

## **ЗАТВЕРДЖЕНО**

постановою Головного державного  
санітарного лікаря України

від 26.05.2020 № 28

### **Тимчасові рекомендації щодо організації протиепідемічних заходів в деяких закладах фізичної культури та спорту на період карантину у зв'язку з поширенням коронавірусної хвороби (COVID-19)**

Обслуговування в спортивних (тренажерних) залах, фітнес-клубах, спортивних майданчиках для командних (парних) занять (окрім занять національних збірних) та дитячих спортивно-юнацьких школах здійснюється з урахуванням цих тимчасових рекомендацій, спрямованих на запобігання ускладнення епідемічної ситуації внаслідок поширення коронавірусної хвороби (COVID-19).

1. Перед початком зміни проводиться температурний скринінг усім працівникам закладів.

Працівники, в яких при проведенні температурного скринінгу виявлено температуру тіла понад 37,2 °С або ознаки респіраторних захворювань не допускаються до виконання обов'язків.

2. Усім відвідувачам проводиться температурний скринінг при вході до закладу.

Особам, в яких при проведенні температурного скринінгу виявлено температуру тіла понад 37,2 °С або ознаки респіраторних захворювань відвідування заборонено.

3. Дозволяється одночасне перебування клієнтів у закладі з розрахунку не більше однієї особи на 10 квадратних метрів площі зали для індивідуальних занять та однієї особи на 5 квадратних метрів площі зали для групових/командних занять (не більше 10 осіб у групі).

Проведення групових/командних занять проводиться виключно за попереднім записом.

4. На вході до закладу організовується місце для обробки рук спиртовмісними антисептиками з концентрацією активно діючої речовини понад 60% для ізопропілових спиртів та понад 70% для етилових спиртів. Доцільно розмістити яскравий вказівник про необхідність дезінфекції рук (банер, наклейка тощо).

5. У зонах проведення занять розміщуються додаткові місця для обробки рук антисептиками, паперові рушники, контейнери (урни) для їх утилізації та нагадування для клієнтів щодо необхідності дотримання гігієни, дезінфекції рук та спортивного інвентарю після використання.

Заходи індивідуальної профілактики та протиепідемічні заходи, що впроваджені в закладі доцільно періодично транслювати на екранах/оголошувати в місцях проведення занять.



6. На період карантину забороняється:

використання багаторазових (тканинних) рушників (окрім персональних рушників відвідувачів);

розміщення в доступі клієнтів рекламних брошур, журналів та інших поліграфічних матеріалів;

функціонування спа-зон та надання послуг масажу;

функціонування фітнес-барів та кулерів з водою. Робота вендингових машин дозволяється;

функціонування дитячих кімнат;

одночасне використання багатофункціональних тренажерів кількома відвідувачами;

проведення групових занять для понад 10 осіб та інших групових занять, що передбачають безпосередній фізичний контакт;

проведення групових занять для дітей віком до 12 років;

видача багаторазових рушників клієнтам.

7. Функціонування басейнів дозволено:

для індивідуального відвідування;

для спортивних навчально-тренувальних груп 2 року навчання та старше;

за умови одночасного перебування на одній доріжці не більше 4 осіб для індивідуальних занять та не більше 6 осіб для спортивно-тренувальних груп у 50-метрових басейнах;

за умови одночасного перебування на одній доріжці не більше 2 осіб для індивідуальних занять та не більше 3 осіб для спортивно-тренувальних груп у 25-метрових басейнах.

8. Необхідно обмежити одночасне використання роздягалень та душових кабін на рівні не більше 50%, не відкриваючи для використання клієнтами кожен другу шафу для роздягання/душову кабінку та нанести відповідні позначки (окрім окремо обладнаних душових кабін, що унеможливають контакт між клієнтами).

Кількість клієнтів, що одночасно перебувають у закладі повинна враховувати та не допускати потенційне скупчення в зонах роздягалень, санітарних та адміністративних зонах.

9. Тренажери для кардіо-занять, що передбачають тривалий цикл використання одним клієнтом повинні бути розміщені з інтервалом не менше 2,5 метри один від одного.

10. Працівники закладів повинні бути одягнені в медичну маску або респіратор (ЗІЗ).



Після кожного зняття ЗІЗ та одяганням чистої маски/респіратору, працівник повинен ретельно помити руки з милом або обробити антисептичним засобом.

Адміністрація закладу повинна провести навчання серед працівників щодо правил використання ЗІЗ, їх утилізації та забезпечити контроль над дотриманням цих правил.

11. Суб'єкт господарської діяльності повинен забезпечити:

працівників п'ятиденним запасом засобів індивідуального захисту та дезінфікуючих засобів і організувати контроль за їх використанням;

навчання серед працівників щодо правил використання ЗІЗ, їх утилізації та контроль над дотриманням цих правил;

постійну наявність рідкого мила та паперових рушників в санвузлах;

інформування щодо встановлених обмежень та умов обслуговування при вході до закладу, при проведенні телефонних записів та на офіційних сторінках в мережі Інтернет та соціальних мережах;

дезінфекцію поверхонь не рідше, ніж кожні 2 години та відразу після закінчення занять;

вологе прибирання з використанням миючих та дезінфекційних (в кінці зміни) засобів не рідше, ніж кожні 2 години та після закінчення робочого дня/зміни;

провітрювання/кондиціонування приміщень протягом не менше 15 хвилин перед відкриттям та кожні дві години протягом дня;

централізований збір використаних ЗІЗ, паперових серветок в окремі контейнери (урни) з кришками та одноразовими поліетиленовими пакетами з подальшою утилізацією;

тимчасове відсторонення від роботи осіб з групи ризику, визначених відповідно до Стандартів медичної допомоги «Коронавірусна хвороба (COVID-19)», затверджених наказом МОЗ України від 28.03.2020 № 722.

12. Працівники повинні:

регулярно мити руки з рідким милом або обробляти їх спиртовмісними антисептиками не рідше ніж раз на 2 години, та після відвідування громадських місць, використання туалету, прибирання, обслуговування тощо;

утримуватись від контактів з особами, що мають симптоми респіраторних захворювань – кашель, лихоманка, ломота в тілі тощо;

дотримуватись респіраторної гігієни та етикету кашлю;

самоізолюватись у разі виникнення симптомів респіраторних захворювань.

