

# HIGIÉNAI IRÁNYMUTATÁS

Zárt térben zajló rendezvényen a versenyzőkön, kísérőkön, szervezőkön és az egyéb közreműködőkön kívül más személy (néző, hozzátartozó stb.) ne tartózkodjon.

## Iránymutatások és ajánlások a részvevők számára:

- lehetőség szerint az öltözőhasználat teljes kerülésével, mindenki otthonról sportruházatban érkezzen a rendezvényre, minél kisebb létszámban, és az alapvető higiéniai előírások betartásával;
- a rendezvény helyszínére történő megérkezéskor a megfelelő kézmosás vagy kézfertőtlenítő használata kötelező, ezt követően a rendezvény időtartama alatt rendszeresen ajánlott;
- az alapvető higiéniai előírások betartása kötelező a rendezvény helyszínén és időtartama alatt [tüsszentés vagy köhögés esetén elsősorban papír zsebkendő használata, és azonnali szabályos hulladékkezelése, ha pedig ez nem megoldható (pl. sportolás közben), akkor a könyökhajlatba történő tüsszentés vagy köhögés];
- az arc, szem, száj érintésének kerülése ajánlott;
- a sporttevékenység közben kerülendő a köpés földre, kézbe, kesztyűbe stb.;
- a résztvevők között nem ajánlott a mérkőzés/verseny előtti/utáni, illetve az eredményhirdetés során a kézfogásos üdvözlés (helyette esetleg az ököl/könyök összeérintése);
- a folyadékpótlás saját kulacs vagy flakon használatával ajánlott;
- zárt térben zajló rendezvény esetén a kísérők és egyéb közreműködők számára ajánlott a maszk viselése, vagy a száj és az orr egyéb módon (pl. sállal, kendővel) történő eltakarása;
- a sporttevékenységet leszámítva minden résztvevőnek törekednie kell a zsúfoltság elkerülésére és a 1,5-2 méteres védőtávolság megtartására (különösen megnyitó, eredményhirdetés, igazoltatás stb. során).

## Iránymutatások és higiéniai előírások, ajánlások a szervezők számára:

- a szervező köteles a résztvevőket előzetesen tájékoztatni a számukra szóló iránymutatásokról és higiéniai előírásokról, valamint azokat a rendezvény helyszínének minél több pontján (különösen a bejáratnál) jól látható módon kihelyezni;
- a kézmosáshoz szükséges tisztálkodási (szappan, kézmosó folyadék) és kézfertőtlenítő szerek, valamint megfelelő hulladékgyűjtő eszközök (zárt szemetesek) elegendő mennyiségben és a rendezvény helyszínének minél több pontján történő biztosítása szükséges;
- zárt térben zajló rendezvény esetén biztosítani szükséges a hatékony és folyamatos szellőztetést, valamint a rendezvény előtt az eszköz- és felületfertőtlenítést, valamint javasolt a sporteszközök rendszeres fertőtlenítése;
- amennyiben a helyszíni öltözés nem kerülhető el, javasolt a létesítmény valamennyi rendelkezésre álló helyiségének megnyitása az átöltözés és tisztálkodás célból, a zsúfoltság elkerülése érdekében;
- az olyan légtechnikai készülékek használata nem javasolt, amelyek friss levegő pótlására nem alkalmasak, hanem csupán a belső levegőt forgatják (pl. split klíma és fan-coil berendezések) - amennyiben ezek a készülékek nem kapcsolhatók ki, gyakori fertőtlenítésük javasolt.