



Federação Portuguesa de Orientação

Guia de boas normas durante restrições a eventos face à Pandemia Covid-19: Higiene e Segurança nas Provas de Orientação

A Orientação

- **A Orientação é um desporto, praticado ao ar livre**, onde os atletas **individualmente** visitam um número de pontos de controlo definidos pela Organização.
- O itinerário usado, para ir de um Controlo para outro Controlo, é livre de atleta para atleta, o que faz com que hajam **dezenas de opções entre 2 controlos**.
- Sendo a Orientação um Desporto equitativo, os escalões (separados por faixas etárias de 2, 5 ou 10 anos), têm o seu próprio desafio, chamado de percurso, o que gera grandes desfasamentos de pessoas pela área da prova.
- As partidas da modalidade são espaçadas no tempo por forma a criar um intervalo de 1 a 3 minutos entre atletas do mesmo escalão.
- Pode acontecer ainda que dentro do mesmo percurso os atletas tenham itinerários diferentes, mas similares a fim de evitar “colagens” em prova.

Os eventos de Orientação

Os eventos de orientação numa organização, dita normal, contam com cerca 40 pessoas na sua organização, para suprir todas as estruturas de prova, sendo elas:



Secretariado



Equipa
Técnica



Centro Evento



Babysitting



Partidas



Chegadas



Primeiros
Socorros



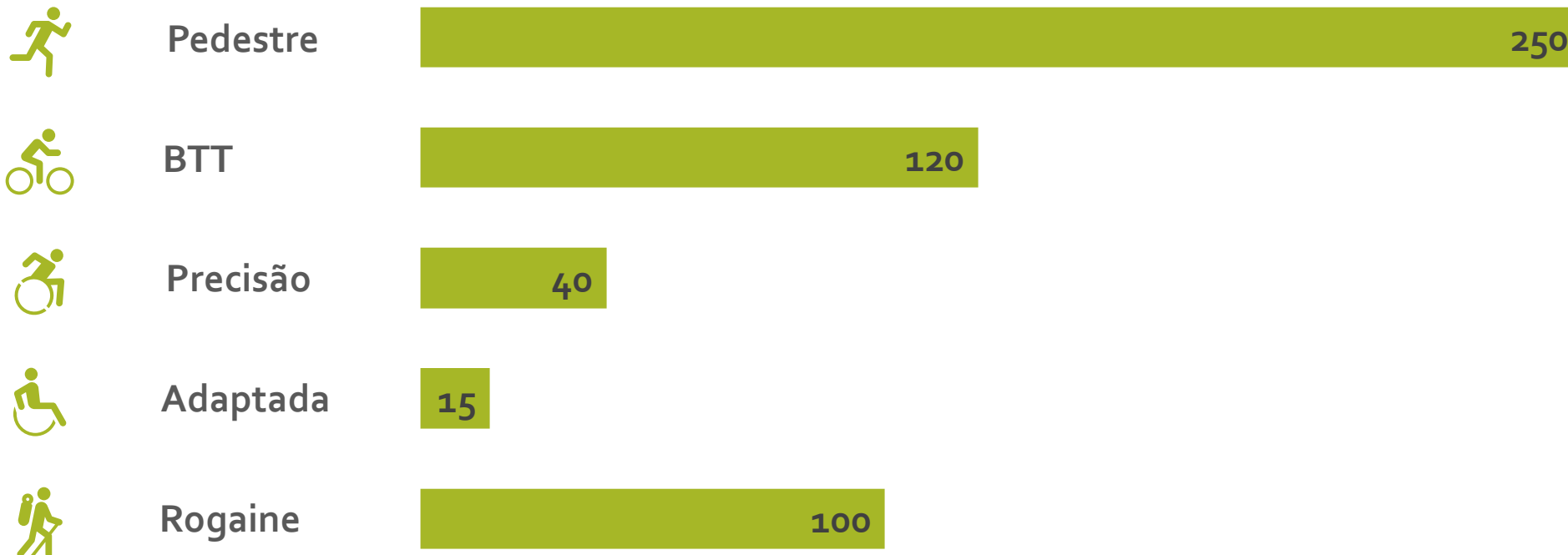
Solo Duro



Entrega
Prémios

Nº Médio de Participantes por disciplina/prova

Valores médios de atletas, para provas da TP e Regionais, sem WRE ou provas internacionais.





