

COMUNICADO OFICIAL Nº 16/2020

A REABERTURA DOS CLUBES DE CANOAGEM E RETOMA DA PRÁTICA DESPORTIVA

Introdução

Desde o início da presente situação de pandemia Covid-19, a Federação Portuguesa de Canoagem tem trabalhado ativamente de modo a, por um lado, manter ativa e unida a família da Canoagem e, por outro, preparar atempada e responsabilmente todas as medidas possíveis para fomentar a retoma à prática desportiva, quando autorizada.

Como é sabido, pese embora a surpresa com que todas as organizações desportivas viram surgir esta situação, com a consequente imposição de confinamento e encerramento dos Clubes, reagimos à nova realidade, tendo implementado as necessárias medidas por forma garantir o normal funcionamento da Federação, de onde se destacam a suspensão do calendário competitivo, o enquadramento dos colaboradores e funcionários federativos em regime de teletrabalho e a implementação de diversos projetos de manutenção dos níveis de contacto social e motivação dos nossos associados e agentes, consubstanciados na criação dos programas #Fitemcasa FPCanoagemTV e #Emcasacom. Foi também criado um conjunto alargado de palestras e formações, dirigidas a treinadores e dirigentes, com o intuito de aproveitar este tempo de menor atividade desportiva para formação e enriquecimento curricular dos agentes da Canoagem nacional.

Em simultâneo, iniciámos a construção de um plano de contingência, inicialmente suportado em objetivos genéricos, sendo afinado e redefinido à medida que novas informações ou indicações foram emanadas pelas entidades competentes, com o objetivo de podermos enquadrar convenientemente a retoma da prática da modalidade assim que possível.

A Canoagem, sendo uma modalidade de ar livre onde não existe contacto direto entre atletas (à exceção da especialidade de kayak-polo), integra o lote de modalidades desportivas “seguras” cuja prática, numa primeira fase, poderá ser retomada, de acordo com o apresentado a 30 de abril, após reunião do Conselho de Ministros.

Apoiados nas orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS), da Direção Geral da Saúde (DGS), do Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doenças (ECDC) e tendo como base a auscultação das diferentes opiniões e pontos de vista que foram expressos pelos Clubes participantes numa reunião conjunta por videoconferência, onde estiveram presentes cerca de 90% dos Clubes nacionais, elaborámos este documento onde são estabelecidas um conjunto de orientações que permitem detalhar de forma concreta os procedimentos a observar aquando da reabertura dos Clubes de Canoagem em todo o país, possibilitando o retorno à prática desportiva.



É nosso objetivo que esta retoma gradual possa ser feita no mês de maio, para que em junho todos possam estar a treinar em pleno e se prepararem para, em julho, regressarem à competição.

Todas as orientações mencionadas neste documento não substituem nem se sobrepõem a quaisquer indicações ou imposições que venham a ser emanadas por entidades oficiais, sejam elas de âmbito nacional, regional ou local.

As orientações descritas no presente documento entram em vigor a partir de dia 4 de maio de 2020.

A reabertura dos clubes de canoagem

Passado que está mais de 1 mês de Estado de Emergência Nacional, tendo sido anunciada a derrogação do estado de emergência e autorizado o reinício progressivo da atividade económica de alguns setores de atividade, torna-se pertinente definir um conjunto de normas de segurança sanitárias e de higienização dos espaços e instalações dos clubes para que, progressivamente, os mesmos possam retomar a sua atividade desportiva.

Prevemos neste documento uma abertura faseada das referidas instalações, avaliada a cada 15 dias, sendo que nesta primeira fase se prevê apenas a reabertura condicionada das instalações por forma a permitir a prática da modalidade, antevendo-se assim um processo gradual de retoma da prática desportiva.

O faseamento poderá ser revisto em função da evolução epidemiológica da pandemia, por indicação das autoridades de saúde.

