

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ

Αθήνα, 31 Μαΐου 2020

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Τι προβλέπουν οι δύο Κοινές Υπουργικές Αποφάσεις για την αθλητική δραστηριότητα την εβδομάδα 1-7 Ιουνίου 2020 και οι αναλυτικές οδηγίες της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ για την εφαρμογή όσων θα ισχύουν από αύριο Δευτέρα

Χωρίς κανένα ηλικιακό περιορισμό θα επιτρέπεται πλέον από αύριο Δευτέρα, 1η Ιουνίου, η αθλητική δραστηριότητα στη χώρα μας! Ατομικές ή ομαδικές προπονήσεις τόσο για αθλητές/τριες όσο και για αθλούμενους/ες με τους όρους και τους περιορισμούς σε ότι αφορά στη χωρητικότητα των αθλητικών εγκαταστάσεων που αναφέρονται αναλυτικά στον επικαιροποιημένο πίνακα για τους μέγιστους αριθμούς συμμετεχόντων ανά εγκατάσταση.

Επίσης, από το προσεχές Σάββατο, 6 Ιουνίου, θα επιτρέπεται σε όλα τα αθλήματα, ατομικά ή ομαδικά, η διεξαγωγή αγωνιστικών δραστηριοτήτων χωρίς την παρουσία θεατών, με τους όρους που αναφέρονται στο αγωνιστικό πρωτόκολλο της αντίστοιχης Ομοσπονδίας ή διοργανώτριας αρχής, που έχει κατατεθεί και εγκριθεί από την αρμόδια Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού και εφόσον έχει προηγηθεί προετοιμασία των αθλητών/τριών διάρκειας τουλάχιστον τεσσάρων (4) εβδομάδων.

Αναλυτικά, με την υπ' αρ. Δ1α/ΓΠ.οικ. 33465/31.05.2020 κοινή απόφαση των Υπουργών Οικονομικών, Ανάπτυξης και Επενδύσεων, Προστασίας του Πολίτη, Παιδείας και Θρησκευμάτων, Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων, Υγείας, Πολιτισμού και Αθλητισμού, Εσωτερικών, Υποδομών και Μεταφορών και Ναυτιλίας και Νησιωτικής Πολιτικής για «Κανόνες τήρησης αποστάσεων σε ιδιωτικές επιχειρήσεις, δημόσιες υπηρεσίες και άλλους χώρους συνάθροισης κοινού στο σύνολο της Επικράτειας, προς περιορισμό της διασποράς του κορωνοϊού COVID-19» ρυθμίζονται, μεταξύ άλλων, τα εξής για την αθλητική δραστηριότητα:

«Άρθρο 16, Κανόνες λειτουργίας των αθλητικών και ναυταθλητικών εγκαταστάσεων
1. Σε όλες τις ανοικτές και κλειστές αθλητικές και ναυταθλητικές εγκαταστάσεις και κολυμβητήρια επιτρέπεται η χρήση τους αποκλειστικά και μόνο για την κάλυψη αναγκών προπόνησης, ατομικής ή ομαδικής, από αθλητές σωματείων, Τμημάτων Αμειβομένων Αθλητών (Τ.Α.Α.) και Ανωνύμων Αθλητικών Εταιριών (Α.Α.Ε.) και αθλούμενους, με τους όρους και τους περιορισμούς, που αναφέρονται στο παράρτημα ΙΙΙ, το οποίο αποτελεί αναπόσπαστο τμήμα της παρούσας. Οι αθλητές όλων των προολυμπιακών και των εθνικών ομάδων κάνουν χρήση των παραπάνω αθλητικών εγκαταστάσεων κατ' απόλυτη προτεραιότητα.

2. Από 06.06.2020 επιτρέπεται σε όλα τα αθλήματα, ατομικά ή ομαδικά, η διεξαγωγή αγωνιστικών δραστηριοτήτων χωρίς την παρουσία θεατών, με τους όρους που αναφέρονται στο αγωνιστικό πρωτόκολλο της αντίστοιχης Ομοσπονδίας ή διοργανώτριας αρχής, που έχει κατατεθεί και εγκριθεί από την αρμόδια Υγειονομική

Επιστημονική Επιτροπή της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.) και εφόσον έχει προηγηθεί προετοιμασία των αθλητών διάρκειας τουλάχιστον τεσσάρων (4) εβδομάδων.