MEDIDAS A IMPLEMENTAR

Medidas a implementar

(Recomendadas face ao COVID-19)

As Medidas delineadas seguidamente, surgem para implementar durante esta nova fase:

- Eventos de 1 dia (preferencialmente) ou 2 dias;
- Inexistência de espaços de pernoita (solo duro), banhos e de babysiting;
- Resultados Online;
- Simplificação e adaptação dos processos de partidas e chegadas;
- Recursos mínimos na execução da prova;
- Normas comportamentais de todos os intervenientes.

Espaços de uma prova de Orientação

Espaços	Anterior	Com Medidas Implementadas	
Secretariado	Presencial na Arena	Preferencialmente em Online	≠
Equipa Técnica	Sem desinfeção do material	Com desinfeção de material	≠
Babysitting	Na Arena	Não disponível	×
Arena	Com ponto de espectadores, serviços de apoio, espaços de convívio	Reduzida ao máximo	≠
Local Partidas	Partidas de minuto a minuto num corredor	Partidas 2 em 2 minutos com espaçamentos adequados	≠
Local Chegadas	2 pontos nas chegadas	2 pontos nas chegadas, separados por corredores devidamente espaçados	≠
Solo Duro	Disponível em provas de 2 dias	Não disponível	×
Cerimónia entrega Prémios	Presencial na Arena	Não disponível / Entrega sem cerimónia	≠

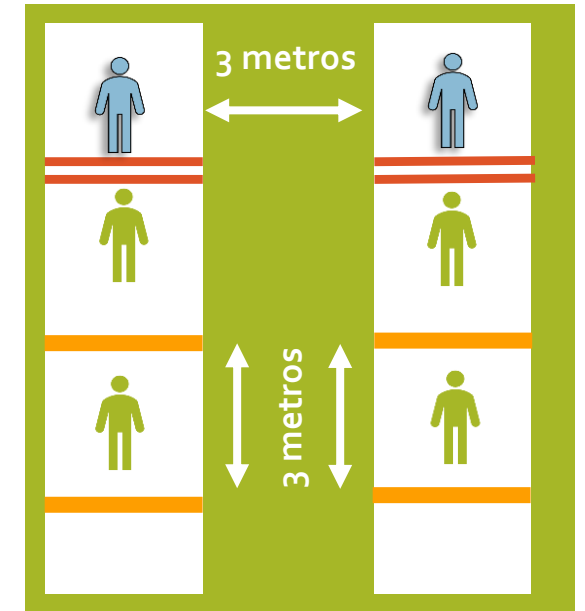
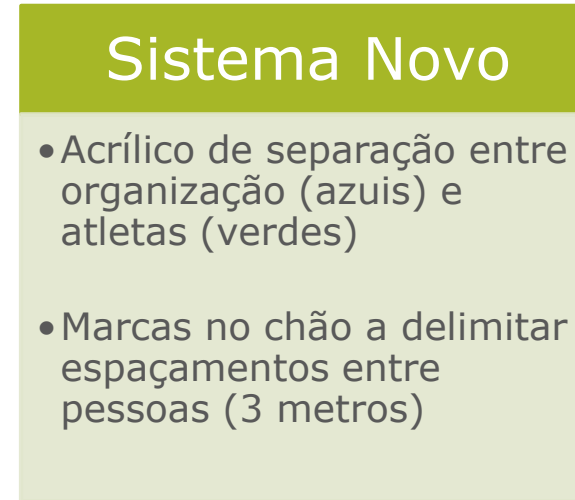
Secretariado

- O secretariado, até aos dias de hoje, sempre foi feito presencialmente.
- No entanto, no seguimento das linhas orientadoras deste documento, o Secretariado deverá ser preferencialmente feito Online e nos dias que antecedem ao evento.
- **Assim recomenda-se o seguinte:**
 - Não haverá inscrições no próprio dia;
 - Apenas serão consideradas inscrições que tenham sido pagas até ao dia útil seguinte ao fecho das inscrições;
 - Listas de Partidas devem ser publicadas online e enviadas por email a cada um dos clubes;
 - O tradicional chaveiro, para guardar as chaves dos atletas não estará disponível;
 - O sistema eletrónico disponibilizado pela organização a atletas que não o possuem, será levantado nas partidas pelo próprio atleta, devolvendo-o nas chegadas – tendo a organização os cuidados de higiene do mesmo;
 - Todos os avisos e demais informações devem ser disponibilizadas online e enviados por email aos clubes.

