

SECRETARIA REGIONAL DA SAÚDE E DESPORTO

DIREÇÃO REGIONAL DO DESPORTO

ASSUNTO:

**MANUAL DE PROCEDIMENTOS DE UTILIZAÇÃO E FUNCIONAMENTO DO PARQUE
DESPORTIVO REGIONAL - COVID-19**

janeiro de 2021

Introdução	3
1. Breve caracterização do Parque Desportivo Regional	4
2. Princípios gerais	4
3. Pedidos de utilização das instalações	5
4. Normas de utilização gerais destinadas aos utilizadores	5
5. Normas a cumprir pelos trabalhadores	6
6. Normas e adaptações nas instalações desportivas	7
7. Normas Específicas de utilização de balneários	8
8. Normas a considerar pelos treinadores na organização e planeamento do treino	9
9. Normas específicas para a organização de competições desportivas de modalidades federadas sob a égide de Federações Portuguesas dotadas de Estatuto de Utilidade Pública Desportiva.	10
10. Normas específicas para utilização dos espaços desportivos	12
10.1 Espaços de Atividade Física Individual e de Lazer	13
10.2 Espaços e instalações encerradas ou interditas	13
11. Limpeza e desinfeção	13
12. Anexos	14

Introdução

O presente *MANUAL DE PROCEDIMENTOS DE UTILIZAÇÃO E FUNCIONAMENTO DO PARQUE DESPORTIVO REGIONAL – COVID 19* é elaborado com vista à sua aplicação nas instalações que se encontram sob a gestão direta dos Serviços de Desporto (SD), serviços desconcentrados externos da Direção Regional do Desporto (DRD).

Na elaboração desta nova versão foram consideradas as orientações constantes da “Circular Informativa n.º 53B, de 26 de agosto de 2020 - COVID-19 – Prática Desportiva, Espaços de Prática de Atividade Física Desportiva e Desporto Federado, Competições Desportivas de Modalidades federadas sob a égide de Federações Portuguesas dotadas do Estatuto de Utilidade Pública Desportiva, da responsabilidade da Direção Regional da Saúde e atualizada com o estipulado no Decreto Regulamentar Regional N.º 1-D/2021/A de 29 de janeiro de 2021, concretamente na determinação da possibilidade da presença de público em eventos e competições desportivas.

Tratam-se de orientações genéricas que normalizam para todas as instalações os procedimentos a desenvolver, sendo que cabe a cada Serviço de Desporto de Ilha proceder à sua adequação a cada realidade das diferentes tipologias de instalação, considerando entre outros fatores as suas características construtivas, de localização e acesso, de percursos de utilização e ainda as condições materiais e os recursos humanos disponíveis.

Dos vários complexos ou instalações desportivas existem algumas que, sendo similares, poderão adotar medidas semelhantes entre si, porém, será importante definir medidas também para algumas instalações que, pela especificidade, exigem uma atenção diferenciada, como as piscinas (pela tipologia da instalação), salas de desportos de combate (pela tipologia das atividades normalmente desenvolvidas, as instalações de apoio como os balneários (pelo risco que pode representar o seu uso) ou até as zonas de circulação.

A presente versão considera a utilização das piscinas sob gestão dos Serviços de Desporto, possibilitada pela Resolução do Conselho do Governo n.º 206/2020 de 31 de julho de 2020 nos casos em que tal situação seja possível e, de acordo com o estipulado no Decreto Regulamentar Regional n.º 1-D/2021/A, relativamente à determinação de encerramento de ginásios e piscinas cobertas, em concelhos de alto risco.

Em função da evolução da situação e do conhecimento adquirido sobre a sua adequação, este Manual de Procedimentos poderá sofrer, a qualquer momento, alterações ou modificações.

