



## Διοργάνωση αγώνων για το άθλημα Παγκρατίου.

Το παρόν περιλαμβάνει τους απαραίτητους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας για τη διεξαγωγή των προπονήσεων και διοργάνωση αγώνων για τους αθλητές/τριες και το τεχνικό προσωπικό ώστε να παραμείνει το άθλημα του Παγκρατίου . Οι οδηγίες που ακολουθούν συντάχθηκαν με βάση τις οδηγίες της αρμόδιας Υγειονομικής Επιτροπής της ΓΓΑ και θα πρέπει να ακολουθηθούν από τα σωματεία-μέλη μας καθ' όλη τη διάρκεια ισχύοντος των περιοριστικών μέτρων.

Ακολουθούν οι κανόνες για την έναρξη και σωστή διεξαγωγή των αγώνων:

1. Οι αθλητές οι οποίοι έχουν κλινική συμπτωματολογία (έστω και αμυδρή ) π.χ. βήχας, φτέρνισμα, λίγες μυαλγίες, πυρετό (έστω και μικρή πυρετική κίνηση), πονόλαιμο, μειωμένη γεύση και όσφρηση θα πρέπει **να μην προσέλθει στις αθλητικές εγκαταστάσεις** αλλά να επικοινωνήσει πρώτα με τον οικογενειακό του γιατρό και να εξεταστεί ιατρικά αν κριθεί αναγκαίο. Όταν αναρρώσει θα πρέπει να έχει χαρτί γιατρού (γνωμάτευση) για την επανένταξή του.
2. Επίσης οι αθλητές θα περνάνε από αδρό παθολογικό έλεγχο από τον ιατρό της ομοσπονδίας ο οποίος θα παραλαμβάνει το ιατρικό ιστορικό κάθε αθλητή, υπογεγραμμένο από τον ιατρό κάθε σωματείου. Στη συνέχεια θα επανεξετάζεται παθολογικά (θερμοκρασία, οξυμετρία, ακρόαση κτλ)
3. Καθημερινά θα καταγράφονται στο ειδικά διαμορφωμένο έντυπο τα ονόματα των εισερχομένων-εξερχομένων στην εγκατάσταση. [Κατάλογος εισερχομένων-εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση \(από 06/04/2021\)](#)
4. Σε αθλητικές εγκαταστάσεις που φιλοξενούν και αθλούμενους εκτός από αθλητές σωματείων, ο υπεύθυνος φορέας της αθλητικής εγκατάστασης προκειμένου να ελέγχει την τήρηση των ορίων χωρητικότητας του Πίνακα 1, αλλά και για τη δυνατότητα ιχνηλάτησης σε περίπτωση κρούσματος, να τηρεί σε ημερήσια βάση τον «**Κατάλογο Εισερχομένων-Εξερχομένων στην αθλητική εγκατάσταση**» (βλ. «Έντυπα / φόρμες προς συμπλήρωση» στην ιστοσελίδα «Αθλητισμός & Covid19» της Γ.Γ.Α.).
5. Όλοι οι αθλητές θα πρέπει να τηρούν τις **αποστάσεις ασφαλείας** (2 μέτρα).
6. Τεχνικό προσωπικό (προπονητές, γυμναστές κτλ) θα περνάνε και αυτοί κατά την είσοδο τους, από παθολογικό έλεγχο.

7. Θα πρέπει να υπάρχει **κοινόχρηστο αντισηπτικό** (ενδεδειγμένο) κατά την είσοδο των αθλητών στις εγκαταστάσεις όπου διεξάγονται οι αγώνες και υποχρεωτικά να χρησιμοποιείται από όλους .Σύμφωνα τις οδηγίες του ΕΟΔΥ <https://eody.gov.gr/odigies-gia-ton-perivallontiko-katharismo-mi-ygeionomikon-monadon-poy-echoyn-ektethei-ston-io-sars-cov-2/>
8. **Αποδυτήρια : ανοικτά.** Λειτουργία σύμφωνα με τις [Οδηγίες ασφαλούς άσκησης Γ' Φάσης σε οργανωμένους αθλητικούς χώρους \(από 13/10/2020\)](#) «Αποδυτήρια».
9. Το τεχνικό προσωπικό και οι αθλητές όπου θα παραβρίσκονται σε όλους τους χώρους των εγκαταστάσεων όπου πραγματοποιούνται οι αγώνες και παρακολούθησης θα πρέπει να **φέρουν ενδεδειγμένη μάσκα προστασίας** (εξαιρούνται οι αθλητές κατά την διάρκεια της άσκησης)
10. Η εγκατάσταση πριν την πραγματοποίηση των αγώνων θα πρέπει να έχει καθαριστεί και απολυμανθεί.
11. Επιτρέπεται η παρουσία θεατών σε αγώνες ατομικών και ομαδικών αθλημάτων, σε ανοικτές και κλειστές αθλητικές εγκαταστάσεις, με πληρότητα έως **50% της χωρητικότητας**.