3. Σε όλες τις περιπτώσεις των παρ. 1 και 2 η χρήση γίνεται σύμφωνα με τις οδηγίες πρόσβασης και ασφαλούς άσκησης της Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής της Γ.Γ.Α. και τις τυχόν ειδικότερες οδηγίες της αντίστοιχης αθλητικής ομοσπονδίας ή διοργανώτριας αρχής που εγκρίνονται από την Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της Γ.Γ.Α. και είναι διαθέσιμες στον ιστότοπο της Γ.Γ.Α.».

Επιπλέον, δεν συμπεριλαμβάνονται πλέον οι ΚΑΔ 9311 (Εκμετάλλευση αθλητικών εγκαταστάσεων), 9312 (Δραστηριότητες αθλητικών ομίλων), 93131003 (Υπηρεσίες καθηγητή φυσικής αγωγής ή γυμναστή), 9319 (Άλλες αθλητικές δραστηριότητες) και 56292002 (Υπηρεσίες που παρέχονται από καντίνες αθλητικών εγκαταστάσεων) στην υπ' αρ. Δ1α/ΓΠ.οικ. 33464/30.5.2020 (Β' 2086) κοινή απόφαση των Υπουργών Ανάπτυξης και Επενδύσεων, Προστασίας του Πολίτη, Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων, Υγείας, Πολιτισμού και Αθλητισμού, Εσωτερικών και Υποδομών και Μεταφορών για «Επιβολή του μέτρου της προσωρινής απαγόρευσης λειτουργίας επιμέρους ιδιωτικών επιχειρήσεων και άλλων χώρων συνάθροισης κοινού, στο σύνολο της Επικράτειας, για το χρονικό διάστημα από 1.6.2020 έως και 7.6.2020, προς περιορισμό της διασποράς του κορωνοϊού COVID-19».

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΤΗΣ ΓΓΑ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΟΡΓΑΝΩΜΕΝΟΥΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΑΠΟ 01/06/2020

Η Γ' φάση άρσης των περιορισμών στην αθλητική δραστηριότητα ξεκινάει τη Δευτέρα 1η Ιουνίου 2020. Σε αυτή τη φάση θα επιτραπεί η προσέλευση στις οργανωμένες αθλητικές εγκαταστάσεις αθλητών και αθλουμένων όλων των ηλικιών. Οι σχετικές οδηγίες ασφαλούς άσκησης στις αθλητικές εγκαταστάσεις έχουν αναρτηθεί στο ειδικό πεδίο ενημέρωσης, με τίτλο: «Αθλητισμός & COVID19», στην ιστοσελίδα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού και στον ακόλουθο σύνδεσμο:

https://gga.gov.gr/images/odigies_asfalous_askisis.pdf

Κάποια σημεία των ως άνω οδηγιών επικαιροποιούνται με τις παρούσες οδηγίες (όπως π.χ. η χρήση αποδυτηρίων, οι ομαδικές προπονήσεις, η χωρητικότητα των εγκαταστάσεων κ.ά.), με βάση και τη συνολικότερη πορεία της επιδημίας στη χώρα.

Προ-αγωνιστικός Ιατρικός Έλεγχος

Ο προ-αγωνιστικός ιατρικός έλεγχος είναι σημαντικός πριν ξεκινήσει ο κάθε αθλούμενος/η προπονήσεις, μετά από ένα τόσο μεγάλο διάστημα αποχής και πανδημίας. Για τον λόγο αυτό και για κάθε αθλητή/τρια και αθλούμενο/η κάτω των 13 ετών ο/η οποίος/α ξεκινάει την αθλητική δραστηριότητα την 01/06/2020, η Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού συστήνει τα κάτωθι:

Αθλητές/τριες κάτω των 13 ετών οι οποίοι/ες είναι εγγεγραμμένοι/ες σε σωματεία και έχουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας, συμπληρώνουν το ιατρικό ιστορικό και προσκομίζουν σχετική ιατρική βεβαίωση ότι είναι κλινικά υγιείς, η οποία θα φέρει υπογραφή και σφραγίδα ιατρού.