1. Breve caracterização do Parque Desportivo Regional

O Parque Desportivo Regional sob a gestão dos Serviços Externos da Direção Regional do Desporto é composto por uma grande diversidade de complexos e instalações desportivas destinadas à prática de atividades físicas e desportivas. Entre elas existem instalações cobertas e descobertas, pavilhões, salas de ginástica e de combate, ginásios, piscinas, estádios, campos de futebol 11 e 7, polidesportivos, pistas de atletismo, entre outros, além das zonas de apoio, nomeadamente os balneários/vestiários, espaços de circulação e espaços exteriores e de acesso. Inclui ainda vários espaços de utilização pública destinados à promoção da atividade física desportiva quer de adultos quer especificamente de crianças.

2. Princípios gerais

Deve ser assegurado que todas as pessoas que trabalham e utilizam as instalações do Parque Desportivo Regional, estejam sensibilizadas e conscientes para o cumprimento das regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos, do distanciamento social, assim como as outras medidas de higienização e controlo ambiental abaixo descritas:

- a) O manual de procedimentos que regula a utilização e funcionamento das instalações do Parque Desportivo Regional, no âmbito do COVID-19, deve estar afixado em local visível;
- b) Todos os trabalhadores devem ser conhecedores e cumpridores dos planos de contingência instituídos nas instalações onde trabalham;
- c) Deve existir um sistema de registo da limpeza com identificação das pessoas responsáveis e a frequência com que é realizada;
- d) Nesta fase, a frequência de limpeza deve ser aumentada nas zonas em utilização;
- e) Os profissionais de limpeza devem conhecer bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação

em condições de segurança, e garantir uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfeção;

- f) Todos os profissionais nos seus locais de trabalho, devem garantir a vigilância e segurança dos utentes na utilização das instalações desportivas.

3. Pedidos de utilização das instalações

Todos os novos pedidos de utilização das instalações devem ser endereçados aos serviços de desporto de ilha nos termos do “*Regulamento de Utilização das Instalações Integradas no Parque Desportivo Regional, propriedade da Região e que se encontram sob a gestão direta da administração regional autónoma*”, aprovado pela Portaria n.º 113/2018 de 17 de outubro.

Os pedidos de utilização deverão conter para além dos documentos normalmente utilizados e referidos no regulamento anteriormente indicado, o documento “*Declaração*” (**Anexo I**) de conhecimento e aceitação das normas e condições expressas no Manual de Procedimentos de Utilização e Funcionamento do Parque Desportivo Regional.

Conforme o determinado pela Direção Regional de Saúde é obrigatório o preenchimento do documento “*Registo da utilização das instalações desportivas COVID-19*”, (**Anexo II**) em cada utilização, para efeitos de eventual vigilância epidemiológica.

4. Normas de utilização gerais destinadas aos utilizadores

- a) 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 contatar a linha de saúde regional;
- b) Apenas os utilizadores devidamente autorizados, podem aceder às instalações;
- c) A utilização dos balneários/vestiários encontra-se determinada no n.º 7 do presente manual. Quando não se verifique o uso de balneários/vestiários devem os utilizadores apresentar-se nas instalações devidamente equipados. Recomenda-se, em qualquer circunstância, a lavagem de todo o vestuário utilizado imediatamente após a chegada a casa;

- d) Apenas será permitida a entrada de um número de utilizadores que não ultrapasse a ocupação prevista para o espaço desportivo a utilizar por cada equipa/grupo, conforme definido pelo respetivo Serviço de Desporto de Ilha;
- e) É obrigatório o uso de máscara, na entrada e saída das instalações desportivas. A dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara, aplica-se apenas, durante a realização da prática Desportiva;
- f) É obrigatório a desinfeção das mãos com os produtos disponibilizados nas receções de entrada para os espaços desportivos, à chegada e à saída;
- g) A circulação no interior das instalações deverá realizar-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados, estando proibidas aglomerações de pessoas fora do âmbito da atividade, dentro das instalações;
- h) As deslocações nas instalações devem ser realizadas com a distância de, pelo menos, 2 metros de outros utilizadores;
- i) Serão limitadas as zonas de circulação nas instalações, devendo os utilizadores utilizar apenas os espaços que lhes estiverem destinados;
- j) É obrigatório o uso de calçado desportivo apenas destinados à prática, devendo os utilizadores efetuar a troca de calçado antes de entrarem no espaço desportivo;
- k) Não é permitido o acesso de público às instalações para assistir aos treinos;
- l) É obrigatória a higienização das mãos na entrada do cais da piscina;
- m) É obrigatório o uso de chinelos no cais da piscina;
- n) É recomendado aos utilizadores o uso de óculos de natação no cais da piscina, de modo a evitar tocar com as mãos nos olhos;
- o) O não cumprimento das regras determinadas será motivo de cancelamento da autorização da utilização.