**Τα παραπάνω ισχύουν μόνο για πλήρως εμβολιασμένους θεατές και έως 5% του μέγιστου επιτρεπτού αριθμού θεατών για μη εμβολιασμένους ανήλικους έως 15 ετών.**

Οι ανήλικοι **άνω των 13 έως 17 ετών** προσκομίζουν PCR test 72 ωρών ή Rapid test 48 ωρών.

Οι ανήλικοι **έως και 12 ετών** επιτρέπεται να εισέρχονται και με αρνητικό self test που έχει διενεργηθεί την ημέρα του αγώνα.

Ο έλεγχος γίνεται στις εισόδους των αθλητικών εγκαταστάσεων με την χρήση της ψηφιακής πλατφόρμας αναγνώρισης για πιστοποιητικά εμβολιασμού, PCR και rapid tests και, όπου υπάρχει η δυνατότητα, διενεργείται αντίστοιχος έλεγχος και κατά την έκδοση του ηλεκτρονικού εισιτηρίου.

Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική καθ' όλη την διάρκεια παραμονής στο γήπεδο.

- Οι εργαζόμενοι στους αθλητικούς χώρους κατά την διεξαγωγή των αγώνων που δεν είναι πλήρως εμβολιασμένοι, προσκομίζουν PCR test 72 ωρών ή Rapid test 48 ωρών πριν την έναρξη των αγώνων .
12. **Τελετές απονομών : δεν επιτρέπονται.** Μπορεί να γίνει όμως μια προσαρμογή και οι αθλητές να παραλαμβάνουν οι ίδιοι τα μετάλλιά τους από ένα τραπέζι, χωρίς επαφή, χωρίς συνωστισμό.
  13. **Χρήση ατομικών αντικειμένων** για κάθε αθλητή π.χ. πετσέτα, νερό. Οι Ελλανοδίκες θα πρέπει να φέρουν μαζί τους αθλητικά παπούτσια τα οποία θα φορούν μόνο στον χώρο της παλαίστρας και θα απολυμαίνονται πριν τον αγώνα .
  14. Στην ζύγιση θα πρέπει να υπάρχουν 2 άτομα άνα ζυγαριά και 1 άτομο στην

γραμματεία **.ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ** η είσοδος αρχηγών ή προπονητών μέσα στο χώρο όπου θα πραγματοποιείτε η διαδικασία

15. Ο διαιτητής είναι υποχρεωμένος να μην έχει καμία επαφή με τους αθλητές κατά την διάρκεια του αγώνα ,καθώς και στο τέλος του αγώνα θα ορίζει τον νικητή με την άρση του αντίστοιχου αντίχειρα του (άσπρο-μπλε) .Επίσης ο πρόεδρος της παλαίστρας θα καλέσει σύσκεψη μόνο όταν είναι απολύτως απαραίτητο και στην ένσταση οι εμπλεκόμενοι θα πρέπει να τηρούν απόσταση 2 μέτρων .
16. Στην γραμματεία θα προσεγγίζει μόνο ένας από κάθε σωματείο για την διεκπεραίωση, φορώντας μάσκα και τηρώντας την απόσταση 2 μέτρων

### **Όροι διεξαγωγής αγώνων ατομικών αθλημάτων σχετικά με τον προληπτικό έλεγχο**

1. Οι πλήρως εμβολιασμένοι αθλητές με πιστοποιητικό εμβολιασμού ή πιστοποιητικό νόσησης (εκδίδεται 30 ημέρες μετά τον πρώτο θετικό έλεγχο και ισχύει έως 180 ημέρες μετά τη νόσηση) απαλλάσσονται από το υποχρεωτικό testing πριν τους αγώνες
2. Ο προληπτικός έλεγχος για τους αγώνες μπορεί να είναι **μοριακός (RT-PCR) έως 72 ώρες πριν ή με άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) έως 48 ώρες πριν τους αγώνες**. Συστήνεται το άμεσο τεστ αντιγόνου να γίνεται την ημέρα του αγώνα ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, το τελευταίο 24ώρο πριν τον αγώνα.
3. Αν υπάρχουν διαδοχικές μέρες αγώνες, π.χ. Παρ-Σαβ-Κυρ, 1 τεστ πριν τον πρώτο αγώνα. Αν οι αγωνιστικές μέρες είναι πάνω από τρεις (3) τότε 1 τεστ ανά τρία (3) 24ωρα.
4. Σε ερασιτεχνικές κατηγορίες και για αθλητές **έως 17 ετών**, εκτός από τη διενέργεια εργαστηριακών τεστ (PCR και rapid), **παρέχεται και η δυνατότητα διεξαγωγής self test παρουσία του υπεύθυνου COVID19 της ομάδας την ημέρα του αγώνα** και κατόπιν υποβάλλεται η σχετική κατάσταση όσων έχουν αρνητικό αποτέλεσμα και μπορούν να αγωνισθούν, στη γραμματεία, από τον υπεύθυνο COVID19 της ομάδας.

Τα PCR tests για αγώνες, ισχύουν για έως και 72 ώρες, κατόπιν προκειμένου για συμμετοχή σε αγώνα θα πρέπει η διαδικασία ελέγχου covid19 να επαναληφθεί.