De frisar que a reabertura dos clubes apenas fará sentido, quando for permitida a atividade desportiva em todos os nos rios, estuários e mar que atualmente estão interditos pelas autoridades marítimas.

Medidas Gerais de sensibilização dos agentes da modalidade

Não deve deslocar-se às instalações desportivas caso:

- Tenha estado em contacto com alguém infetado nos últimos 14 dias;
- Tenha algum sintoma, como tosse, febre ou dificuldade respiratória (no próprio ou seus conviventes);

Deverá ser sempre cumprido o dever cívico de recolhimento domiciliário sendo que, nas deslocações esporádicas às instalações desportivas deverá:

- Aceder à instalação desportiva tão próximo quanto possível da hora de início da prática desportiva, e abandonar a instalação assim que ela seja concluída;
- Respeitar as regras de distanciamento social, mantendo, em todas as ocasiões, 2 metros de distância de outros praticantes e/ou funcionários da instalação;
- Respeitar a lotação máxima de 5 pessoas por cada 100m² da instalação desportiva.
- Respeitar a limitação de ajuntamento/aglomeração de pessoas com um máximo de 10 pessoas.



Não deverão partilhar equipamento durante a prática desportiva e sempre que tal seja necessário, deve estar previsto um plano de pausa entre atividades para higienização do equipamento antes dessa partilha, nomeadamente nos seguintes equipamentos:

- Pagaias
- Embarcações e seus acessórios
- Coletes
- Vestuário

Os diferentes espaços num clube de canoagem

Os clubes de canoagem em Portugal vivem realidades muito diferentes, em especial nas suas estruturas e recursos, pelo que neste documento sintetizamos um conjunto de orientações abrangentes para todos os níveis e realidade.

Receção

Por forma a reduzir o risco de contágio, na receção as instalações desportivas, caso aplicável, sugerem-se as seguintes medidas:

- Aplicar marcas no chão das distâncias mínimas entre pessoas (4m2);
- Instalar proteções de acrílico ou vidro nas zonas de atendimento;
- Afixar documentação generalizada sobre as medidas de higienização, assim como todas as outras indicações presentes neste documento;
- Reduzir o número de pessoas na zona de receção do clube, para um terço da lotação total do espaço;

Balneários e WC

A utilização dos balneários apenas deverá ser utilizada excecionalmente. Durante a sua utilização deverá ter-se em consideração os seguintes aspetos:

- Reduzir a utilização para 50%, com utilização apenas por exemplo de 2 em 2 cacifos. No caso da utilização de cabides, deverão manter uma distância mínima de 1 metro entre roupas;
- Disponibilização de acesso a WC, com sanita e lavatório, masculino e feminino, sendo que o mesmo deve ser munido de material de higienização pessoal. Deve ainda ser criado um programa de limpeza e higienização de acordo com a utilização prevista. Este espaço deve apenas ser usado para os fins a que se destina.

Chuveiros

É desaconselhada a utilização dos chuveiros.



SEDE SOCIAL

Rua António Pinto Machado 60
4100-061 Porto
TEL: 225432237 | FAX: 225432238
WEBSITE: www.fpcanoagem.pt
EMAIL: geral@fpcanoagem.pt
NIF: 500869944

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

Centro Náutico Eng. Edgar Cardoso
Rua Manuel Pinto de Lima S/N
Oliveira do Douro
4430-750 Vila Nova de Gaia

Ginásio

Nesta fase é desaconselhada a utilização do ginásio devido à constante necessidade de partilha dos equipamentos.

Hangar

Limitar do acesso e permanência de acordo com o espaço do local, assegurando as limitações definidas nas medidas gerais acima mencionadas.

Criar ou adaptar de uma zona, sempre que possível exterior, definida como tal, para limpeza e preparação das embarcações antes e após o treino, garantindo o cumprimento das regras de distanciamento social, assim como garantia de higienização de todos os equipamentos utilizados no exterior antes do armazenamento. A mesma deve ainda prever uma zona para os autocuidados de higiene pessoal de cada atleta no final do treino;

Devem ainda ser criadas condições para que seja possível o acesso direto da zona de aquecimento/treino desde o hangar.

