

4/30/20

הנחיות להפעלת מתקני טיפוס לספורטאים פעילים

רקע

בעקבות הסכמה של מנהל הספורט עם משרד הבריאות, מתאריך 27/04/2020, ניתן לאפשר לספורטאים תחרותיים בהתאחדות הטיפוס לחזור לשגרת אימונים במתקני הטיפוס, תחת ההגבלות וההנחיות המובאות במסמך זה.

ספורטאי תחרותי הינו ספורטאי הרשום להתאחדות הטיפוס ובאגודת טיפוס ובעל אישור רפואי בתוקף.

המסמך להלן מכתוב שורה של צעדים וכללים המחייבים את התאחדות הטיפוס ואת מועדוני הטיפוס, והן את הספורטאים הפעילים באופן אישי.

הקפדה שלכם על מימוש הכללים והאחריות האישית של כל אחד מכם, היא מחויבת המציאות ומהווה תנאי ליכולתנו להמשיך בתהליך החזרת הספורט באופן הדרגתי לשגרה מהר ככל שניתן.

הנחיות למטפסים

- הגעה למתקנים ברכבים פרטיים
- מילוי שאלון רפואי טרם הגעה לכל אימון (ראה נספח ב' או על ידי מילוי טופס ממוכן). יש לבצע מידי בוקר מדידת חום. בנוסף, כל ספורטאי ידווח בשאלון האם הוא סובל מאחד מן התסמינים הבאים: חום מעל 37.9 מעלות צלזיוס, קוצר נשימה, שיעול, כאב גרון ובעיות במערכת העיכול (שלשול)
- כל ספורטאי/מאמן שלא חש בטוב ייבדק על ידי רופא וישוב לפעילות רק לאחר אישור רופא
- במקרה שספורטאי/מאמן/איש צוות יפתח תסמינים הוא יישלח לבדיקת קורונה כולל כל מי שבא איתו במגע. כל אותם האנשים ייכנסו לבידוד עד לקבלת תוצאות הבדיקות
- חובה להירשם לכל אימון מראש ואין להגיע ללא תיאום
- להימנע ממגע בפה, באף ובעיניים.
- שיעול ועיטוש יבוצעו למרפק או למטפחת חד פעמית אותה יש להשליך בתום השימוש לאשפה. במקרה של עיטוש או שיעול לכף היד, יש לרחוץ ידיים במים ובסבון מייד לאחר מכן
- להימנע מלדבר בעת השהות על הקיר.
- שמירה על פרטוקול היגיינה -
 - רק מי שמטפס/מאבטח יכול לשהות על המזרן או בקרבת הקיר
 - מיד עם הכניסה למתקן יש לשטוף ידיים במים וסבון (לפי ההנחיות של משרד הבריאות - במשך 60 שניות לפחות) ולנגב במגבות נייר חד פעמיות

- בנוסף להיגיינת ידיים המטפסים נדרשים לחטא את ידיהם עם חומר חיטוי מתאים הכולל לפחות 70% אלכוהול. הם נדרשים לבצע זאת גם בתחילת ההפסקה שלהם וגם עם החזרה לטיפוס
- השימוש במגנזיום נוזלי מומלץ כגורם חיטוי נוסף. מגנזיום נוזלי מכיל 70-90% אלכוהול ויכול לסייע לחיטוי נוסף של הידיים.
- על פי ההנחיות אין צורך לחבוש מסיכה בעת פעילות ספורטיבית. עם זאת, מי שאינו מטפס (בדגש על עובדים ומלווים) יעטו מסיכה בעת השהות במתקן
- איסור להסתובב יחפים ו/או להתאמן ללא חולצה במתקן
- ניתן לשתות רק מבקבוקים אישיים שהמטפס הביא עמו או שנקנה במקום.
- לא יתאפשר מילוי בקבוקים במתקן או לשתיה מברז של המקום

הנחיות למתקני הטיפוס

- לבצע רישום של הבאים למתקן (רישום שעת כניסה) ורישום מדידת חום (ראה נספח ד')
- תשאול של הנכנסים בכניסה על מילוי הנהלים
- **חובה לבדוק עם מדחום אינפרא-אדום (ללא מגע) את המגיעים למתקן ובעלי חום 38 מעלות צלזיוס ומעלה לא יורשו להיכנס**
- איוש של 10 אנשים במתחם (כולל אנשי צוות ומאמנים) בכל משבצת זמן ואיסור לחפיפה בזמנים בהחלפת הקבוצות
- הגדרת "חלונות זמן" לשימוש במתקן לצורך הקטנה של כמות השוהים בקיר בו זמנית
- ניקוי/חיטוי משטחים בתחילה ובסיום כל יחידת האימון
- המלתחות וחדרי ההלבשה יהיו סגורים ואין לעשות בהם שימוש

נספח ב' – הצהרת בריאות לספורטאי

נוסח הצהרת בריאות יומי

אני _____ ת.ז. _____

- מצהיר/ה כי ערכתי היום בדיקה למדידת חום גוף, בה נמצא כי חום גופי אינו עולה על 38 מעלות צלזיוס.
- מצהיר/ה כי איני סובל מאחד הסתמינים הבאים: קוצר נשימה, שיעול, כאב גרון ובעיות במערכת העיכול (שלשול)
- אני מצהיר/ה שאני או מישהו מבני ביתי אינו סובל מחום, שיעול או קושי בנשימה. אינו חולה או נמצא בבידוד עקב נגיף קורונה.

חתימה: _____

תאריך: _____