Το έντυπο του ιατρικού ιστορικού μπορείτε να βρείτε εδώ:

https://gga.gov.gr/images/entypo_proagonistikou.docx

Το έντυπο της ιατρικής βεβαίωσης μπορείτε να βρείτε εδώ:

[CE%97_v5.pdf](#)

Για αθλούμενους/ες κάτω των 13 ετών οι οποίοι/ες δεν έχουν δελτίο αθλητικής ιδιότητας, δεν απαιτείται η συμπλήρωση του ιατρικού ιστορικού και η προσκόμιση σχετικής ιατρικής βεβαίωσης. Στην περίπτωση αυτή, επιτρέπεται η πρόσβαση στην αθλητική εγκατάσταση με την εγγραφή από τον συνοδό των στοιχείων του αθλούμενου στον Κατάλογο Εισερχομένων-Εξερχομένων που διατηρεί η εγκατάσταση, για ενδεχόμενη ιχνηλάτηση.

Επισημαίνεται ότι σε περίπτωση που αθλούμενος/η έχει νοσήσει από τη λοίμωξη COVID-19 και επιθυμεί να αθληθεί εντατικά θα πρέπει να εξετάζεται από καρδιολόγο, καθώς ο ιός δύναται να προκαλέσει καρδιακές βλάβες.

Κατά τα λοιπά και για τους αθλητές/τριες και αθλούμενους/ες άνω των 13 ετών ισχύουν κατά περίπτωση τα προβλεπόμενα στις οδηγίες ασφαλούς άσκησης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους, στον ακόλουθο σύνδεσμο:

<https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports#>

Πρόσβαση στο χώρο προπόνησης

Σε κάθε εγκατάσταση υπάρχει μία είσοδος και έξοδος στην οποία καταγράφονται οι εισερχόμενοι και εξερχόμενοι με τα στοιχεία επικοινωνίας τους, ώστε να υπάρχει η δυνατότητα ιχνηλάτησης τυχόν κρούσματος COVID-19 από τον ΕΟΔΥ. Το έντυπο του καταλόγου εισερχομένων/εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση υπάρχει εδώ:

https://gga.gov.gr/images/katalogos_eiserxomenon_ekserxomenon.pdf

Τα στοιχεία των αθλητών οι οποίοι είναι ανήλικοι δύναται να συμπληρώνουν στον ως άνω Κατάλογο οι κηδεμόνες ή οι συνοδοί αυτών στην προπόνηση.

Παιδιά κάτω των 13 ετών

Για τα παιδιά κάτω των 13 ετών, που ξεκινούν άθληση στη Γ' φάση από 01/06/2020, συστήνεται να ξεκινήσουν με ατομικές προπονήσεις για την πρώτη εβδομάδα, χωρίς επαφές και ομαδικό παιχνίδι. Στις πρώτες προπονήσεις είναι σκόπιμο οι προπονητές να αφιερώνουν 15'-20' στην αρχή για να περιγράψουν, να εξηγούν και να εκπαιδεύουν τους μικρούς αθλητές στις νέες συνθήκες προπόνησης και στις νέες συνθήκες που πρέπει να αποκτήσουν, αφού συμβουλευθούν τις Οδηγίες Ασφαλούς Άσκησης της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού που υπάρχουν στην ιστοσελίδα της ΓΓΑ <https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports> στην ενότητα «Οδηγίες Υγειονομικής Επιστημονικής Επιτροπής ΓΓΑ περί ασφαλούς άσκησης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους» καθώς και τις οδηγίες της αντίστοιχης Ομοσπονδίας που υπάρχουν στην ενότητα «Ειδικά Πρωτόκολλα Αθλημάτων».

Οργάνωση προπονήσεων

Το πρώτο διάστημα συνιστάται οι προπονήσεις να διαρκούν περίπου μία ώρα. Για να αποφεύγεται ο συγχρωτισμός των εισερχόμενων και των εξερχόμενων αθλητών στην αθλητική εγκατάσταση κρίνεται σκόπιμο να υπάρχει ένα κενό περίπου 20' μεταξύ των προπονήσεων του κάθε γκρουπ. Προτείνεται ο προγραμματισμός των προπονήσεων να γίνεται έτσι ώστε σε κάθε μία ώρα προπόνησης να αναλογούν 75'-90' λεπτά χρήσης της εγκατάστασης, ώστε να υπάρχει επαρκής χρόνος (π.χ. 20') για την έξοδο και είσοδο των αθλητών, την απολύμανση των χώρων, όπου απαιτείται και την αποφυγή συνάντησης των εισερχόμενων με τους αθλητές που εξέρχονται από την αθλητική εγκατάσταση.

