



Federação Portuguesa
de Judo

**mais do que um DESPORTO...
um DESPERTAR!**

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA
CONT N° 501 515 674
MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO
E DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDO
FUNDADA EM 1959

CIRCULAR Nº 143/20

ASSUNTO: Medidas para a retoma competitiva

Odivelas, 17 de setembro de 2020

Exmos. Senhores,

Devido à situação de Pandemia que se vive em Portugal é necessário ser prudente e adotar medidas de contingência para retoma das competições de judo.

Assim, a Federação Portuguesa de Judo, de acordo com as Orientações da Direção Geral de Saúde, divulga um conjunto de medidas a adotar na retoma competitiva.

O documento encontra-se anexado a esta circular.

Com os melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Jorge Fernandes

CR/AR



Orientação para reinício das Competições de Judo.

15 de setembro de 2020

Devido à situação de Pandemia que se vive em Portugal é necessário ser prudente e adotar medidas de contingência para retoma das competições de judo.

Assim, a Federação Portuguesa de Judo, de acordo com as Orientações da Direção Geral de Saúde, divulga um conjunto de medidas a adotar na retoma competitiva.

Normas para Competições de Judo a partir de setembro de 2020.

Normas Gerais

Seguir as recomendações gerais da Organização Mundial da Saúde (OMS) e Direção Geral da Saúde (DGS), designadamente a Orientação n.º 036/2020 de 25/08/2020, atualizada em 04/09/2020, assunto “Covid-19: Desporto e Competições Desportivas”:

- Lave as mãos regularmente.
- Mantenha pelo menos 2 metros entre pessoas.
- Evite tocar nos olhos, nariz e boca.
- Certifique-se que cobre a boca e nariz com o cotovelo dobrado ou lenço quando tossir ou espirrar. Em seguida, deite o lenço usado imediatamente no lixo e lave as mãos.
- Fique em casa em isolamento mesmo com sintomas menores, como tosse, dor de cabeça, febre leve.

Espetadores

- A presença de público nas competições desportivas é determinada pela legislação em vigor, de acordo com parecer técnico da Direção Geral da Saúde, sustentado na evolução da situação epidemiológica.

Instalação Desportiva

- Elaborar e implementar plano de contingência próprio para a COVID-19 (entidade gestora do espaço onde decorra a competição).
- Criar circuitos de circulação com uma entrada e uma saída, de forma a evitar cruzamento e mantendo distanciamento social (distanciamento físico mínimo de pelo menos dois metros entre pessoas em contexto de não realização de exercício físico e desporto).
- Deve ser providenciada a colocação de dispensadores de SABA, junto às receções, entradas e saídas dos espaços de prática de desporto e outros locais estratégicos, de fácil acesso.
- Evite filas em qualquer lugar (entrada, bares, lojas ...)
- A alimentação deve ser fornecida de acordo com os princípios do distanciamento social.
- Os pagamentos devem ser feitos sem dinheiro tanto quanto possível.



Atletas, Treinadores e Organização.

- Todo o agente desportivo envolvido no evento deve apresentar o termo de responsabilidade anexo a este Protocolo devidamente preenchido e assinado.
- Todos os atletas inscritos no evento devem fazer prova de um teste SARS-CoV-2 molecular-biológico negativo (CPR). Teste não deve ter mais de 48 horas- do momento das pesagens
- Qualquer declaração ou falsificação de documento é suscetível de procedimento disciplinar e/ou participação às autoridades administrativas ou judiciais competentes.
- O uso de máscara é obrigatório para todos os participantes. Exceções: atletas no tatami durante a competição. A utilização de máscaras pelos atletas no aquecimento, fica ao critério de cada atleta.
- Todos os participantes devem manter uma distância de 2 metros em todos os momentos, exceto para os competidores durante os combates e o aquecimento quando haja necessidade de contacto físico.
- O aquecimento com contacto físico deve ser feito preferencialmente com UM ÚNICO PARCEIRO, e deve estar circunscrito, salvo situações excecionais, a atletas do mesmo clube.

Zonas Desportiva

- Zona de aquecimento, balneários devem ser limpos com água e sabão regularmente. Nos balneários deve haver água, sabonete e papel.
- Os balneários devem ser suficientemente grandes para garantir, o distanciamento social. Isso significa que todos devem poder se distanciar pelo menos a 2m.
- A zona de espera para os judocas após o controle do judogi deve ser grande o suficiente para garantir uma distância social de 2m com os judocas do combate anterior e do seguinte.
- Os elementos do staff da zona de controlo e zona de espera, devem usar máscara, higienizar as mãos e utensílios com frequência.
- A área de aquecimento deve ser tão grande como possível. Deve ser possível utilizar área principal para o aquecimento matinal. O Programa da prova deve tentar, sempre que possível, que os atletas não tenham que efetuar o aquecimento todos na mesma mancha horária.
- Se um membro de uma delegação não se sente bem e mostra sintomas de COVID-19 deve ser isolado e a “Equipe de Prevenção Covid-19” deve ser informada imediatamente.
- Etapas adicionais, como testes, etc. devem ser organizadas por esta equipa em colaboração com autoridades de saúde locais de acordo com os regulamentos da DGS.
- A cerimónia de entrega de medalha deve decorrer sem contato, privilegiando-se o uso de ritsurei (saudação de pé).
- Todos os locais devem ser ventilados.

Pesagens

- Deve-se tentar alargar o tempo de pesagem, usando horários para cada categoria.
- As balanças devem ser desinfetadas depois de cada atleta subir para a balança, usando desinfetantes fornecidos pela organização.
- Todos os atletas, árbitros e staff envolvidos nas pesagens devem usar máscaras.



Arbitragem

- O árbitro deve tentar manter distância tanto quanto possível e nunca deve tocar os judocas, exceto em situações excecionais de arbitragem (nomeadamente, situações de Sonomama e Yoshi) ou limitar esse contacto ao mínimo possível no caso das competições paralímpicas, relativamente aos judocas B1.
- O árbitro deve usar máscara mesmo em situação de arbitragem.

Sorteio

- Se a sala for ventilada e suficientemente grande, permitindo 2 m distância entre todos os participantes, o sorteio pode ser realizado de forma presencial. De outra forma, o sorteio deve ser realizado com o formato virtual.

Alimentação

- Catering (participantes, funcionários, VIP, ...) de acordo com as regras de distanciamento social.
- As refeições devem ser servidas individualmente ou embaladas, não em estilo buffet.