Τα rapid tests για αγώνες, ισχύουν για έως και 48 ώρες, κατόπιν προκειμένου για συμμετοχή σε αγώνα θα πρέπει η διαδικασία ελέγχου covid19 να επαναληφθεί.

Τα self tests για αγώνες ισχύουν για έως 24 ώρες. Κατόπιν για συμμετοχή σε αγώνα θα πρέπει η διαδικασία ελέγχου covid19 να επαναληφθεί.

**Θετικό αποτέλεσμα στο self test πρέπει να επιβεβαιώνεται από αντίστοιχο εργαστηριακό τεστ (PCR ή Rapid) και έως ότου γνωστοποιηθεί το αποτέλεσμα του εργαστηριακού ελέγχου ο αθλητής δεν συμμετέχει σε αγώνες ή προπονήσεις.**

5. Εάν γίνει ομαδική μετακίνηση των αθλητών για τους αγώνες, συστήνεται το testing να γίνει πριν την μετακίνηση ( πριν την επιβίβαση σε αεροπλάνο , πούλμαν κτλ)

Τα άμεσα τεστ αντιγόνου πρέπει υποχρεωτικά να έχουν τις προδιαγραφές που περιγράφονται στην ΚΥΑ Αριθμ. Δ1α/Γ.Π.οικ. 7114, 1/2/2021 ΦΕΚ β' 362[https://gga.gov.gr/images/%CE%A6%CE%95%CE%9A\\_362\\_%CE%92\\_1\\_2\\_2021\\_Rapid.pdf](https://gga.gov.gr/images/%CE%A6%CE%95%CE%9A_362_%CE%92_1_2_2021_Rapid.pdf)

6. Σε περίπτωση κρούσματος, ακολουθούνται οι επικαιροποιημένες οδηγίες διαχείρισης κρούσματος του παρόντος.
7. Αθλητές ή προσωπικό με επιβεβαιωμένο ιστορικό λοίμωξης COVID-19 οι οποίοι έχουν αναρρώσει, δεν υποβάλλονται σε έλεγχο COVID-19 για 180 ημέρες από το επιβεβαιωμένο εργαστηριακά θετικό αποτέλεσμα. Εξαιρούνται περιπτώσεις που τίθεται υποψία επαναλοίμωξης. Σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να γίνεται επικοινωνία με τον ΕΟΔΥ. Η **εξαίρεση** από τα τεστ θα δίνεται από την Υγειονομική Επιτροπή της Αθλητικής Ομοσπονδίας της Διοργανώτριας Αρχής των αγώνων με βάση το ιστορικό του αθλητή ή του συντελεστή αντίστοιχα ,το οποίο θα επιβεβαιώνεται από ιατρό και θα πρέπει να συνοδεύεται από το επίσημο αποτέλεσμα της θετικής εξέτασης για COVID-19 και χαρτί απαλλαγής, από πιστοποιημένο εργαστήριο
8. Τα εργαστηριακά αποτελέσματα των ελέγχων πρέπει
- i. να καταχωρούνται στο Εθνικό Μητρώο για COVID-19
  - ii. Να φυλάσσονται από τον ιατρό της ομάδας για 15 ημέρες τουλάχιστον τηρώντας όλες τις απαραίτητες διατάξεις για την προστασία των προσωπικών δεδομένων προκειμένου να υπάρχει πρόσβαση σε περίπτωση ελέγχου
  - iii. Για τις συρροές (περισσότερα από 3 κρούσματα) σε μια ομάδα, το Σωματείο, η Ομοσπονδία ή η Διοργανώτρια Αρχή αποστέλλουν άμεσα σχετική ενημέρωση προς την Υγειονομικής Επιστημονική Επιτροπή της ΓΓΑ (στο e-mail [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr)) και στη συνέχεια η ΓΓΑ θα ενημερώνει αρμοδίως τον ΕΟΔΥ.