Secretariado

- Garantir a adoção das recomendações da DGS em todos os espaços do Secretariado;
- Adotar medidas que assegurem, em todos os locais, uma distância mínima de três metros entre utilizadores (atletas e organizadores) e que tornem viável a permanência em segurança dos atletas, pelo período estritamente necessário;
- Os organizadores devem utilizar permanentemente máscaras ou viseiras e luvas, de acordo com as diretrizes e recomendações de higiene e segurança da DGS, e proceder à desinfeção das mãos com frequência;
- Garantir condições e meios para a desinfeção frequente das mãos pelos organizadores nos principais pontos de contacto no secretariado;
- Assegurar a limpeza frequente de áreas e superfícies que são tocadas;
- Privilegiar o pré-pagamento online ou através de meios de pagamento com cartão eletrónico “contactless”, ou outro meio digital acordado previamente, evitando o pagamento em numerário.

Esquemas do Secretariado



Equipa Técnica

As Equipas Técnicas, devem:

- Utilizar máscara e luvas;
- Estar munidas dos meios necessários para poderem, na montagem de cada ponto de controlo, desinfetar devidamente os materiais (Estaca e Box de controlo);
- Na recolha do Ponto de controlo devem proceder à mesma desinfeção;
- As equipas Técnicas devem ser constituídas por elementos do mesmo agregado familiar.

Babysitting

- O serviço de Babysitting deixará de estar disponível.

Solo Duro

O Solo Duro, ou local de pernoita, não pode ser cedido pela organização (até novas diretrizes da DGS).

Devendo individualmente cada atleta, se assim o entender, procurar uma estância de alojamento.

Arena

A arena das provas de orientação numa altura dita “normal” é um espaço de convívio, partilha e espetáculo.

Com a situação que atravessamos, as arenas deverão ser reduzidas ao mínimo ou mesmo abolidas, deixando desta forma de incentivar os atletas a permanecerem neste espaço.

Assim, as organizações não poderão ter:

- Pontos de espectadores;
- Zona de montagem de tendas para clubes;
- Espaços que promovam o convívio entre as pessoas.

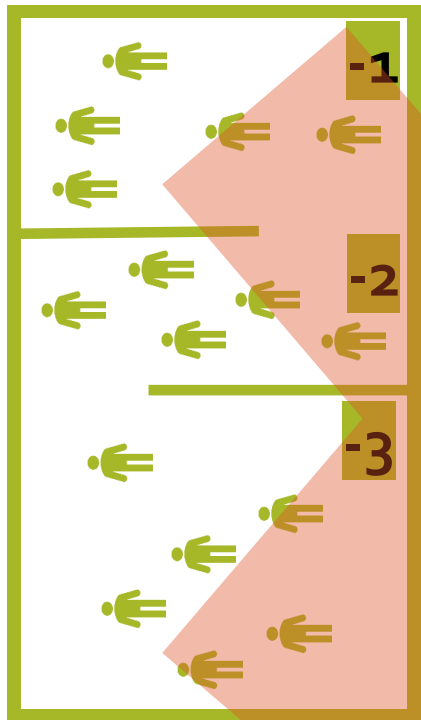
Partidas

Pretende-se levar a cabo uma reestruturação, que permita evitar aglomerações neste espaço.

As partidas deverão ser espaçadas no tempo de forma a que não hajam mais de 10 pessoas no espaço envolvente às mesmas, cumprindo assim as regras de distanciamento social.

Entre os corredores de partidas e entre os cestos com mapas tem de existir um mínimo de 2 metros de distância entre si.

