

## Comunicado Nº4

Época: 2020-2021

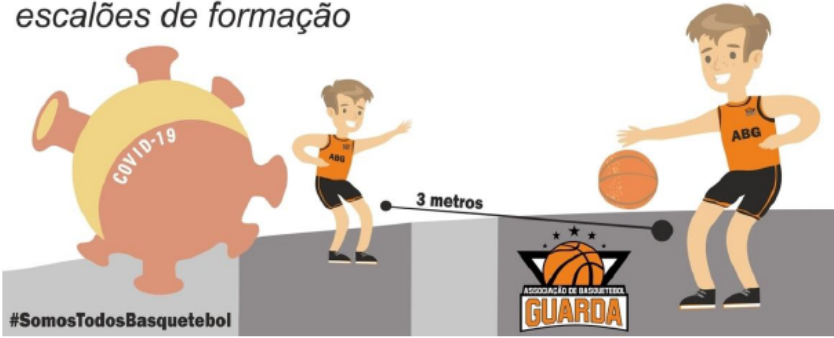
Data: 17 de setembro 2020

# MEDIDAS DE REINÍCIO DA ATIVIDADE EM AMBIENTE DE COVID19

*Para conhecimento geral, a seguir se informa:*

Em virtude das publicações das medidas Nº30/2020 e Nº36/2020 da Direção Geral de Saúde, informa-se os clubes que foi realizada uma infografia, com uma síntese das medidas para o reinício da atividade em ambiente de COVID19 para os escalões de formação:

**Medidas de reinício para a prática de Basquetebol**  
*escalões de formação*



#SomosTodosBasquetebol

1. Não é permitida a realização de competições;
2. Os treinos deverão ser realizados sem a presença de público/familiares e com o mínimo de elementos necessários;
3. Evitar a realização de treinos simultâneos com partilha de espaço por diferentes escalões;
4. É permitido o treino sem contacto, com distanciamento de 3 metros entre atletas;
5. É permitida a partilha de bola entre atletas, devendo ser realizada a devida desinfecção regular;
6. Aconselhável o controlo de temperatura aos atletas;
7. Os atletas podem levar devidamente identificada a sua própria garrafa de água e toalha individual;
8. Os atletas deverão manter a máscara até ao início do treino, sendo colocada logo que o treino termine, salvo exceções;
9. Utilização de máscara é obrigatória em treinadores e dirigentes;
10. Higienização periódica das mãos, antes e após o treino, assim como na transição entre alguns exercícios;
11. Acesso condicionado à utilização dos balneários, mediante as condições da infraestrutura desportiva;
12. No caso o treino ser em espaço interior, assegurar o arejamento do pavilhão, com ventilação natural;
13. No final de cada treino os espaços, materiais e equipamentos utilizados em treino devem ser submetidos a limpeza e desinfecção.

**Regras gerais de higiene a serem seguidas:**

Cumprir com as regras de etiqueta respiratória, da lavagem correta das mãos, da utilização correta de máscara, assim como das outras medidas de higienização de materiais e ambiente.