## Διαχείριση κρούσματος COVID-19

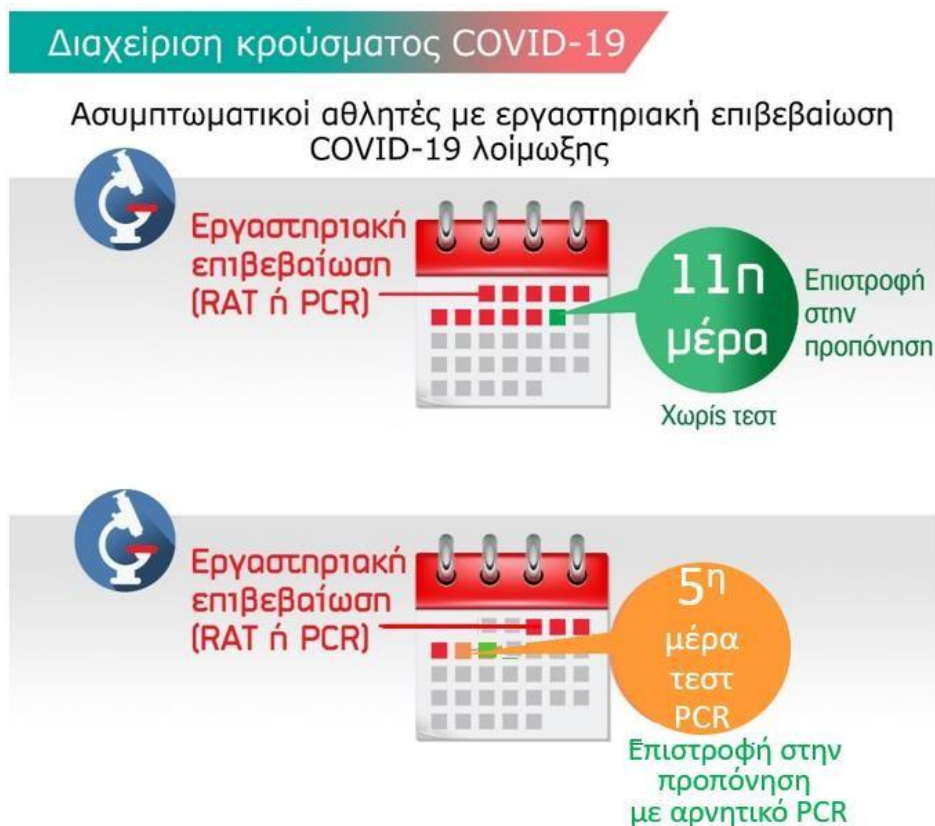
### 1 Ασυμπτωματικοί αθλητές με εργαστηριακή επιβεβαίωση COVID-19 λοίμωξης.

Απομόνωση του κρούσματος και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ και τις ακόλουθες ειδικές οδηγίες: οι αθλητές συστήνεται να υποβάλλονται σε καρδιολογική εξέταση σύμφωνα με τις οδηγίες της Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρίας που είναι διαθέσιμες στον ακόλουθο σύνδεσμο [Οδηγίες Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρίας για επιστροφή στην](#)

[άθληση μετά από λοίμωξη COVID19 \(31/12/2020\)](#) πριν επανέλθουν στην αθλητική δραστηριότητα. Η επάνοδος στην αθλητική δραστηριότητα γίνεται ως ακολούθως:

1.1 Χωρίς μοριακό τεστ PCR μετά από 10 ημέρες από την ημέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης και εφόσον δεν έχουν εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με Covid-19 λοίμωξη.

Με αρνητικό μοριακό τεστ PCR πριν τις 10 ημέρες, το οποίο δεν μπορεί να ληφθεί νωρίτερα από την 5<sup>η</sup> μέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης.



## 2 Συμπτωματικοί αθλητές με εργαστηριακή επιβεβαίωση Covid-19 λοίμωξης.

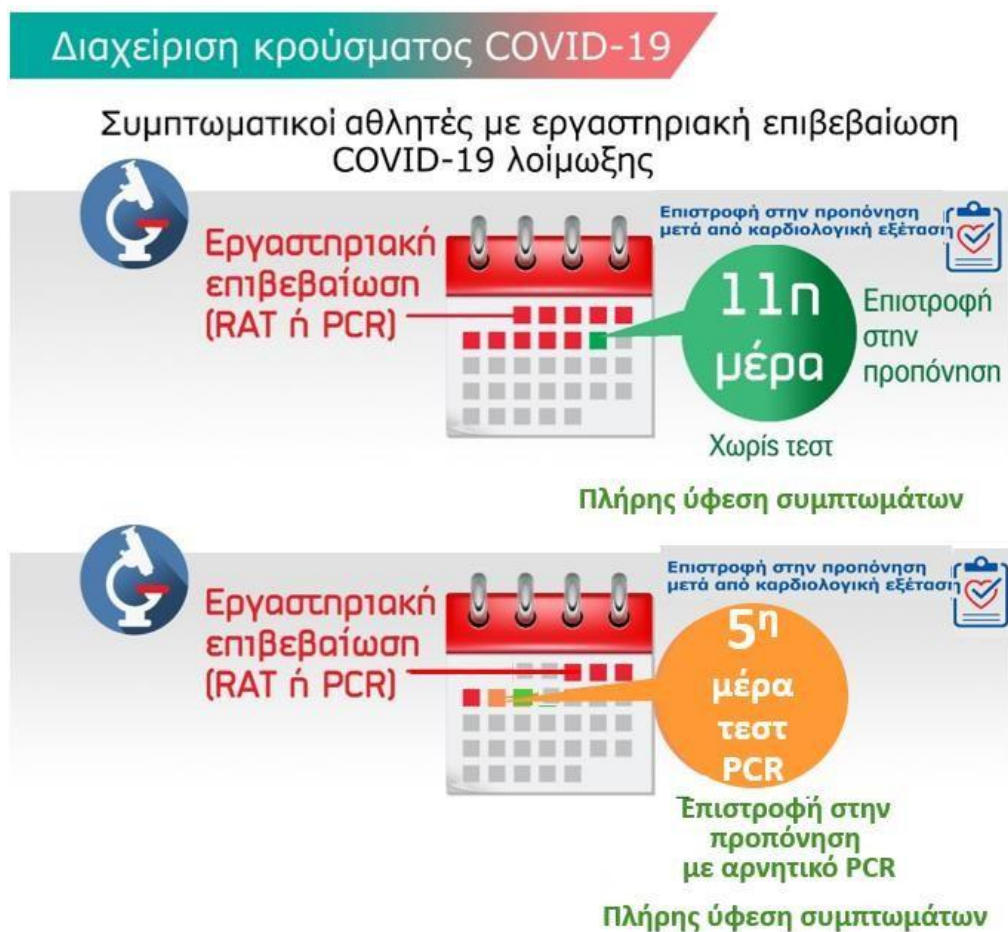
Απομόνωση του κρούσματος και περαιτέρω διαχείριση σύμφωνα με τις με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ και τις ακόλουθες ειδικές οδηγίες: οι αθλητές επανέρχονται στην αθλητική δραστηριότητα μόνο

