

„COVID-19“ RIZIKOS MAŽINIMO GAIRĖS LAIPIOJIMO CENTRAMS



Galioja nuo 2020 metų gegužės 18 d.

Rekomendacijos parengtos konsultuojantis su LR sveikatos apsaugos ministerija (SAM) ir tarptautine laipiojimo sporto federacija (IFSC).

KLIENTŲ SRAUTŲ KONTROLĖ IR UŽIMTUMO VALDYMAS

LANKYTOJŲ EILĖ

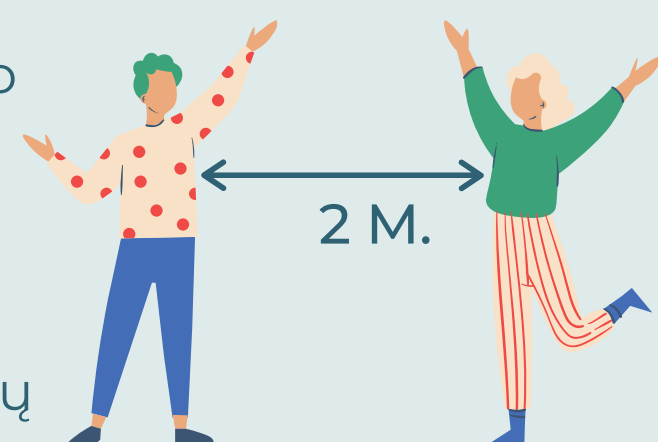
Privalomas ne mažesnis kaip 1 metro atstumas tarp eilėje stovinčių lankytojų.



ATSTUMAI TARP ASMENŲ

Kiekvienam laipiojimo centro klientui būtina užtikrinti:

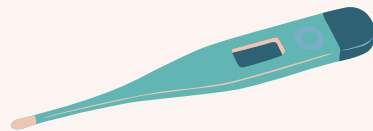
- 5 kv.m. grindų plotą;
- 2 metrus tarp asmenų.



Rekomenduojama ant grindų aiškiai pažymėti zonas. Kitu atveju, asmenys turi būti instuktuojami žodžiu.

KŪNO TEMPERATŪRA

Rekomenduojama matuoti ateinančių lankytojų temperatūrą. Draudžiama į laipiojimo centrą įleisti asmenis, kuriems pasireiškia peršalimo simptomai.



UŽIMTUMO VALDYMAS

Siekiant suvaldyti žmonių srautus, rekomenduojama sukurti lipimo laiko rezervacijos sistemą.



DOKUMENTAI

Rekomenduojama, jog laipiojimo centre apsilankę asmenys užsiregistruotų žurnale, kuriame būtų prisiimama atsakomybė ir pasirašoma už savo sveikatą, įrašoma asmens temperatūra prieš ir po treniruotės.

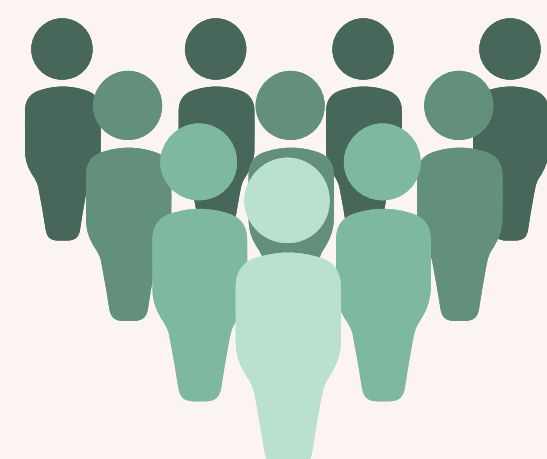


APRIBOJIMAI ASMENŲ SKAIČIUI

Fizinio aktyvumo užsiėmimo metu patalpoje vienu metu gali būti ne didesnė kaip 10 žmonių grupė (neįskaitant fizinio aktyvumo specialisto).

Sporto įstaigos patalpoje individualiai (be fizinio aktyvumo specialisto) sportuoti gali tiek asmenų kiek telpa pagal ploto ir atstumo reikalavimus.

