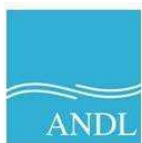
COMPLEXO MUNICIPAL DE  
PISCINAS DE LEIRIA

12 e 13 de dezembro de 2020



Associação de Natação  
do Interior Centro





## 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

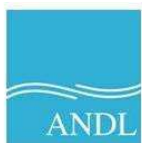
### 5. PROCEDIMENTOS DA COMPETIÇÃO

- 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

### 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

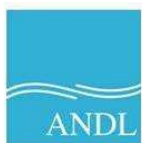
## 8. OUTROS

- 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



Associação de Natação  
do Interior Centro





## 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 e treinadores 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, nº 51-A/2020 de 26 de junho e nº 88/2020 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.

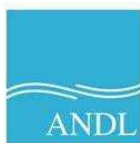
### 2.1. Plano de Contingência da Instalação

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 do Distrito de Leiria em parceria com a Câmara Municipal de Leiria, 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 de Leiria.

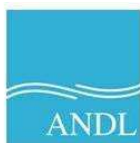
### 3.2. Equipamentos de proteção individual

- 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).
- Todos os agentes desportivos deverão apresentar o cartão da FPN, quando solicitado.
- Cada treinador só poderá estar no espaço, aquando a realização da prova do (s) seu(s) atleta(s).





### 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 servirão unicamente para troca de roupa antes da realização da prova. Após esta, haverá espaços definidos para a troca de roupa.
- Cacifos encerrados
- Duches encerrados

## 4 . CIRCULAÇÃO DE ATLETAS, TREINADORES E DELEGADOS/ FISIOTERAPEUTAS

### 4.1. Controlo de entradas na instalação

- Todos os participantes no evento (nadadores e treinadores) devem obrigatoriamente entregar à entrada da piscina, devidamente preenchida e assinada, o Termo de Responsabilidade relativo a este evento que consta no ANEXO 4 deste Manual de Procedimentos.
- Só será autorizada por sessão a entrada de 1 treinador e dos nadadores inscritos nas provas dessa respetiva sessão.
- O controlo de acesso será efetuado à entrada da instalação.
- Arbitragem, *staff* da FPN e ANDL e funcionários da piscina terão uma credencial específica para o evento.
- Os nadadores entram para o espaço da piscina de aquecimento, aguardam a chamada para a câmara de chamada, nadam a série respetiva e abandonam obrigatoriamente a piscina de competição para o exterior logo após terminarem a sua prova.

### 4.2. Circulação dentro das instalações

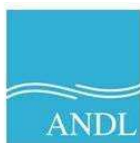
- A circulação deve ser evitada exceto no desempenho das funções de cada um ou do previsto para nadadores e treinadores no ponto 3.4.
- A circulação dos nadadores é feita em sentido único pelo que os mesmos devem fazer-se acompanhar sempre dos seus pertences.
- Após a sua prova os nadadores devem mudar de roupa no local indicado pela organização e abandonar a piscina para o exterior.

### 4.3. Locais atribuídos a cada clube

- Não serão atribuídos nem autorizados espaços para marquesas.
- Estarão sinalizados os lugares disponíveis para os clubes.







#### 4.4. Períodos de utilização da piscina para aquecimento

S  será autorizado o aquecimento na piscina indicada para o efeito de acordo com o descrito adiante no ponto 5.2.

#### 4.5. Acesso   câmara de chamada

- A câmara de chamada terá 3 séries de 8 lugares de espera para a cada prova. Na antecâmara serão chamados pelo locutor os próximos nadadores das 3 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   obrigatório a apresentação da credencial que será entregue pela organização.
- O treinador s  deverá permanecer no espaço enquanto tiver algum nadador a participar.

#### 4.8. Circulação de delegados

Devido às exigências da DGS com o número de pessoas dentro da piscina, os delegados s  poderão entrar nas instalações caso sejam contactados para o efeito.

## 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)

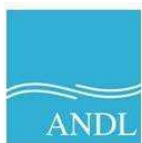
Após competirem o n  de provas estipulado, as equipas e todos os seus elementos deverão abandonar a instalação.

Entre cada vaga, os espaços utilizados serão devidamente higienizados, antes de entrar uma nova vaga de nadadores.

#### 5.1. Reuniões técnicas

- A reunião de delegados será realizada via ZOOM, no dia 10 de dezembro, pelas 21h30 (link a ser enviado atempadamente)
- Cada clube só se pode fazer representar por 1 elemento





## 5.2. Aquecimento

- O aquecimento será efetuado de acordo com o programa de provas ([ANEXO 2](#)). Sujeito a confirmação durante a reunião de delegados.
- Nº máximo de nadadores é de 6 em cada 2 pistas (circulação em carrossel recomendada)
- Os nadadores após o aquecimento serão chamados para a câmara de chamada.

## 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.
- As medalhas serão entregues ao representante da equipa e estarão disponíveis no secretariado da prova.

## 5.7. Zona exclusiva para treinadores

- A zona exclusiva para os treinadores será limitada na bancada lateral (1 treinador).

## 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 instala es sanitárias serão regularmente limpas e desinfetadas de acordo com as regras vigentes na instala o. Será efetuada uma crescente regularidade dos procedimentos sempre que a utiliza o durante o evento assim o justifique.
- Entre sessões realizar-se-  uma desinfec o mais profunda.

#### 7.2. Câmara de chamada

As cadeiras da câmara de chamada terão um funcionário exclusivo para desinfec o das cadeiras entre cada utiliza o durante as provas.

#### 7.3. Blocos de partida

Os blocos de partida serão higienizados pelo árbitro respetivo após cada partida.

#### 7.4. Limpeza e desinfec o entre a sessão da manhã e sessão da tarde

Entre sessões realizar-se-  uma desinfec o mais profunda de toda a instala o.  
(portas, corredores, corrimãos, baias separadores, bancadas, sanitários, etc.)

## 8 . OUTROS

8.4. Anexo 1 – Plano de Contingência da Instala o

8.5. Anexo 2 – Regulamento de Prova

8.6. Anexo 3 – Planta da piscina com a indica o dos percursos, zona de aquecimento e competi o

8.7. Anexo 4 – Minuta de Termo de Responsabilidade para nadadores e treinadores