Esquemas de Partidas

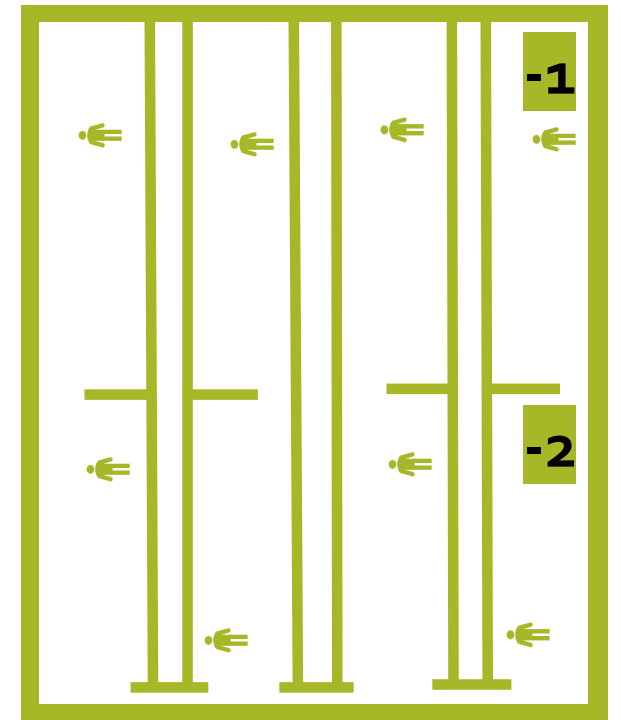


Sistema Antigo

- 1 Zona de Partidas
- 1 único corredor de chamada
- 8 a 10 pessoas por cada minuto
- Sem separação entre pessoas
- 3 blocos de tempo (-3, -2, -1)
- 10 pessoas da organização

Sistema Novo

- 2 ou mais Zonas de Partidas
- 4 corredores de chamada
- 1 pessoa por minuto
- Separação mínima de 3 metros entre corredores de chamada
- 2 blocos de tempo (-2, -1)
- 4 pessoas da organização



Chegadas

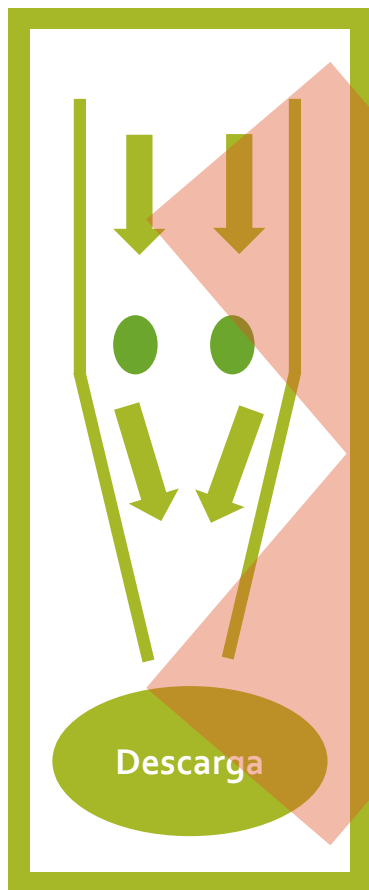
A zona de chegadas é sempre uma área das que poderá concentrar mais pessoas, em especial nas provas de distâncias reduzidas.

Nesse sentido, ao invés dos tradicionais dois pontos de chegada e afunilamento apenas para um local de descarga, a organização deverá implementar, **no mínimo**, 2 corredores para o download das informações do sistema eletrónico.

No momento do Download, **deixa de existir** a **entrega ao atleta dos tempos de prova**, devendo os mesmo serem publicados online. Desta forma, fica praticamente instantâneo o download da informação não havendo aglomerado de atletas.

Também os resultados Gerais devem ficar apenas disponíveis online.

