

DIRECTRIZES PARA ABERTURA

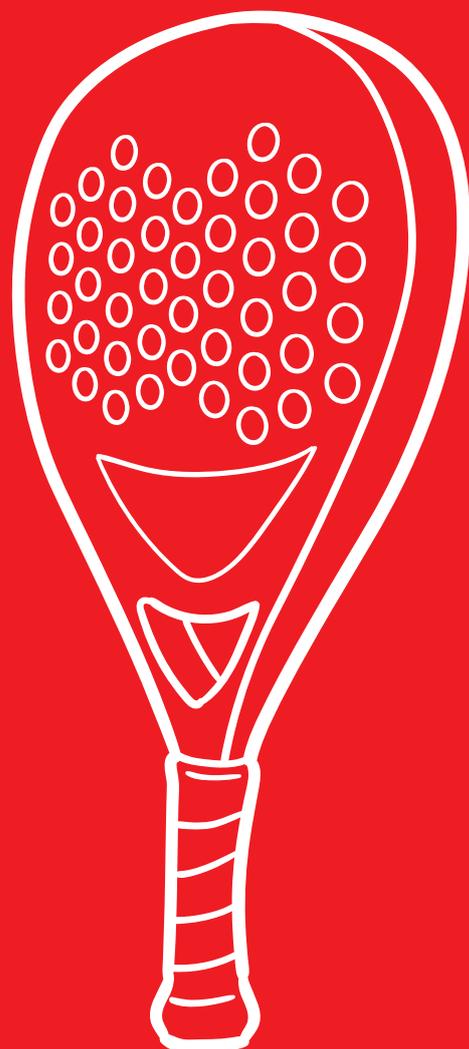
DOS CLUBES DE PADEL AO AR LIVRE

* em vigor de 4 a 18 de Maio de 2020



*FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE PADEL*

O PADEL DE TODOS, PARA TODOS!



NÃO JOGUE PADEL SE:

- Esteve em contacto com alguém que testou positivo ao COVID-19 nos últimos 14 dias
- Padecer de sintomas semelhantes aos da gripe
- Fizer parte de um grupo considerado de alto risco.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO - CLUBES

INTERACÇÃO NO CLUBE:

- Para além dos funcionários, o acesso às instalações do clube, deverá ficar limitado apenas às pessoas que vão praticar padel (jogadores e treinadores);
- No caso de crianças menores apenas um dos pais/responsável deve acompanhá-las;
- Os jogadores só poderão entrar no campo quando este estiver vazio, a fim de evitar cruzamento entre pessoas e cumprir distâncias de segurança;
- Terá sempre de ser mantida a distância de segurança (2 metros) em todas as zonas de permanência do clube;
- Limitar o tempo de permanência no clube apenas à duração da actividade.

MEDIDAS DE HIGIENE NOS CLUBES:

- Colocar sabão, desinfectante para as mãos ou toalhetes, disponíveis em todos os principais pontos de acesso (Entrada e saída do clube, e junto às portas dos campos);
- Limpar o interior dos campos, (vidro, malhas, tela de rede e postes), com um produto à base de álcool ou lixívia, no fim de cada utilização (aula ou aluguer);
- Limpar todas as superfícies de contacto, como balcões, mesas, maçanetas, louças, casas de banho, telefones, teclados, tablets e mesas, três vezes ao dia usando luvas descartáveis;
- Limpar regularmente todas as superfícies que possam ter sangue, fluidos corporais e/ou secreções ou excreções;
- Deve medir-se a febre a todos os jogadores quando entram no clube, com um termómetro de infravermelhos, bem como a todo o staff do club quando entram e saem das instalações.