5. Normas a cumprir pelos trabalhadores

- a) Devem usar sempre equipamento de proteção individual, garantindo o uso de máscara e, sempre que necessário, o uso de viseira e de luvas descartáveis;
- b) Devem respeitar o distanciamento com os colegas e os utilizadores, garantindo o respeito de todos pelos regulamentos instituídos;
- c) Devem respeitar as zonas de trabalho que lhes sejam atribuídas de forma a minimizar o contato com outras equipas de trabalho;

- d) Devem privilegiar o desenvolvimento de tarefas individualmente, garantindo a execução da mesma desde o seu início até à sua conclusão;
- e) Devem proceder à desinfeção de qualquer equipamento, material ou utensílio que usem (exemplo: aspiradores, roçadoras, esfregonas, baldes, escadotes, entre outros) antes e após a sua utilização;
- f) Devem ser conhecedores das formas corretas de colocação e remoção de máscara, luvas descartáveis, bem como das recomendações de correta higienização das mãos e regras de conduta;
- g) Devem verificar e registar os utilizadores, controlar a lotação autorizada.

6. Normas e adaptações nas instalações desportivas

- a) Apenas será permitida a entrada dos utilizadores autorizados à hora de início de cada atividade;
- b) Entre cada utilização, deverá ser garantido o tempo necessário para limpeza e desinfeção dos espaços e equipamentos utilizados, sendo que no caso das instalações desportivas cobertas, deve também ser assegurado o tempo necessário ao arejamento do espaço desportivo, não inferior a 20 minutos;
- c) Na elaboração e atribuição das instalações desportivas, deverão ser considerados desfasamentos de horários de forma a evitar a aglomeração de utilizadores nos acessos, zonas de circulação e instalações de apoio;
- d) No caso de os utilizadores não utilizarem os balneários/vestiários, será indicado, sempre que possível, um WC para o uso de cada espaço desportivo, apenas para caso de emergência;
- e) Os balneários/vestiários e os WCs serão limpos e desinfetados sempre que se verifique a sua utilização;
- f) Deverá ser destinado um WC para cada equipa de trabalhadores em número correspondente ao número de zonas de trabalho definidas, ficando estes com a responsabilidade de proceder à sua limpeza e desinfeção após cada utilização;
- g) Devem ser afixados cartazes informativos e ilustrados com as corretas formas de higiene das mãos, colocação e remoção de máscara e outras medidas ou informações pertinentes relacionadas com o combate à pandemia;
- h) Devem ser identificadas as zonas de higienização das mãos nas receções das instalações/complexos desportivos e na entrada para o cais da piscina;

- i) Devem ser disponibilizados baldes do lixo com pedal e tampa (com aviso de não tocar com as mãos) junto das zonas de desinfeção das mãos;
- j) Devem ser sinalizadas com fitas adesivas coloridas a zona da receção e a correta circulação, nos espaços e vias de acesso, garantindo o distanciamento social;
- k) As zonas de atendimento deverão, sempre que possível, ter uma proteção em acrílico, não sendo permitido o contacto físico nem a troca de objetos;
- l) Devem ser, sempre que possível, garantidas as entradas dos utilizadores por acessos mais próximos do exterior, de forma a minimizar a circulação no interior das instalações;
- m) Devem ser fechados e interditados os espaços, arrecadações, bancadas ou divisões que não se encontrem destinadas a ser utilizadas;
- n) Todas as superfícies pedonais nos espaços interiores, materiais propensos ao toque pelas mãos, e equipamentos desportivos que possam ter sido usados, devem ser limpas e desinfetadas após cada utilização;
- o) Devem ser retirados e acondicionados em local inacessível aos utilizadores todos os equipamentos, bancos, mesas, tapetes colchões de queda, entre outros equipamentos, sempre que não sejam expressamente autorizados o seu uso;
- p) Está expressamente proibida a utilização de equipamentos cujas superfícies não sejam laváveis ou sejam compostas/revestidas por tecido;
- q) Não serão guardados nas instalações quaisquer equipamentos, materiais ou utensílios, propriedade dos utilizadores, quando se verifique a inexistência de cacifos ou arrecadações em número suficiente para que apenas a entidade requerente manipule o seu material;
- r) Sempre que exista autorização para a utilização ou arrumação de material desportivo será a entidade utilizadora a responsável pela sua limpeza e desinfeção, no final de cada utilização.