μετά από καρδιολογική εξέταση σύμφωνα με τις οδηγίες της Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρίας που είναι διαθέσιμες στον ακόλουθο σύνδεσμο Οδηγίες Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρίας

για επιστροφή στην άθληση μετά από λοίμωξη COVID19 (31/12/2020). Εάν δεν υπάρχουν αντενδείξεις από τον καρδιολογικό έλεγχο, η επάνοδος στην αθλητική δραστηριότητα γίνεται ως ακολούθως:

**2.1** Χωρίς μοριακό τεστ PCR μετά από 10 ημέρες από την ημέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης και παρουσιάζουν πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων.

**2.2** Με αρνητικό μοριακό τεστ PCR, πριν τις 10 ημέρες, το οποίο δεν μπορεί να ληφθεί νωρίτερα από την 5η μέρα της πρώτης εργαστηριακής επιβεβαίωσης COVID-19 λοίμωξης και παρουσιάζουν πλήρη ύφεση των συμπτωμάτων



Σε περίπτωση που βρεθεί θετικό κρούσμα στο διοικητικό/τεχνικό/ιατρικό προσωπικό μιας ομάδας, τότε για το ίδιο το κρούσμα ακολουθούνται οι διαδικασίες που ισχύουν και για τον γενικό πληθυσμό: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2021/12/epikairopoiisi-odigion-apomonosis-kai-karantinas-kroysmaton-covid-19-20211229.pdf>

Στις περιπτώσεις που πλήρως εμβολιασμένοι αθλητές παρουσιάσουν συμπτώματα και βρεθούν θετικοί σε εργαστηριακό έλεγχο COVID-19, ακολουθείται κανονικά η διαδικασία του κρούσματος των οδηγών (Ενότητα 2 «Διαχείριση Κρούσματος COVID-19»).

## **2. Αθλητές ή προσωπικό με προηγούμενη επιβεβαιωμένη λοίμωξη**

Αθλητές ή προσωπικό με επιβεβαιωμένο ιστορικό λοίμωξης COVID-19 (συμπτωματικοί ή ασυμπτωματικοί) δύναται να φέρουν ακόμη ανενεργά συγκύτια του ιού και να έχουν επί μακρό χρονικό διάστημα θετικά τα μοριακά τεστ χωρίς να είναι μεταδοτικοί. Για αυτό το λόγο όλοι οι προηγούμενα θετικοί στον ιό αθλητές ή συντελεστές (προπονητές, διαιτητές, παράγοντες κλπ) απαλλάσσονται της υποχρέωσης να πραγματοποιούν προληπτικά περιοδικά τεστ για κορωνοϊό για το διάστημα ισχύος του πιστοποιητικού νόσησης. Εξαιρούνται περιπτώσεις που τίθεται υποψία επαναλοίμωξης. Σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να γίνεται επικοινωνία με τον ΕΟΔΥ.

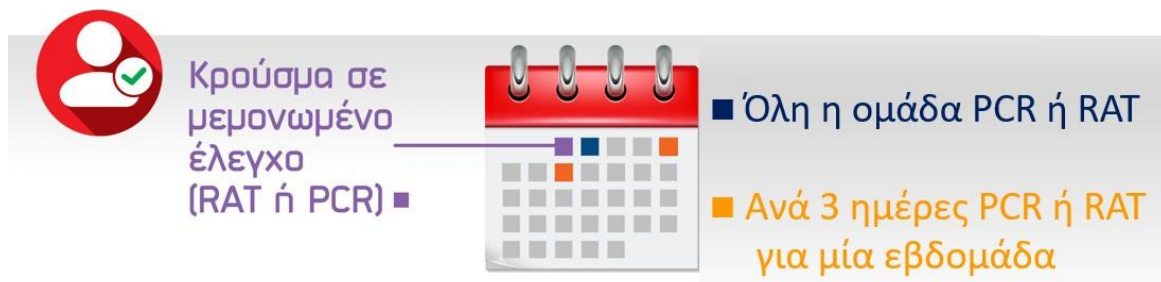
Προκειμένου για την απαλλαγή τους από τους προληπτικούς ελέγχους covid19 θα πρέπει να διαθέτουν **πιστοποιητικό νόσησης** (εκδίδεται 14 ημέρες μετά τον πρώτο θετικό έλεγχο και ισχύει έως 90 ημέρες μετά τη νόσηση, ενώ ειδικώς τα πιστοποιητικά που έχουν εκδοθεί από 13/06/2021 έως και 31/10/2021 παραμένουν σε ισχύ με το παλαιότερο καθεστώς διάρκειας των 180 ημερών). Το πιστοποιητικό νόσησης το καταθέτουν στον υπεύθυνο COVID-19 του σωματείου/ομάδας.