CLUBES – REGRAS GERAIS:

- Instalar uma barreira física (ex. em Acrílico) entre o jogador e o recepcionista;
- Sinalizar pavimentos e se necessário criar circuitos de circulação de modo a que fiquem garantidas as distâncias de segurança entre todos os utentes;
- Proibido o aluguer de raquetes e bolas;
- Proibido o uso das Casas de banho ou balneários, salvo para emergências ou lavar as mãos;
- Remover todo o mobiliário de descanso (Cadeiras, Bancos e Afins);
- Remover os móveis almofadados em pano ou materiais que não sejam de fácil desinfecção permanente;
- Exibir sinalização sobre as recomendações da DGS, técnicas de lavagem das mãos e higiene em pontos estratégicos do clube tais como:
 - recepção,
 - áreas de alimentação,
 - áreas de bar,
 - em todos os campos e
 - em todos os lavatórios;
- Utilizar soluções de pagamento electrónico sempre que possível evitando o contacto físico e aglomeração de pessoas na recepção;
- Proibir concentrações sociais;
- Obrigatório o encerramento dos serviços de restauração, café, cantina e bar, para consumo no local;
- Manter a sua equipe informada sobre as acções que se estão a realizar;
- Manter registos de quem participa nas suas actividades e respectivos contactos;
- Criar e fazer cumprir um manual de procedimentos de protecção de praticantes e funcionários.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO - JOGADORES

USO DE EQUIPAMENTO:

- Não tocar na cara depois de tocar numa bola, raquete ou outro equipamento de Padel;
- Limpar a raquete antes de cada jogo/treino, no fim de cada jogo/treino e sempre que possível enquanto joga/treina;
- Cada jogador deve marcar as suas bolas e durante o jogo só deverá tocar com as mãos nas suas bolas. As bolas dos outros jogadores devem ser tocadas apenas com a raquete;
- Limpar todo o equipamento de Padel com desinfetante à base de álcool, incluindo raquetes, toalhas, equipamento de treino, como cones alvo.



HÁBITOS DE HIGIENE:

- Não partilhar garrafas de água. Cada jogador deve trazer a sua própria garrafa;
- Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, ou desinfetante, sempre que possível;
- Sempre que tossir ou espirrar, faça-o para a dobra interior do cotovelo e não para a mão, ou use um lenço descartável que deve deitar no lixo imediatamente depois de tossir/espirrar;
- Limpar os equipamentos do campo em que tocar (rede, manivela da rede, e postes) antes de sair do campo.

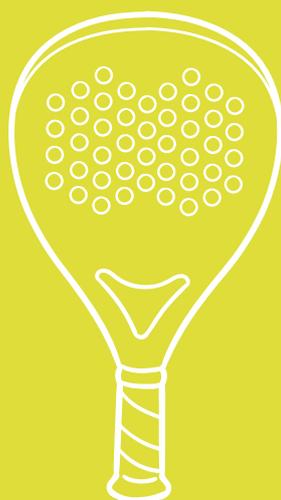


PRÁTICA DA ACTIVIDADE:

- Chegar o mais próximo possível do início da actividade e sair o mais rapidamente possível assim que terminar;
- Lavar/Esterilizar as suas mãos antes e depois de jogar e evitar tocar na sua cara enquanto decorrer o jogo/treino;
- Toque nas raquetes em vez dos apertos de mão regulares antes ou depois da partida;
- Evitar as trocas de campo. Caso tenham de ocorrer, cada par deve trocar de campo por portas opostas;
- Manter sempre o distanciamento social, inclusive nos momentos de descanso ou de dar feedback;



- Em jogo, cada jogador que serve, deve usar duas bolas, que devem ser tocadas apenas por ele durante o seu jogo de serviço. No jogo seguinte o próximo jogador a servir deve colocar as suas duas bolas em jogo e ser ele apenas a tocá-las. Durante o jogo os restantes jogadores devem passar-lhe as bolas apenas com a raquete, sem tocá-las com as mãos;
- Só podem estar até 5 pessoas no campo incluindo o treinador;
- Encurtar as sessões de treino sempre que necessário para minimizar que os jogadores se cruzem;
- Limitar o uso de equipamento de treino, como por exemplo cones, alvos, marcas, etc.;
- Não permitir que os alunos toquem em nenhum equipamento de treino – caso sejam usados tubos para apanhar as bolas cada tubo deve ser usado apenas por uma pessoa que o desinfetará no final de cada treino;
- Quando há necessidade de apanhar as bolas os jogadores devem usar a raquete, ou o tubo que lhes tenha sido atribuído, sem tocar as bolas com as mãos.



**O CUMPRIMENTO DESTAS NORMAS NÃO INVALIDA
A OBRIGATORIEDADE DE CONSULTA E CUMPRIMENTO DA RESOLUÇÃO
DO CONSELHO DE MINISTROS N. 933-A/2020**



**FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE PADEL**