7. Normas Específicas de utilização de balneários

Caso disponham de alternativa, os utilizadores devem evitar a utilização dos balneários e/ou chuveiros/cabines de duche das instalações;

A utilização de balneários só será assegurada, desde que garantidas as condições de distanciamento físico, higienização, limpeza e desinfeção preconizadas na Circular

Informativa n.º 20, de 23 de março de 2020 – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares – Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19), da Direção Regional de Saúde.

Em situação de necessidade de rentabilização de horários na atribuição de espaços desportivos e de acordo com as necessidades do Serviço de Desporto de Ilha e sempre que a atividade o permita, não será atribuído balneário.

Quando for possível a utilização de balneários, devem ser asseguradas as seguintes normas:

- a) Os utilizadores deverão respeitar o distanciamento físico de dois metros quando sentados ou em circulação;
- b) Os utilizadores deverão respeitar o distanciamento físico de dois metros entre chuveiros/cabines de duche;
- c) A taxa de ocupação dos balneários será sempre definida de acordo com a regra dos dois metros de distanciamento;
- d) Os circuitos de circulação de funcionários e utilizadores, deverão sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;
- e) Serão assinalados de forma visível quais os cabides/bancos, cacifos e chuveiros/cabines de duche que podem ser utilizados;
- f) A utilização de máscara é obrigatória, com exceção do momento do duche;
- g) Não serão disponibilizados aparelhos de secagem de mãos, nem permitido o uso de secadores de cabelo.

8. Normas a considerar pelos treinadores na organização e planeamento do treino

- a) Assegurar que em espaços fechados e abertos é garantido o distanciamento físico mínimo de pelo menos três metros entre pessoas durante a prática de atividade desportiva. Decorrendo da tipologia das modalidades desportivas e da respetiva avaliação de risco, no caso do desporto federado, podem decorrer atividades de treino com recurso a situações técnico-táticas de menor afastamento e até de eventual contacto, adequado às necessidades da sua preparação. Nestes casos, o

distanciamento deverá ser sempre maximizado e o período de maior proximidade entre os atletas deverá ser o menor possível;

- b) Cabe ao treinador garantir a organização e aplicação de planos de treino, devidamente adequados, às condições referidas anteriormente e de acordo com as orientações da respetiva federação;
- c) Não é permitida a partilha de equipamentos de treino não higienizados;
- d) Não é permitida a partilha de equipamento pessoal (toalhas ou bebidas);
- e) Os utilizadores devem levar consigo todo o seu equipamento individual, evitando que este toque em superfícies, instalações ou outros utilizadores;

9. Normas específicas para a organização de competições desportivas de modalidades federadas sob a égide de Federações Portuguesas dotadas de Estatuto de Utilidade Pública Desportiva.

