



# RETOMA DE CRICKET EM PORTUGAL

## Viagens

- Sempre que possível, os jogadores devem viajar individualmente, em viatura própria, até aos treinos e jogos a não ser que sejam do mesmo agregado familiar. Quando isto não seja possível, as regras da DGS de distanciamento social devem ser mantidas.
- Quando for necessária a utilização de transportes públicos para viajar, os jogadores devem seguir as regras da DGS, e devem evitar viagens em 'horas de ponta' para limitar o contacto com outras pessoas.

## Regresso aos Treinos

- Verificações de temperaturas e de saúde geral devem ser monitorizadas para todos os participantes nos locais de treinos e de jogos.
- O ICC (Conselho de Cricket Internacional) recomenda uma retoma faseada da atividade dos treinos, a começar por treinos individuais, seguido de treinos com atividades para grupos pequenos, seguido de treinos para grupos maiores, e finalmente o treino completo de uma equipa (sempre em conformidade com as regras e restrições do Governo e da DGS). A carga e intensidade dos treinos ao longo destas fases devem ser progressivas para prevenir/minimizar lesões.
- Progressão à fase seguinte só deve acontecer se for determinado seguro fazê-lo e se não houver indícios que a taxa de transmissão local de COVID-19 tenha aumentada devido a atividade dos treinos.
- Nos locais de treino, os treinos devem ser escalonados quando possível para minimizar o número de pessoas no mesmo local, manter o distanciamento social, e reduzir a possibilidade de contactos. Devem considerar a alteração dos horários dos treinos para reduzir o número de pessoas presentes numa dada altura.
- A limpeza e higienização de equipamento pessoal deve ser feita antes e após a sua utilização (treinos e competições). A utilização de equipamento externo deve ser limitada onde possível.
- A partilha de equipamento deve ser evitada. Se for impossível evitar, um protocolo de limpeza e higienização apropriado deve ser seguido antes e após a sua utilização.
- Devem ter em consideração a idade e saúde dos participantes, e recomendar contra a participação de indivíduos que fazem parte de grupos de risco.
- Participantes devem chegar ao local de treino prontos para treinar. De acordo com as recomendações e regras da DGS, a utilização de balneários é proibida.



## Regresso aos Jogos

- Revisão contínua das condições locais de jogo para minimizar os riscos associados em jogar durante este período de COVID-19.
- Medição da temperatura de cada praticante, técnicos e outros oficiais de jogo à chegada ao campo de jogo. Caso alguma pessoa apresenta uma temperatura  $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$  ou outros sintomas relacionados à COVID-19, essa pessoa não poderá participar no jogo e será aconselhada a entrar em contacto com a linha SNS24 de imediato.
- Recomenda-se alterações às regras para permitir o manuseamento seguro da bola:
  - Limpeza e higienização regular das mãos com gel desinfetante quando tiver em contacto com a bola.
  - Não tocar na zona dos olhos, nariz, e boca depois de entrar em contacto com a bola.
  - É proibido a utilização de saliva na bola.
  - Os árbitros devem utilizar luvas quando tiverem a manusear a bola.
- Recomenda-se alterações às regras para manter o distanciamento social, por exemplo, posicionamento em campo dos jogadores.
- Protocolos no campo de jogo:
  - Não será permitido contacto corporal desnecessário.
  - Celebrações durante e após o jogo devem ser mínimas e devem respeitar o distanciamento social.
  - Não será permitido a entrega de itens (boné, toalha, garrafa de água, óculos-de-sol, etc...) aos árbitros ou colegas de equipa. Cada jogador deve ser responsável pelos seus próprios itens.
- Protocolos fora do campo de jogo:
  - Jogadores devem chegar ao jogo 'pronto para jogar'.
  - Utilização de balneários é proibido.
  - A limpeza e higienização das mãos deve ser feito com gel desinfetante antes e após o jogo.
  - Devem respeitar as recomendações e regras da DGS e manter o distanciamento social. Jogadores fora do campo do jogo e que estejam já num estado de repouso devem utilizar uma máscara.
  - Todos os outros oficiais de jogo devem estar com máscara.
- A partilha de equipamento deve ser evitada. Se for impossível evitar, um protocolo de limpeza e higienização apropriado deve ser seguido antes e após a sua utilização.
- O acesso a instalações sanitárias ou qualquer outra instalação fechada deve ser condicionada. Deve haver gel desinfetante nas entradas/saídas destas instalações.
- Lixo deve ser recolhido em sacos que fecham. Após cada jogo deve fechar e levar o lixo ao local apropriado.
- Espetadores não serão permitidos.