Esquemas de Chegadas

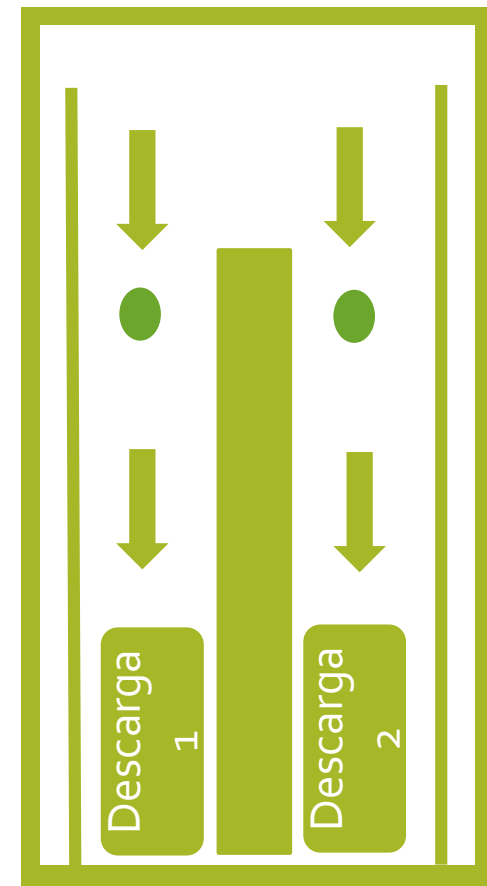


Sistema Antigo

- 2 pontos de chegada
- 1 computador de descarga
- Resultados individuais cedidos em papel
- Resultados Gerais afixados em papel
- 7 pessoas da organização

Sistema Novo

- 2 pontos de chegada separados
- 2 computadores de descarga
- Resultados individuais online
- Resultados Gerais online
- Separação mínima de 3 metros entre corredores de chegada
- 3 pessoas da organização



Cerimónias de Entrega de Prémios

Ficam suspensas durante o decorrer destas medidas, as Cerimónias de Entrega de Prémios tradicionais.

À medida que forem sendo apurados os vencedores de cada escalão, a organização entregará os prémios aos classificados, sem recorrer à cerimónia formal.

Podendo, ainda assim, ser composto um pódio para a entrega dos mesmos, desde que cumpridos os devidos distanciamentos, e sem público a assistir.

Chegada à zona de Competição e aquecimento

O Atleta deve:

- Equipar-se na sua viatura;
- Aceder à zona de competição tão próximo quanto possível da hora de início da prática desportiva;
- A deslocação até à zona de competição deverá ser efetuada de forma isolada, ou na companhia de elementos do agregado familiar com quem partilhe residência;
- Aceder à zona de competição já equipado para a prática desportiva.

Organizadores

- É obrigatório um espaço de QUARENTENA devidamente preparado para: isolamento; medição de temperatura e comunicação com o exterior (DGS e FPO);
- Deverão ter dispositivos de desinfeção (álcool gel, ou similar) no secretariado, nas partidas e nas chegadas;
- Recomenda-se a elaboração de percursos com dispersão;
- Deverão reduzir o número de organizadores ao máximo;
- Deverão ter apenas os serviços indispensáveis para a realização da prova em segurança;
- Recomenda-se o uso de máscara por todos os elementos da organização;
- Têm de cumprir com os esquemas e normas apresentadas neste documento.

Atletas

- **Todos os atletas com indícios ou sintomas referentes à pandemia não poderão participar nos eventos;**

Os atletas devem:

- Respeitar as regras de distanciamento social, mantendo, em todas as situações, um mínimo de 3 metros de distância de outros praticantes e/ou organizadores;
- Ser responsáveis pelo cumprimento de regras de higienização, podendo ainda usufruir dos dispositivos cedidos pela organização nas partidas e nas chegadas;
- Ser responsáveis por guardar os seus pertences, incluindo as chaves das viaturas.
- Usar máscara, ou equipamento de proteção individual semelhante, no interior das instalações desportivas que tenham de frequentar;

Os atletas não devem:

- Cumprimentar fisicamente os demais atletas;
- Trocar ou emprestar mapas, chips, bússolas e demais materiais usados para a prática desportiva, com outros atletas.

Clubes

Os clubes devem:

- Promover e incentivar o cumprimento das normas de higiene e segurança;
- Zelar pelo pagamento antecipado das inscrições dos seus atletas, não podendo participar sem o pagamento efetuado;
- Ser os principais promotores das informações aos seus atletas: listas de partidas, resultados e outras informações partilhadas pela organização;
- Garantir que todos os seus atletas são portadores de todo o equipamento necessário (p.e. peitoral fornecido pela FPO, bússola, sistema eletrónico e vestuário adequado);
- Garantir que as deslocações dos seus atletas serão efetuadas de acordo com as normas estabelecidas no momento, pelas autoridades competentes.

Os clubes não devem:

- Não poderão disponibilizar nenhum tipo de espaço de convívio (p.e. tenda na arena) aos seus atletas;