Zonas exteriores

Referimo-nos às zonas de Aquecimento e plano de água, que devem cumprir com seguintes normas:

- Atribuir a cada atleta 4 m² de área em terra para aquecimento, respeitando assim a distância recomendada de afastamento de 2 m/pessoa. Definir dentro do plano de água (sempre que o mesmo for limitado) a área de cada grupo de treino.
- O aquecimento deverá ser sempre realizado no exterior. (deverão ser definidas 2 áreas (A e B) para permitir organizar o espaço para 2 Grupos alternados (A e B) por cada período de treino).
- Devem ser definidas escalas e horários de treino, pelo que os treinos não deverão exceder os 60 minutos;
- Os grupos de treino deverão estar limitados a 4 atletas e desaconselham-se os treinos na onda tripla.
- Deve ser privilegiado o treino realizado individualmente, bem como deve ser dada prioridade nos horários aos atletas de Alto rendimento.

Desaconselhamos a prática de Kayak Polo com simulação de situações de jogo, por forma a manter sempre o afastamento entre atletas. Não é permitida a prática em piscinas interiores.

Em todos os espaços acima referidos, com a exceção do treino de água, deve existir pelo menos 1 dispensador de álcool gel com afixação das normas de higienização.

A atividade desportiva

Todos os atletas que circulem ao ar livre podem ser alvo de fiscalização pelas Autoridades de Segurança Pública ou de Saúde Pública. O incumprimento das normas definidas por lei por estas entidades, poderão levar a sanções que estão previstas para o efeito. Outras recomendações:

- Recomenda-se o treino em embarcações monolugares, na primeira fase de reabertura;



- Recomenda-se que se façam acompanhar de solução de base alcoólica individual em todos os momentos;
- Recomenda-se que se façam acompanhar de todo o material técnico/alimentação/hidratação individual necessários para o seu treino programado (não partilhar objetos, tais como garrafas de água);
- Evitar expelir secreções de forma voluntária para o ambiente envolvente;
- Recomenda-se a utilização de meios de comunicação à distância entre atletas e treinador(es) para evitar contacto físico entre eles;
- Após o treino, e nas áreas acima referidas proceder a lavagem da sua embarcação e colete assim como higienizar com solução de base alcoólica a pagaia e banco;
- Recomenda-se a todos os atletas que após o treino, procedam às práticas de autocuidados de higiene logo após o término do mesmo, utilizando a mesma área de higienização do seu equipamento. O banho deve ser apenas realizado em casa de cada atleta;
- O plano de treinos bem como a organização dos mesmos deverão ser transmitidos aos atletas antecipadamente por via não presencial, para que aquando da realização do treino as reuniões presenciais de grupo sejam as mais breves possíveis ou preferencialmente inexistentes.
- O treinador ou outro elemento do clube deve realizar, antes do início do treino, o inquérito de sintomas (tosse, dificuldade respiratória, dores musculares não consentâneas com a atividade física desenvolvida);
- À exceção dos atletas, todos os técnicos que acompanham os atletas devem usar máscara de proteção segundo as regras de boas práticas de colocação e remoção ditadas pela DGS;
- Preferencialmente os atletas devem deslocar-se para o local de treino de uma forma individual

As seguintes fases

No âmbito da evolução da propagação do COVID-19 e indicativos governamentais e das entidades nacionais e internacionais de saúde, prevemos alargar os condicionamentos acima descritos, em especial a utilização de balneários e chuveiros, assim como o treino a maiores grupos e embarcações de equipa.

Esta avaliação decorrerá a cada 15 dias, em sincronismo com as normas que venham a ser tornadas públicas, até ao dia 18 e 30 de maio, respetivamente.

Porto, 30 de abril de 2020

O Presidente da Federação Portuguesa de Canoagem



Vitor Manuel Taborda Félix