## 2. Διαχείριση στενών επαφών με κρούσμα COVID-19 στην ομάδα

- 1 Σε όσους είναι στενή επαφή του κρούσματος συστήνεται η **αυξημένη ενεργητική επιτήρηση\*** για **10 ημέρες** από την ημέρα της τελευταίας επαφής με το επιβεβαιωμένο κρούσμα.



2. Αν το κρούσμα εντοπίστηκε σε **μεμονωμένο έλεγχο** (π.χ. λόγω συμπτωμάτων) τότε όλη η ομάδα υποβάλλεται άμεσα σε μοριακό (PCR) τεστ ή σε άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) και μετά, **ανά 3 μέρες**, υποβάλλεται σε άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) για μία εβδομάδα.



3. Αν το κρούσμα εντοπίστηκε σε **προληπτικό ομαδικό έλεγχο** τότε **άμεσα** και οι πλήρως εμβολιασμένοι υποβάλλονται σε μοριακό PCR τεστ ή άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) -υπενθυμίζεται ότι υπό κανονικές συνθήκες -χωρίς κρούσμα-, οι πλήρως εμβολιασμένοι δεν υποβάλλονται στον προληπτικό ομαδικό έλεγχο. Σε αυτή τη περίπτωση ο προληπτικός έλεγχος και ο έκτακτος έλεγχος των πλήρως εμβολιασμένων που ακολούθησε, θεωρούνται **ένας έλεγχος** και τα τυχόν κρούσματα αθροίζονται. Στη συνέχεια υποβάλλεται όλη η ομάδα (εμβολιασμένοι και ανεμβολίαστοι) σε PCR τεστ ή άμεσο τεστ αντιγόνου (Rapid Antigen Test, RAT) ανά 3 ημέρες για μια εβδομάδα.



4. Στην περίπτωση προγραμματισμένου αγώνα στην περίοδο της αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης, διενεργείται μοριακός έλεγχος (PCR) σε όλους τους αθλητές (με εξαίρεση όσους διαθέτουν πιστοποιητικό νόσησης σε ισχύ) 48 ώρες πριν τον αγώνα ή άμεσο τεστ αντιγόνου (RAT) 24 ώρες πριν τον αγώνα.



**Αγώνας στην περίοδο αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης**



- Παραμονή αγώνα PCR η ομάδα
- ή την ημέρα του αγώνα RAT

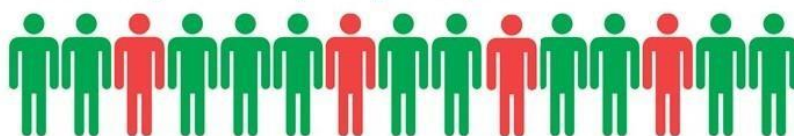
5. Αν στην ομάδα εντοπισθούν 4 ή περισσότερα νέα κρούσματα σε αθλητές κατά τους δύο τελευταίους ελέγχους πριν τον αγώνα (αθροιστικά), τότε ο αγώνας αναβάλλεται. Ειδικά για το ποδόσφαιρο, λόγω του αυξημένου αριθμού αθλητών, ο αριθμός αυτός είναι



**4 ή περισσότερα νέα κρούσματα κατά τους δύο τελευταίους ελέγχους πριν τον αγώνα (ποδόσφαιρο: 7 ή περισσότερα κρούσματα)**