- a) A organização destas competições desportivas, deve levar em consideração o risco da mesma, garantindo o respeito pelas normas federativas em vigor e sua adaptação às medidas e recomendações definidas pela Direção Regional da Saúde, bem como a concordância com o Manual de Procedimentos de Utilização e Funcionamento do Parque Desportivo Regional;
- b) A organização de competições é da responsabilidade da associação ou do clube que promove a iniciativa;
- c) Cabe ao promotor da competição (associação ou clube) a produção de um Manual de Competição descritivo e específico da mesma (MC)/Plano de Contingência Específico (PCE) da competição, a elaborar de acordo com o referido na alínea a), a apresentar com a antecedência mínima de cinco dias úteis, ao respetivo Serviço Desporto de Ilha, para apreciação, ponderação e verificação da sua adaptabilidade à instalação e recursos disponíveis;
- d) Nesse documento devem constar, entre outras informações, os horários pretendidos de disponibilização do espaço que se pretende esteja sob a alçada do MC/PCE, o calendário e horário das competições, o número de atletas, técnicos, juízes ou árbitros. Deverá ainda fazer referencia a outros agentes que sejam necessários à realização da competição, a operacionalização das provas, do material e equipamento necessário e ainda a presença de público, face às medidas de contingência adotadas, acrescentando também uma proposta do estabelecimento de

circuitos de acesso diferenciados para atletas/staff, equipas de arbitragem e demais elementos, caso exista, e o estabelecimento de horários desfasados que permitam evitar aglomeração de praticantes no mesmo espaço, medidas de prevenção, proteção e controlo adotadas para a competição e outras mais específicas do evento competitivo, com vista à minimização dos riscos de transmissão por SARS-CoV-2;

- e) Conforme previsto no Decreto Regulamentar Regional n.º 1-D/2021/A, nos concelhos de baixo risco, passa a ser possível e limitada a presença de público em eventos e competições desportivas, a $\frac{1}{4}$ da respetiva lotação da instalação, mas garantindo as regras de distanciamento social. Nos concelhos de médio e alto risco mantem-se a suspensão de presença de público em eventos e competições desportivas. O cumprimento das regras de distanciamento social, poderão obrigar a que a lotação do público seja inferior a $\frac{1}{4}$ da lotação prevista para a instalação desportiva, dependendo da especificidade das suas características.
- f) É permitida a presença de público até ao limite definido na alínea e) desde que, conforme previsto na Circular Informativa n.º DRS CINF/2020/53B, sejam cumpridos cumulativamente os seguintes requisitos:

I. Seja garantida a existência de circuitos de entradas e saídas próprios e separados de forma bem definida e, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;

II. Sejam implementadas medida de distanciamento físico que garantam a separação de 2 metros entre espetadores;

III. Todos os espetadores devem utilizar permanentemente máscara;

IV. Exista a possibilidade de assegurar em quantidade adequada a existência de instalações sanitárias devidamente higienizadas e frequentemente limpas de acordo com a Circular Informativa nº 20, de 23 de março de 2020 – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares, da DRS;

V. O promotor da competição assegure o rigoroso controlo das entradas, bem como a existência de sinalética com indicações claras sobre os locais a utilizar pelos espectadores, sendo que os lugares para o público devem ser marcados. Deve ser garantida pelo promotor, a existência mínima de dois lugares de intervalo entre cada lugar ocupado (exceto se coabitantes), cumprindo o distanciamento entre cada pessoa, na mesma fila, podendo ser ocupadas todas as filas, desde que os lugares

ocupados estejam desencontrados. As filas e os lugares a ocupar devem estar devidamente sinalizados, através de marcações físicas de distanciamento;

VI. O promotor da competição deve assegurar a existência e manter em sua posse durante 14 dias, um registo, devidamente autorizado, dos espectadores (nome e contacto telefónico), que assistiram à competição, para efeitos de eventual vigilância epidemiológica.