Οι προπονητές πρέπει να σχεδιάζουν την προπόνηση έτσι ώστε να τηρούνται οι όροι ασφαλούς άσκησης και να μεριμνούν για την τήρησή τους, δίνοντας έμφαση κυρίως στην επαρκή διασπορά των αθλουμένων στο χώρο, στην αποφυγή των επαφών και στη χρήση μόνο του ατομικού εξοπλισμού από κάθε αθλητή.

Οδηγίες για ομαδικές προπονήσεις

* Οι ομαδικές προπονήσεις γίνονται αρχικά σε μικρά γκρούπ των 6-8 ατόμων, με όσο το δυνατόν σταθερή σύνθεση. Οι προπονητές πρέπει να σχεδιάζουν την προπόνηση έτσι ώστε να γίνεται σταδιακή μετάβαση στο ομαδικό παιχνίδι, μέσα από ασκήσεις με συγκεκριμένα γκρουπ παικτών.

* Οι προπονητές μεριμνούν ώστε να τηρούνται όσο γίνεται οι αποστάσεις πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη λήξη της προπόνησης μεταξύ των αθλητών.

* Χειραψίες, χαιρετισμοί, εναγκαλισμοί απαγορεύονται ενώ οι επαφές μεταξύ των αθλητών πρέπει να αποφεύγονται.

* Οι ομαδικές ασκήσεις με μπάλα επιτρέπονται. Θα πρέπει να υπάρχουν αρκετές μπάλες στην προπόνηση ώστε στις ομαδικές ασκήσεις να εναλλάσσονται συχνά (π.χ. κάθε 5 λεπτά), να απολυμαίνονται όσες χρησιμοποιήθηκαν με βάση τις οδηγίες του ΕΟΔΥ (<https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>) και να επαναχρησιμοποιούνται αργότερα.

* Να υπάρχει υγρό αντισηπτικό διάλυμα στο χώρο της προπόνησης, σε εμφανές σημείο.

* Να ακολουθούνται οι ειδικότερες οδηγίες από την αντίστοιχη ομοσπονδία για ομαδικές προπονήσεις που υπάρχουν εδώ:

<https://gga.gov.gr/component/content/article/278-covid/2981-covid19-sports> στην ενότητα «Ειδικά Πρωτόκολλα Αθλημάτων»

Αποδυτήρια

Από 01/06/2020 επιτρέπεται η χρήση αποδυτηρίων και ντους στις αθλητικές εγκαταστάσεις με βάση τις ακόλουθες οδηγίες από τον ΕΟΔΥ:

* Πριν από τη λειτουργία των αποδυτηρίων συστήνεται καθαρισμός/απολύμανση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ για μη υγειονομικούς χώρους:

<https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>

* Περιορισμός εισόδου στο χώρο, μόνο για αθλητές, προπονητές και το ελάχιστο απαραίτητο λοιπό προσωπικό με ταυτόχρονη εφαρμογή της οδηγίας «...έως 4 άτομα ανά 20 τμ και για τα επόμενα κάθε 10 τμ, ένα επιπλέον άτομο...» με χρήση μάσκας σε όλη τη διάρκεια της παραμονής τους.

* Στην περίπτωση μικρότερων χώρων η είσοδος επιτρέπεται μόνο στους αθλητές και τους προπονητές, με χρήση μάσκας και τήρηση φυσικής απόστασης όλη τη διάρκεια της παραμονής τους.

* Αλκοολούχο αντισηπτικό (με αντλία) σε εμφανή σημεία.

* Ανάμεσα στα καθίσματα να παρεμβάλλεται ένα κενό κάθισμα όπου είναι εφικτό.

* Ο χώρος να αερίζεται κατά προτίμηση από ανοιχτά παράθυρα. Σε ότι αφορά τη χρήση του κλιματισμού, εφαρμογή της σχετικής εγκυκλίου του Υπουργείου Υγείας. Εάν υπάρχει σύστημα εξαερισμού, ρύθμιση για ροή αέρα από μέσα προς τα έξω χωρίς ανακύκλωση.