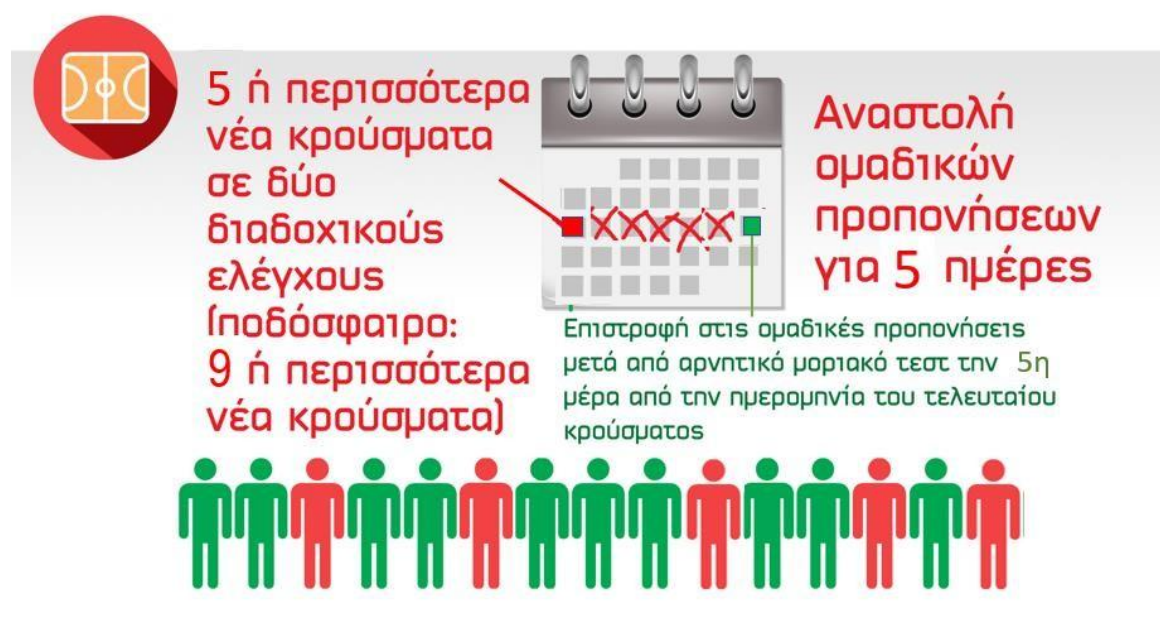


**Αναβολή αγώνα**



6. Αν στην ομάδα εντοπισθούν 5 ή περισσότερα νέα κρούσματα (9 ή περισσότερα για το ποδόσφαιρο) σε αθλητές σε δύο διαδοχικούς ελέγχους (αθροιστικά), τότε αναστέλλονται οι ομαδικές προπονήσεις για 5 ημέρες (συνεχίζεται η ατομική άθληση). Οι αθλητές της ομάδας

(εμβολιασμένοι ή ανεμβολίαστοι) επιστρέφουν στις ομαδικές προπονήσεις μετά από αρνητικό μοριακό τεστ (PCR) την 5<sup>η</sup> μέρα από την ημερομηνία του τελευταίου κρούσματος, με εξαίρεση όσους έχουν πιστοποιητικό νόσησης σε ισχύ που επιστρέφουν χωρίς τεστ. Οι αθλητές που έχουν νοσήσει πρόσφατα μπορεί να επιστρέψουν χωρίς να διενεργήσουν μοριακό τεστ (PCR) εφόσον έχει παρέλθει 10ήμερο από την εργαστηριακή επιβεβαίωση και δεν έχουν συμπτώματα. Στη συνέχεια η διαδικασία συνεχίζεται όπως πριν από την εμφάνιση κρουσμάτων, με τον προληπτικό έλεγχο.



**5 ή περισσότερα νέα κρούσματα σε δύο διαδοχικούς ελέγχους (ποδόσφαιρο: 9 ή περισσότερα νέα κρούσματα)**

**Αναστολή ομαδικών προπονήσεων για 5 ημέρες**

Επιστροφή στις ομαδικές προπονήσεις μετά από αρνητικό μοριακό τεστ την 5η μέρα από την ημερομηνία του τελευταίου κρούσματος

7. Οι τρίτες επαφές (“η επαφή της επαφής”) κρούσματος Covid-19, δεν θεωρούνται μη προστατευμένες επαφές και δεν τίθενται σε περιορισμό

8. Εάν εμβολιασμένοι αθλητές είναι στενές επαφές κρούσματος τότε υποβάλλονται και αυτοί στους παραπάνω ελέγχους.

**9. Αθλητές πλήρως εμβολιασμένοι και με την ενισχυτική δόση στη διάρκεια της αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης υποβάλλονται μόνο στον 1<sup>ο</sup> έλεγχο μετά την εμφάνιση κρούσματος και στον έλεγχο πριν τον προγραμματισμένο αγώνα της ομάδας.**

**10. Εάν νοσήσαντες αθλητές (με πιστοποιητικό νόσησης σε ισχύ) είναι στενές επαφές κρούσματος δεν υποβάλλονται στους παραπάνω ελέγχους, εκτός και αν έχουν συμπτώματα λοίμωξης.**

11. Σε καθεστώς αναστολής ομαδικών προπονήσεων οι εμβολιασμένοι αθλητές και με την ενισχυτική δόση που είναι αρνητικοί στον τελευταίο έλεγχο μπορούν να προποούνται σε γκρουπ.

12. Για τις συρροές (περισσότερα από 3 κρούσματα) σε μια ομάδα, το Σωματείο, η Ομοσπονδία ή η Διοργανώτρια Αρχή αποστέλλουν άμεσα σχετική ενημέρωση προς την Υγειονομική Επιστημονική Επιτροπή της ΓΓΑ (στο e-mail [covid19@gga.gov.gr](mailto:covid19@gga.gov.gr)) και στη συνέχεια η ΓΓΑ θα ενημερώνει αρμοδίως τον ΕΟΔΥ.



## ΛΕΜΟΝΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ

ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΕΝΙΚΗΣ - ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ  
ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ Ε.Π.Σ.ΠΕΙΡΑΙΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ  
ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ Ε.Ο.Ε. ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ  
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΑΘΛΗΤΙΑΡΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΙΑΣ "MEDIC SPORTS" [www.medicsports.gr](http://www.medicsports.gr)

### \*Μέτρα στην αυξημένη ενεργητική επιτήρηση

Οποτεδήποτε αποφασιστεί η πραγματοποίηση αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης ενός αθλητή ή μίας ομάδας τότε λαμβάνονται τα ακόλουθα μέτρα:

- i. Η Διοίκηση του Συλλόγου ή της Ομάδας αναβάλλει για όσο διάστημα διαρκεί η αυξημένη ενεργητική επιτήρηση όλες τις προγραμματισμένες εξωαγωνιστικές δραστηριότητες των αθλητών (εκτός των προπονητικών και αγωνιστικών υποχρεώσεων).
- ii. Ενημερώνονται όλοι οι αθλητές και το επιτελείο για την ανάγκη περιορισμού των κοινωνικών επαφών τους και των μετακινήσεων, εκτός από τις απολύτως απαραίτητες για την ομάδα.
- iii. Στο χώρο προπόνησης προσέρχονται μόνο οι απολύτως απαραίτητοι για αυτή.
- iv. Οι ομάδες που βρίσκονται σε καθεστώς αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης αποφεύγουν τα φιλικά παιχνίδια με άλλες ομάδες για όσο διαρκεί το διάστημα αυτό.
- v. Στην προπόνηση όλοι προσέρχονται με μάσκα υψηλής προστασίας (KN95, N95, FFP2) ή διπλή μάσκα, την οποία φορούν συνεχώς, εκτός των αθλητών την ώρα της άσκησης.
- vi. Όλοι οι συμμετέχοντες στη προπόνηση (αθλητές και τεχνικό επιτελείο) αποστέλλουν κάθε πρωί στον ιατρό της Ομάδας SMS ή μήνυμα σε εφαρμογή στο οποίο αναφέρουν συνοπτικά "OK". Η χρήση της συντομογραφίας γίνεται για διευκόλυνση της διαδικασίας και σημαίνει ότι οι συμμετέχοντες στην προπόνηση είναι άπυρετοι (γίνεται καθημερινή θερμομέτρηση), δεν νιώθουν εξάντληση, δεν έχουν βήχα ή δύσπνοια ή συμπτώματα κρυολογήματος ή ανοσομία.
- vii. Όποιος έχει οποιοδήποτε ύποπτο σύμπτωμα παραμένει στην οικία του και ενημερώνει σχετικά τον Ιατρό του Συλλόγου ή της Ομοσπονδίας για αξιολόγηση των ευρημάτων.

Στις περιπτώσεις που επιλεγεί από την ομάδα να μην εφαρμοστεί ο επιπλέον έλεγχος των αθλητών-στενών επαφών κρούσματος, σύμφωνα με την παράγραφο 3.2. ή 3.3., που δίνει τη δυνατότητα συνέχισης των προπονήσεων και αγώνων, τότε αντί της αυξημένης ενεργητικής επιτήρησης, γίνεται αναστολή προπονήσεων για 10 ημέρες και όλες οι στενές επαφές ακολουθούν

τα πρωτόκολλα του ΕΟΔΥ για τον γενικό πληθυσμό : <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2021/12/epikairopoiisi-odigion-apomonosis-kai-karantinas-kroysmaton-covid-19-20211229.pdf>

οι αποστάσεις και ο φυσικός αέρας μας επιτρέπει να διοργανώσουμε τους αγώνες με ασφάλεια.



## ΛΕΜΟΝΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ

ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΕΝΙΚΗΣ - ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ  
ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ Ε.Π.Σ.ΠΕΙΡΑΙΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ  
ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ Ε.Ο.Ε. ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ  
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΑΘΛΗΤΙΑΡΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΙΑΣ "MEDIC SPORTS" [www.medicsports.gr](http://www.medicsports.gr)

Θα θέλαμε να σας υπενθυμίσουμε πως η φύση των αθλημάτων μας, οι αποστάσεις και ο φυσικός αέρας μας επιτρέπει να διοργανώσουμε τους αγώνες με ασφάλεια. Ζητάμε από όλα τα μέλη των συλλόγων να λάβουν παρά πολύ σοβαρά τους κανόνες συμπεριφοράς που ορίζονται παραπάνω. Για οποιαδήποτε διευκρίνιση η ομοσπονδία και ο ιατρός αυτής κ. Λεμονής Αντώνης είναι στη διάθεση σας.

Το αγωνιστικό πρωτόκολλο έχει συνταχθεί σύμφωνα με της οδηγίες του Υγειονομικού Πρωτοκόλλου την Γ.Γ.Α.

Επιστημονικός Συνεργάτης- Ιατρός Λεμονής

Αντώνης

Πελασγίας 10, Περιστέρι

τηλ 2105776400-6972446573

e-mail: [alemonis@yahoo.gr](mailto:alemonis@yahoo.gr)

Για την

Ελληνική Ομοσπονδία Παγκρατίου Αθλήματος