10. Normas específicas para utilização dos espaços desportivos

- a) A lotação dos espaços desportivos será determinada, caso a caso, pelos Serviços de Desporto de Ilha, de acordo com as características das instalações desportivas, com a tipologia das atividades, com os recursos humanos e materiais disponíveis, com as necessidades de distribuição de horários e com a ocupação ou não de balneários e/ou vestiários, face ao cumprimento das orientações descritas na Circular Informativa n.º DRS CINF/2020/53B;
- b) O controlo da utilização dos espaços exteriores e cobertos deve ser efetuado pelo trabalhador à entrada dos mesmos, evitando assim, a passagem desnecessária nas instalações fechadas;
- c) Não é permitida a presença de público a assistir às sessões de treino;
- d) Assegurar que em espaços fechados e abertos é garantido o distanciamento físico mínimo de:
 - I. Pelo menos dois metros entre pessoas em contexto de não realização de prática Desportiva (receção, bar/cafetaria, espaços de circulação, entre outros);
 - II. Pelo menos três metros entre pessoas durante a prática de atividade física e desportiva;
 - III. Decorrendo da tipologia das modalidades desportivas e da respetiva avaliação de risco, no caso do desporto federado podem decorrer atividades de treino com recurso a situações técnico-táticas de menor afastamento e até de eventual contacto, adequado às necessidades da sua preparação.

10.1 Espaços de Atividade Física Individual e de Lazer

- a) Deve ser garantido por parte dos utilizadores o cumprimento das normas de segurança em vigor definidas pela Direção Regional de Saúde e no Manual de Procedimentos de Utilização e Funcionamento do Parque Desportivo Regional.
- b) A limpeza das instalações será assegurada com regularidade;
- c) Serão afixadas de forma bem visível todas as informações e regras de utilização das instalações;
- d) Os utilizadores assumem a responsabilidade de garantir o cumprimento da norma da Direção Regional da Saúde relativamente ao controlo de utilização para efeitos de eventual vigilância epidemiológica. Para o efeito será disponibilizado um local próprio, devidamente assinalado, para que os utilizadores possam deixar o registo dos seus contatos, data e hora de utilização. Em alternativa poderão os utilizadores, remeter para o Serviço de Desporto de Ilha, via SMS ou correio eletrónico, os mesmos elementos.

10.2 Espaços e instalações encerradas ou interditas

- a) Saunas e banhos turcos;
- b) Bares;
- c) Zonas de circulação e casas de banho desnecessários ao acesso à utilização dos espaços desportivos.

11. Limpeza e desinfeção

Serão garantidas as condições de limpeza e desinfeção, conforme a Circular Informativa n.º 20, de 23 de março de 2020 – Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares – Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19), bem como as medidas previstas para piscinas e similares na da “Circular Informativa n.º 53B, de 26 de agosto de 2020 - COVID-19 – Prática Desportiva, Espaços de Prática de Atividade Física Desportiva e Desporto Federado, Competições Desportivas de Modalidades federadas sob a égide de Federações Portuguesas dotadas do Estatuto de Utilidade Pública Desportiva”, ambas da Direção Regional da Saúde, com as devidas adaptações.

12. Anexos

Anexo I

DECLARAÇÃO

Termo de Responsabilidade da entidade utilizadora do Parque Desportivo Regional, no âmbito do “COVID 19”.

Entidade: _____

Responsável: _____

Endereço Eletrónico: _____

Contato telefónico: _____

Declaro que conheço o Manual de Procedimentos de Utilização e Funcionamento do Parque Desportivo Regional, no âmbito da Pandemia COVID 19, e as condições da sua adequação às instalações disponibilizadas pelo Serviço de Desporto de _____ bem como as medidas de proteção individual; de distanciamento social; de monitorização de sintomas; de divulgação à Direção Regional da Saúde dos dados dos utilizadores para eventual vigilância epidemiológica e comprometo-me a divulgá-las e a fazê-las cumprir pelos técnicos e atletas da entidade que represento;

Declaro ainda que conheço o Regulamento de Utilização das Instalações Desportivas Integradas no Parque Desportivo Regional, aprovado pela Portaria n.º 113/2018 de 17 de outubro, bem como dos regulamentos específicos de funcionamento das instalações e equipamentos desportivos sob a gestão direta do Serviço de Desporto _____, responsabilizando-se pelos danos causados nas instalações e equipamentos desportivos, bem como a cumprir com os referidos regulamentos, assumindo também a responsabilidade de reparar ou repor todos os danos causados no material e/ou instalações, no prazo máximo de dez dias úteis após a ocorrência.

Data: ____/____/____

Assinatura do responsável: _____

