**REGULAMENT din 22 septembrie 2020**

privind condiţiile necesar a fi respectate în vederea desfăşurării activităţilor de pregătire fizică în săli de fitness şi aerobic

**EMITENT:** MINISTERUL TINERETULUI ŞI SPORTULUI

MINISTERUL SĂNĂTĂŢII

**PUBLICAT ÎN:** MONITORUL OFICIAL nr. 872 din 24 septembrie 2020

**Data intrarii in vigoare : 24 septembrie 2020**

**Forma actualizata valabila la data de : 24 septembrie 2020**

**Prezenta forma actualizata este valabila de la 24 septembrie 2020 pana la 25 septembrie 2020**

──────────

 **Aprobat prin <LLNK 12020 1219 507901 0 28>ORDINUL nr. 1.219/1.634/2020, publicat în Monitorul Oficial, Partea I, nr. 872 din 24 septembrie 2020.**

──────────

 A. Scop

 Prezentul regulament stabileşte criteriile care trebuie îndeplinite de către sălile de fitness şi aerobic pentru reluarea activităţilor de pregătire fizică în spaţii închise şi diminuarea riscului de infecţie cu COVID-19.

 Aplicarea corectă a acestor măsuri contribuie la diminuarea riscului de infecţie COVID-19, dar nu garantează eliminarea acestuia în contextul pandemiei.

 Operatorii care organizează activitatea de pregătire fizică în sălile de fitness şi aerobic îşi pot modifica normele şi regulamentele specifice pentru a se adapta la situaţia curentă, cu condiţia ca acestea să nu vină în contradicţie cu normele legale în vigoare.

 B. Măsuri specifice activităţilor de pregătire fizică în spaţii închise

 1. Măsuri de igienă personală

 - Cu excepţia perioadei de efort fizic intens, este obligatorie purtarea măştii (medicale/nonmedicale) în spaţiile comune, care pentru o protecţie eficientă trebuie să acopere atât gura, cât şi nasul.

 – Igiena respiratorie este obligatorie (tuse şi strănut în plica cotului sau în batista de unică folosinţă, care va fi aruncată imediat la coşul de gunoi).

 – Este recomandată evitarea atingerii feţei cu mâinile neigienizate.

 – Spălatul regulat al mâinilor este preferabil portului de mănuşi.

 2. Măsuri care privesc organizarea activităţii de pregătire fizică

 - Administratorul unităţilor unde au loc activităţile de pregătire fizică elaborează proceduri proprii prin care să asigure respectarea normelor de desfăşurare a activităţii şi împarte sarcinile de lucru pentru personalul angajat.

 – Se vor instala panouri informative cu regulile şi indicaţiile guvernamentale privind măsurile pentru combaterea răspândirii infecţiei cu COVID-19.

 – Se vor nominaliza prin proceduri proprii persoanele responsabile pentru respectarea numărului maxim de persoane admis în fiecare tip de încăpere. Aceste persoane pot fi salariaţi ai unităţii.

 – Personalul de curăţenie va desfăşura activităţile de curăţenie şi dezinfecţie conform orarului stabilit şi va purta echipament adecvat de protecţie împotriva infectării cu virusul SARS-CoV-2 (mască, mănuşi).

 – Dispenserele cu produse biocide avizate/autorizate trebuie să fie amplasate la intrare şi în alte zone accesibile.

 – Asigurarea unui număr adecvat de coşuri de gunoi închise cu capac acţionat cu pedală, pentru colectarea selectivă a deşeurilor, care să fie disponibile în fiecare zonă a bazei

 – Organizarea spaţiului de pregătire fizică pe aparate astfel încât să permită menţinerea unui spaţiu de siguranţă pentru fiecare persoană de minimum 7 mp

 – Organizarea spaţiului de pregătire fizică aerobică astfel încât să permită menţinerea unui spaţiu de siguranţă pentru fiecare persoană de minimum 10 mp

 – Coordonarea administratorilor sălii cu autorităţile sanitare şi cele locale astfel încât asigurarea sănătăţii tuturor participanţilor la activitatea sportivă, dar şi a personalului auxiliar să reprezinte obiectivul prioritar

 – Triajul observaţional zilnic la intrarea în sală. Nu se va permite accesul persoanelor care prezintă simptome de infecţie respiratorie (tuse, strănut, rinoree, stare generală alterată) şi temperatură mai mare de 37,3°C.

 – Plasarea recipientelor cu dezinfectanţi pentru mâini la intrarea în sală

 – Elaborarea planurilor de sănătate şi securitate în muncă, în conformitate cu <LLNK 12020 3577 503401 0 95>Ordinul ministrului muncii şi protecţiei sociale şi al ministrului sănătăţii nr. 3.577/831/2020 privind măsurile pentru prevenirea contaminării cu noul coronavirus SARSCoV2 şi pentru asigurarea desfăşurării activităţii la locul de muncă în condiţii de securitate şi sănătate în muncă, pe perioada stării de alertă

 – În cazul încăperilor climatizate prin recircularea aerului, se efectuează nebulizarea o dată pe săptămână, în afara programului de lucru, şi se efectuează dezinfecţia instalaţiei de climatizare conform instrucţiunilor producătorului.

