

LATVIJAS HANDBOLA FEDERĀCIJAS COVID-19 DROŠĪBAS PROTOKOLS TREIŅIEM

21.10.2021. – 14.11.2021.

Visiem komandas dalībniekiem ir OBLIGĀTA prasība pilnībā iepazīties ar COVID-19 drošības protokolu treniņiem un apņemties ievērot visus noteikumus, tādējādi nodrošinot savu un apkārtējo drošību. Nav pieļaujama bezatbildīga rīcība. Noteikumi attiecināmi uz visiem komandas dalībniekiem, kā arī personām, kuras ir tieši vai netieši iesaistītas treniņprocesa organizēšanā un norisē.

Komandas dalībnieki – spēlētāji un oficiālās personas.

1. VISPĀRĒJI DROŠĪBAS UN HIGIĒNAS NOTEIKUMI

- 1.1 Vairākas reizes dienā mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni vai uz alkohola bāzes gatavotu roku dezinfekcijas līdzekli;
- 1.2 Katram ieteicams lietot savu personīgo roku dezinfekcijas līdzekli;
- 1.3 Lietot sejas masku, pilnībā nosedzot muti un degunu publiskās telpās/ vietās (vienīgi ēdināšanas laikā un treniņos komandas dalībnieki drīkst novilkt sejas masku);
- 1.4 Ja nepieciešams klepot vai šķaudīt, tad aizgriezties no apkārtējiem un to darīt, aizsedzot degunu un muti ar salveti (pēc tam nekavējoties izmest) vai saliektā elkoņa krokā;
- 1.5 Ievērot 2 m distancēšanos visur, kur tas iespējams;
- 1.6 Nesarokoties ar citiem sasveicinoties;
- 1.7 Izvairīties no pārpildītām vietām (arī ja tiek ievērota distancēšanās) un lieliem pūļiem;
- 1.8 Izvairīties no sabiedriskā transporta izmantošanas;
- 1.9 Būt ziņošiem par COVID-19 vīrusa simptomiem (sausss klepus, nogurums, sāpes kaklā, galvas sāpes, garšas un/vai ožas zudums) un simptomu vai aizdomu gadījumā nekavējoties ziņot komandas medicīnas darbiniekiem vai par COVID-19 atbildīgajai personai.

2. KOMANDAS DALĪBNIKĒKI

- 2.1 Atbilstoši MK rīkojumam Nr. 720, treniņprocesā drīkst piedalīties tikai pieaugušo izlases sportisti (arī juniori vecumā no 16 gadiem);
- 2.2 Atbilstoši MK rīkojumam Nr. 720, treniņprocesā drīkst piedalīties augstāko līgu profesionāli sportisti un darbinieki (personas, kuras uz darba līguma pamata un par nolīgto samaksu gatavojas sporta sacensībām un piedalās tajās);
- 2.3 Visi komandas dalībnieki ir tikai personas ar sadarbspējīgiem sertifikātiem (pilns vakcīnas kurss vai pārslimojusi persona);
- 2.4 Treniņprocesā ir atļauts piedalīties personai, kura ir uzsākusi vakcinācijas kursu un ir saņēmusi pirmo vakcīnu;
- 2.5 Kategoriski aizliegts piedalīties personām, kuras neatbilst augstāk minētajiem kritērijiem.

3. COVID-19 VĪRUSA TESTĒŠANA

- 3.1 Treniņprocess noris "burbuļa formātā", kas paredz visu treniņprocesa organizēšanā un norisē iesaistīto personu pilnīgu nošķiršanu no pārklāšanās ar treniņprocesa organizēšanā un norisē neiesaistītām personām;

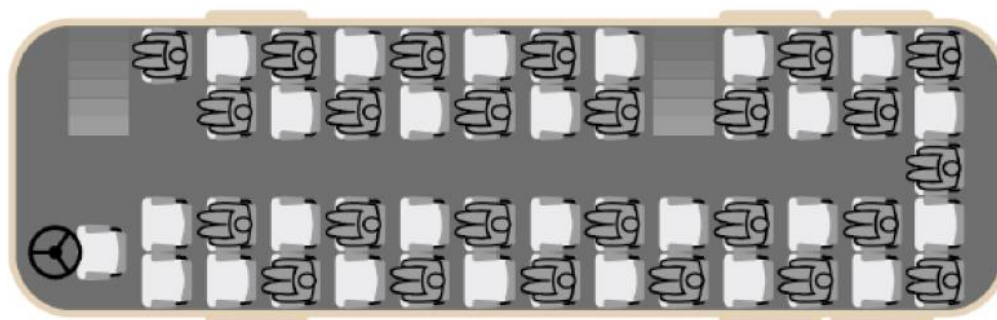
- 3.2 Visas personas (arī personu ar derīgu vakcinācijas vai pārslimošanas sertifikātu) veic testēšanu pret Covid-19 ar RNS testiem, kas veikti pēdējo 72 stundu laikā vai Antigen Rapid testiem ik pēc 24 stundām;
- 3.3 Testus tiesīgs veikt tikai medicīnas personāls.

