

Vážení vedoucí oddílů,

V pravidelných informacích ČSAR Vám **doporučujeme manuál** k opětovnému zahájení tréninkové činnosti. Informace jsme čerpali ze zdrojů Národní sportovní agentury a MŠMT - ochrana zdraví a provoz středisek volného času do konce školního roku 2019 / 2020.

Organizace tréninků a zahájení činnosti od 11.5.2020.

1. Obecná pravidla

- 1.1. Zahájit činnost lze od 11.5.2020 za dodržení podmínek uvedených v tomto dokumentu.
- 1.2. V případě nezletilých účastníků platí, že v rozhodných situacích, které se týkají jejich práv a povinností, je důležité vedle komunikace s nezletilým účastníkem komunikovat také s jeho zákonným zástupcem.
- 1.3. Doporučujeme vyžadovat podepsání čestného prohlášení o neexistenci příznaků virového infekčního onemocnění - viz příloha
- 1.4. Opatření jsou nyní aktuální. Mohou však být pozměněna v reakci na vývoj situace ohledně šíření koronaviru.

2. Vstup do budovy / sportoviště

- 2.1. Vstup do budovy, kde trénink probíhá (TB) je umožněn pouze účastníkům, nikoli rodičům.
- 2.2. Všichni účastníci i trenéři nosí **ve společných prostorách roušky**
- 2.3. Každý účastník bude mít s sebou **sáček na uložení roušky**.
- 2.4. Účastníci jsou povinni dodržovat stanovená hygienická pravidla; jejich opakované nedodržování, po prokazatelném upozornění zákonného zástupce v případě účastníka, je důvodem k jeho nevpuštění do (TB) (*popřípadě k vyřazení účastníka*).

3. V budově / sportovišti

- 3.1. Lze připustit pouze maximální počet osob na sportovišti, které bylo stanoveno usnesením vlády.
- 3.2. Přesuny skupin účastníků, pohyb na chodbách, návštěvy toalet či společných prostor je nutné organizovat tak, aby byly minimalizovány kontakty jak mezi skupinami, tak jednotlivci včetně zaměstnanců SVČ.
- 3.3. Při přesunech je vhodné dodržení odstupů 2 metry vždy, když je to možné (*nejméně 1,5 metru*).
- 3.4. Toalety musí být vybaveny mýdlem v dávkovači, nádobou na dezinfekci a jejím dávkovačem a jednorázovými papírovými ručníky pro bezpečné osušení rukou.
- 3.5. Úklid a dezinfekce toalet probíhá minimálně jednou denně.
- 3.6. Dezinfekční prostředky na ruce jsou k dispozici i v tělocvičnách.
- 3.7. **Časté větrání budov** je zásadním preventivním faktorem (*minimálně jednou za hodinu po dobu 5 min*).
- 3.8. **Úklidový personál** musí být informován a poučen o hygienických zásadách a o potřebě čištění a dezinfekce povrchů a předmětů.
- 3.9. **Důkladné čištění všech místností**, ve kterých se účastníci a trenéři nacházejí, musí být prováděno nejméně jednou denně.
- 3.10. **Dezinfekce povrchů nebo předmětů**, které používá zvláště velký počet lidí, musí být prováděna několikrát denně (*např. kliky dveří, spínače světla, místa k sezení ve společných prostorách*). Nutné je vyhnout se alergickým prostředkům.

- 3.11. Odpadkové koše musí být vyprázdněny alespoň jednou denně.
- 3.12. Zakázáno je využívat šaten a sprch (vyplývá z podkladů Národní sportovní agentury)

4. V tělocvičně

- 4.1. **Neprodleně po přezutí**, popřípadě po příchodu do tělocvičny, musí každý použít dezinfekci na ruce. Doporučuje se i předchozí umytí rukou (*důkladně 20 až 30 sekund vodou a tekutým mýdlem*).
- 4.2. Maximální **počet účastníků od 11.5.2020 pro organizovaný trénink na sportovišti (platí pro vnitřní i venkovní) je 100 osob.**
- 4.3. Ohledně používání roušek během tréninku - se informace z různých zdrojů liší následovně
 - a) Z podkladů MŠMT ohledně zájmového vzdělávání ve střediscích volného času uvádíme:
V průběhu vzdělávání v rámci jedné místnosti nemusí účastníci ani trenéři nosit roušku, pokud je zachován rozestup 2 metry (*nejméně 1,5 metru*). Pokud dochází k bližšímu kontaktu, musí se roušky nosit i v tělocvičně.
 - b) Z podkladů Národní sportovní agentury uvádíme:
Sportovci při sportování nemusí mít roušku, ostatní osoby (trenéři) roušku mít musejí po celou dobu.
- 4.4. Při sejmutí si každý účastník ukládá roušku do sáčku.
- 4.5. **V každé místnosti je nezbytné často větrat** (*minimálně jednou za hodinu po dobu 5 min*).
- 4.6. V případě nástrojů nebo předmětů, které používá větší počet osob musí být prováděno čištění a ošetřování častěji než standardně, a to tak, aby nedošlo k jejich poškození.

5. Při podezření na možné příznaky COVID-19

- 5.1. Nikdo s příznaky infekce dýchacích cest, které by mohly odpovídat známým příznakům COVID-19 (*zvýšená tělesná teplota, kašel, náhlá ztráta chuti a čichu, jiný příznak akutní infekce dýchacích cest*), nesmí do tréninkového zařízení vstoupit.
- 5.2. Pokud účastník vykazuje některý z možných příznaků COVID-19, je nutné umístit jej do samostatné místnosti a kontaktovat zákonné zástupce s ohledem na okamžité vyzvednutí účastníka (*zletilý účastník opustí TB v nejkratším možném čase s použitím roušky a požadovaného odstupu*). O podezření se informuje spádová hygienická stanice. Ostatní účastníky je pak vhodné umístit do jiné místnosti nebo změnit aktivitu, pokud je to možné, na pobyt venku s povinným nošením roušky, dokud není známý zdravotní stav indisponovaného účastníka. Doporučuje se, aby zařízení měla bezkontaktní teploměr k měření tělesné teploty.
- 5.3. Pokud se u trenéra příznaky objeví v průběhu práce, resp. tréninku, zařízení opustí v nejkratším možném čase s použitím ochranných pomůcek a požadovaného odstupu. Účastníky je pak vhodné umístit do jiné místnosti nebo změnit aktivitu, pokud je to možné, na pobyt venku s povinným nošením roušky, dokud není známý zdravotní stav indisponovaného trenéra.

Za výbor ČSAR

Jiří Hais - předseda svazu