 – Suprafeţele şi spaţiile comune vor fi dezinfectate frecvent (cel puţin o dată la 4 ore).

 – Asigurarea unei ventilaţii adecvate a tuturor încăperilor sau aerisirea lor periodică, cel puţin o dată la 4 ore

 3. Accesul în sala de fitness şi aerobic

 - Accesul utilizatorilor va fi permis doar în urma triajului observaţional şi termometrizării.

 – Utilizatorii sunt informaţi să nu se prezinte în centrele de pregătire dacă prezintă semne clinice de viroză respiratorie.

 – Accesul în sală trebuie să se facă numai în baza unei programări prealabile. Programarea utilizatorilor trebuie făcută în aşa fel încât să permită suficient timp pentru igienizarea periodică a sălii, dar şi pentru eliberarea vestiarelor, în condiţiile în care şi aici trebuie menţinută o distanţă de siguranţă între persoane.

 – Se va ţine o evidenţă nominală a persoanelor care au folosit sala în fiecare interval orar, astfel încât să se poată face cu uşurinţă identificarea contacţilor, în eventualitatea depistării unui caz de infectare cu COVID-19 printre utilizatorii respectivei săli de fitness sau aerobic.

 – Numărul de persoane care se antrenează la un moment dat va fi limitat în funcţie de capacitatea sălii, pentru a se menţine distanţa de siguranţă, astfel încât fiecărei persoane să îi revină un spaţiu de 7 mp, în cazul exerciţiilor pe aparate, şi 10 mp, în cazul exerciţiilor de tip aerobic.

 – Nu se va permite accesul şi se va recomanda izolarea la domiciliu în cazul în care persoana a venit în contact cu un caz suspect sau confirmat de infecţie cu virusul SARS-CoV-2.

 – Configurarea locului şi elaborarea procedurii de măsurare a temperaturii corporale şi desemnarea unei persoane responsabile cu această procedură

 – Instalarea unui dispenser pentru dezinfectant

 – Digitalizarea practicilor administrative (de evitat utilizarea formularelor de înregistrare pe hârtie etc.)

 4. Antrenamentul de fitness şi aerobic în spaţii închise

 - Utilizatorii sălilor de fitness şi aerobic vor fi instruiţi să îşi spele mâinile înainte şi după terminarea antrenamentului.

 – În cazul sălilor de fitness se va evita utilizarea aparatelor în regim de circuit şi se va încuraja utilizarea unui singur tip de aparat în cadrul aceleiaşi sesiuni de antrenament.

 – Aparatele sportive vor fi dezinfectate înainte şi după fiecare utilizator.

 – Curăţarea şi dezinfecţia zonei cât mai des posibil.

 – Cu excepţia perioadei de desfăşurare a activităţilor fizice intense, purtarea măştii este obligatorie pe toată durata prezenţei în sală.

 5. Măsuri care trebuie luate după antrenament

 - După terminarea antrenamentului, se are în vedere intrarea eşalonată la vestiare, cu evitarea aglomeraţiei şi menţinerea distanţării.

 – Vânzarea şi/sau oferirea de gustări/băuturi în regim de autoservire nu sunt/este permise/permisă; prin excepţie, se permite funcţionarea automatelor de băuturi răcoritoare şi mâncare ambalată.

 – Vestiarele trebuie să fie prevăzute cu materiale de curăţenie şi dezinfecţie a mâinilor (apă, săpun, produse biocide avizate/autorizate) şi vor fi curăţate şi dezinfectate înainte şi după fiecare utilizare.

 C. Proceduri în cazul apariţiei unei suspiciuni de infectare cu SARS-CoV-2 în centrul de pregătire

 În cazul în care se constată simptome de infecţie respiratorie la o persoană aflată în sala de fitness şi aerobic se recomandă:

 a) izolarea imediată şi organizarea transportului individual al acesteia la domiciliu şi contactarea medicului de familie;

 b) aerisirea, curăţenia şi dezinfecţia spaţiilor în care aceasta s-a aflat;

 c) echipamentul de protecţie al personalului de curăţenie se aruncă imediat după terminare în saci de gunoi individuali. Încăperea în care respectiva persoană a petrecut timp îndelungat se închide şi se aeriseşte timp de 24 de ore.

 În cazul în care o persoană care participă la activitatea de antrenament este suspectă/confirmată cu COVID-19, se realizează operaţiuni de dezinfecţie a încăperilor respective de către unităţi de dezinfecţie, dezinsecţie şi deratizare autorizate.

 -----