4. POZITĪVS TESTA REZULTĀTS

- 4.1 Pozitīva testa gadījumā nepieciešams sekot Valsts noteiktajām regulām un ieteikumiem;
- 4.2 Pozitīva testa gadījumā drīkst pārvietoties tikai ar personīgo transportlīdzekli;
- 4.3 Komandā drīkst atgriezties tikai tad, kad persona ir droša un ir uzrādījusi negatīvu testa rezultātu;
- 4.4 Pozitīva testa gadījumā pārējās personas tiek uzskatītas par kontaktpersonām, ja ir uzturējušās kopā ar COVID-19 pozitīvo personu ilgāk par 15 min, taču to nosaka SPKC speciālists.

5. PĀRVIETOŠANĀS

- 5.1 Komandas dalībnieki pārvietojas ar personīgo autobusu/transportu no treniņa vietas uz viesnīcu un otrādi, ievērojot visus iepriekš minētos vispārējās higiēnas drošības noteikumus;
- 5.2 Autobusam ir jābūt pietiekami lielam, lai nodrošinātu distancēšanos;
- 5.3 Neskaitot autobusa šoferi un komandas dalībniekus, neviens cits nedrīkst pārvietoties ar komandas dalībnieku autobusu;
- 5.4 Autobusa šoferim ir jāievēro visus iepriekš minētos vispārējās higiēnas un drošības noteikumus;
- 5.5 Autobusu nepieciešams dezinficēt gan pirms, gan pēc dalībnieku pārvietošanās ar to;
- 5.6 Iekāpšana notiek pa centrālo ieeju, izvairoties no kontakta ar autobusa šoferi;
- 5.7 Autobusa šoferis tikai atver un aizver bagāžas nodalījumu, bet komandas dalībnieki paši ievieto vai izņem savu personīgo bagāžu;
- 5.8 Autobusā komandas dalībnieki sēž "šaha" izvietojumā:



6. VIESNĪCA

- 6.1 Tikai viena komandas oficiālā persona drīkst reģistrēt komandu recepcijā. Pārējie komandas dalībnieki gaida autobusā/personīgajā transportā. Pēc reģistrēšanās komandas dalībnieki dodas tieši uz saviem numuriņiem;
- 6.2 Vēlama personīgā ieeja/izeja komandas dalībniekiem;
- 6.3 Vēlams, lai viesnīcas stāvs ir pieejams tikai un vienīgi komandas dalībniekiem. Komandas dalībnieki neapmeklē citus stāvus;
- 6.4 Ēdināšanu vēlams nodrošināt numuriņos vai arī privātā telpā, kurā neuzturas citi viesnīcas viesi;
- 6.5 Izvairīties no SPA, fitnesa un citu kopīgo telpu izmantošanas;

- 6.6 Dezinfekcijas līdzekļiem jābūt visās koplietošanas telpās;
- 6.7 Numuriņus drīkst uzņemt tikai tad, kad komandas dalībnieki ir izbraukuši;
- 6.8 Izvairīties no kontaktēšanās ar viesnīcas personālu;
- 6.9 Ēdieniem un dzērieniem jābūt izvietotiem pirms komandas dalībnieki ir ieradušies;
- 6.10 Uzkopšana noris tikai tad, kad komandas dalībnieki ir pametuši ēdināšanas telpu;
- 6.11 Komandas dalībnieki izmanto tikai un vienīgi savu personīgo tualeti numuriņā.

7. ĢĒRBTUVES

- 7.1 Ģērbtuvēs iespēju robežās jānodrošina sēdvietas, ievērojot distancēšanos;
- 7.2 Komandas dalībnieki un tiesneši izmanto tualetes savās ģērbtuvēs;
- 7.3 Katrs spēlētājs ir atbildīgs par savu personīgo dvieli;
- 7.4 Nav ieteicama augsta temperatūra dušās;
- 7.5 Spēlētāji ģērbtuvēs atrodas pēc iespējas īsāku laika posmu;
- 7.6 Lai samazinātu iespēju inficēties ar vīrusu, tiek rekomendēts neizmantot dušas ģērbtuvēs, bet uzreiz pēc spēles doties uz savu viesnīcas numuriņu un dušu izmantot tajā;
- 7.7 Ja duša tomēr tiek izmantota ģērbtuvē, ievērot 2 metru distancēšanos un mazgāšanās laiku iespējami samazināt.

8. VADLĪNIJAS TRENĪNPROCESA VIETAI

- 8.1 Visas publiskās zonas tiek dezinficētas pirms komandas dalībnieki ierodas;
- 8.2 Laukumam, vārtu stabiem, spēlētāju maiņas soliņam jābūt dezinficētiem pirms ierodas komandas dalībnieki;
- 8.3 Publiskajās zonās jāatrodas dezinfekcijas līdzekļiem;

COVID-19 DROŠĪBAS PROTOKOLA TRENĪNIEM PARAKSTU LAPA

Nr.p.k.	Vārds	Uzvārds	Parakstos, ka esmu iepazinies/ usies ar <i>COVID-19 drošības protokolu treniņiem</i> un apņemos ievērot visus noteikumus
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			