* Ατομική χρήση ντους όπου είναι εφικτό. Στην περίπτωση που δεν υπάρχουν ατομικά ντους και αυτά είναι σε σειρά, συστήνεται να υπάρχει μεταξύ δύο ντους ένα κενό. Καλό σαπούνισμα των χεριών κατά τη διάρκεια του ντους. Συστήνεται συχνός καθαρισμός/ απολύμανση της βρύσης σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ για μη υγειονομικούς χώρους <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>. Καλός αερισμός του χώρου με ανοικτά παράθυρα.

* Συστήνεται η χρήση προσωπικών ειδών (πχ σαπούνι και σαμπουάν) και η χρήση σαγιονάρας.

* Το προσωπικό καθαριότητας κατά τη διάρκεια της εργασίας του πρέπει να φορά στολή/ρόμπα εργασίας και γάντια μιας χρήσεως, τα οποία θα πρέπει να αλλάζει τακτικά. Μετά την αφαίρεση των γαντιών θα πρέπει να ακολουθεί υγιεινή των χεριών (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για 20

δευτερόλεπτα) και, αφού τα χέρια στεγνώσουν καλά, να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών. Πρόσθετος εξοπλισμός ατομικής προστασίας, όπως μάσκα, προστατευτικά γυαλιά και αδιάβροχη ποδιά, μπορεί να χρειάζεται κατά την παρασκευή διαλυμάτων, ανάλογα με το καθαριστικό/απολυμαντικό που χρησιμοποιείται και τη διαδικασία καθαρισμού, για την προστασία του προσωπικού καθαριότητας, ιδιαίτερα εάν υπάρχει κίνδυνος πιτσιλίσματος.

* Μετά τη χρήση των εγκαταστάσεων συστήνεται καθαρισμός/απολύμανση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ για μη υγειονομικούς χώρους.

* Μετά τον καθαρισμό/ απολύμανση τα αποδυτήρια κλείνουν και δεν χρησιμοποιούνται μέχρι τη επόμενη χρήση.

Τελικές οδηγίες

Η εξειδίκευση των μέτρων, ανά άθλημα, γίνεται σε συνεργασία με τις οικείες αθλητικές ομοσπονδίες. Όλοι οι εμπλεκόμενοι θα πρέπει να επιδεικνύουν την απαραίτητη ατομική ευθύνη, προστατεύοντας τον εαυτό τους και τον συνάνθρωπό τους από τη σοβαρή απειλή της λοίμωξης COVID-19. Η ιατρική ομάδα της κάθε ομοσπονδίας θα πρέπει να ενημερώνεται για τα νέα δεδομένα και να αναφέρει άμεσα στον ΕΟΔΥ και στην Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού οποιοδήποτε ύποπτο κρούσμα COVID-19 σε αθλητή ή συνεργάτη της ομοσπονδίας.

Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, σε συνεργασία με το Υπουργείο Υγείας, θα παρακολουθεί συνεχώς τη δυναμική της επιδημίας και θα προσαρμόζει τα μέτρα στις νέες καταστάσεις εκδίδοντας, όποτε κριθεί αναγκαίο, νέες οδηγίες.

Για τυχόν ερωτήσεις και πληροφορίες υπάρχει ειδική ηλεκτρονική διεύθυνση στις οποίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται: covid19@gga.gov.gr

Μέγιστος αριθμός αθλουμένων ανά εγκατάσταση

Ο ιός μεταδίδεται κυρίως με σταγονίδια, δια της αναπνευστικής οδού. Κατά την άθληση και λόγω της ταχύπνοιας υπάρχει μεγαλύτερη διασπορά σταγονιδίων καθώς και μεγαλύτερη εισπνοή σωματιδίων ιού και μάλιστα βαθύτερα στους πνεύμονες, από παρευρισκόμενους κοντά στο φορέα. Ακριβώς το λόγο αυτό θα πρέπει να τηρούνται μεγαλύτερες αποστάσεις ασφαλείας μεταξύ των αθλουμένων σε σχέση με την απόσταση που τηρείται σε χώρους κοινωνικής συναναστροφής.