Persirengimo rūbinėse asmenų skaičius vienu metu ribojamas iki 4. Prieš ir po naudojimosi rūbinėmis, jos turi būti dezinfekuojamos.



RIZIKOS GRUPĖS

Rizikos grupei priklausantiems lankytojams (vyresniems nei 60-ies metų amžiaus ir turintiems lėtinių susirgimų) laipiojimo centre rekomenduojama nesilankyti.



„COVID-19“ RIZIKOS MAŽINIMO GAIRĖS LAIPIOJIMO CENTRAMS

Galioja nuo 2020 metų gegužės 18 d.

Rekomendacijos parengtos konsultuojantis su LR sveikatos apsaugos ministerija (SAM) ir tarptautine laipiojimo sporto federacija (IFSC).

HIGIENOS PROTOKOLAS IR APSAUGINĖS PRIEMONĖS

RANKŲ HIGIENA

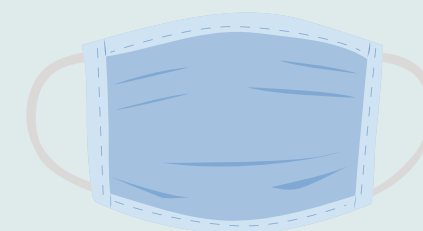
Laipiojimo centre prie įėjimo į įstaigą ir į sanitarinį mazgą gerai matomoje vietoje turi būti pakabinta rankų dezinfekcijai skirta priemonė.



APSAUGINĖ VEIDO KAUKĖ

Laipiojimo centro darbuotojams privaloma dėvėti apsauginę veido kaukę.

Laipiojimo centro klientams sportavimo metu apsauginė veido kaukė rekomenduojama, kitu metu - privaloma.



REGULIARI DEZINFEKCIJA

Laipiojimo centras turi būti reguliariai vėdinamas, o jame esantys paviršiai bei įranga turi būti valomi ir dezinfekuojami.



ĮRANGOS PRIEŽIŪRA

Rekomenduojama nenuomuoti įrangos.

Privaloma reguliariai dezinfekuoti bendro naudojimo įrangą (liečiamus viršutinės saugos virvės paviršius, karabinus, taip pat svorius ir kitą įrangą).

Jei laipiojimo centre laikomasi visų riziką mažinančių priemonių, nuolatinė kybių dezinfekcija (po kiekvieno lipimo) nėra privaloma. Laipiojimo kybių paviršius yra sausas ir šiurkštus, o tai nėra palanki aplinka virusui.



NAUDOJIMASIS PATALPOMIS

Laipiojimo centro darbuotojai turi užtikrinti, jog asmenys laipiojimo centro patalpose nevaikščiotu basomis kojomis.

Nerekomenduojama suteikti galimybės laipiojimo salės klientams naudotis dušais.



INFORMACINIAI PRANEŠIMAI

Laipiojimo centro lankytojai informaciniais pranešimais turi būti informuoti apie asmens higienos reikalavimus.

Asmenys, besilankantys laipiojimo centre, turi:

- reguliariai (ne rečiau kaip kas 2 val.) kruopščiai plauti rankas šiltu tekančiu vandeniu ir skystu muilu;
- reguliariai dezinfekuoti rankas specialiomis dezinfekcinėmis priemonėmis, esančiomis laipiojimo centre;
- laikytis kosėjimo, čiaudėjimo etiketo (kosėti ar čiaudėti prisidengus vienkartinėmis servetėlėmis arba į sulenktos alkūnės vidinę pusę);
- vengti liesti rankomis veidą, akis, nosį, burną.

MAGNEZIJOS NAUDOJIMAS

Įprastinėje skystoje magnezijoje esantis alkoholio kiekis (tarp 25-40%) nėra pakankamas tinkamai rankų dezinfekcijai (turėtų būti >70%). Visgi skysta magnezija, gali būti saugesnis pasirinkimas laipiojimo centruose. Naudojant burių magneziją, ji pasklinda ore, o tai gali būti palankia aplinka plisti virusui.

