

Инструкция по вопросам обеспечения  
противоэпидемических мероприятий  
в организациях Москомспорта  
в целях недопущения заноса и распространения  
коронавирусной инфекции (COVID-19).

# 1

## Взаимодействие "работник – работник"



— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации



### Общие правила

Организация «входного фильтра» с:

- проведением бесконтактного контроля температуры тела работника и отстранением от нахождения на рабочем месте лиц с повышенной температурой тела и (или) другими признаками респираторных инфекций (кашель, насморк)
- уточнением состояния здоровья работника и лиц, проживающих вместе с ним, информации о возможных контактах с больными лицами или лицами, вернувшимися из другой страны (опрос, анкетирование и др.).

Временное отстранение от работы лиц из групп риска (старше 65 лет, имеющих хронические заболевания, сниженный иммунитет, беременных с обеспечением режима самоизоляции).

Ограничение прохода на территорию спортивной организации лиц, не связанных с обеспечением организации тренировочного процесса

Ограничение контактных приветствий, в том числе рукопожатий



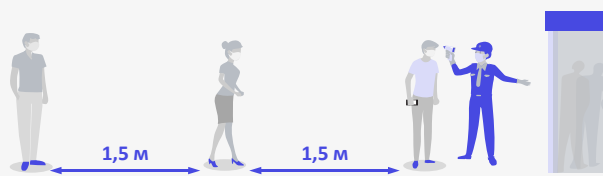
### Организация работы

Проведение обучения и инструктажа персонала по вопросам предупреждения и распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), в том числе:

- по проведению профилактической дезинфекции
- по использованию средств индивидуальной защиты
- по выполнению мер личной профилактики

### Иллюстрации

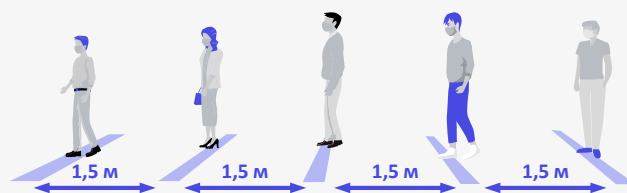
Проведение бесконтактного контроля температуры тела



Использование сотрудниками СИЗ



Разметка для соблюдения расстояния 1,5 м



- Введение посменного графика работы сотрудников для минимизации контактов
- Разнесение во времени перерывов на еду и на отдых в целях минимизации нахождения людей в группах

### Общие зоны



Запрет приёма пищи на рабочих местах.

- Дезинфекция совместно используемого оборудования и персональных гаджетов регулярно в течение дня
- Ограничение перемещения и выхода за территорию работников в обеденный перерыв и во время перерыва на отдых.
- Выделение для приема пищи отдельной комнаты или зоны с оборудованной раковиной для мытья рук и дозатором для обработки рук кожным антисептиком
- Сокращение количества мест в комнатах отдыха персонала и общих зонах для обеспечения физического расстояния более чем в 1,5 метра

# 1

## Взаимодействие «работник – работник» (продолжение)



— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации



### Обеспечение гигиены работников

- Обеспечение персонала защитными медицинскими масками и перчатками
- Обеспечение персонала, задействованного в проведении уборки и дезинфекции респираторами, влагопроницаемыми перчатками, защитными очками
- Использование масок и перчаток обслуживающим персоналом в течение всего рабочего дня с заменой масок каждые 3 часа, перчаток - по мере загрязнения или повреждения.
- Создание условий для соблюдения правил личной гигиены работников, а именно частого мытья рук с мылом, использования кожных антисептиков с содержанием этилового спирта не менее 70% по массе, изопропилового не менее 60% по массе, использования парфюмерно-косметической продукции (жидкости, лосьоны, гели, одноразовые салфетки) с аналогичным содержанием спиртов
- Организация при входе мест обработки рук кожными антисептиками

Организация централизованного сбора одноразовых масок и перчаток. Перед помещением в контейнер с отходами герметичная упаковка их в 2 полиэтиленовых пакета.



### Контроль соблюдения протокола

Назначение ответственного за осуществление контроля выполнения настоящего протокола и эффективности проведенных мероприятий, а также за передачу информации в территориальный орган Роспотребнадзора.

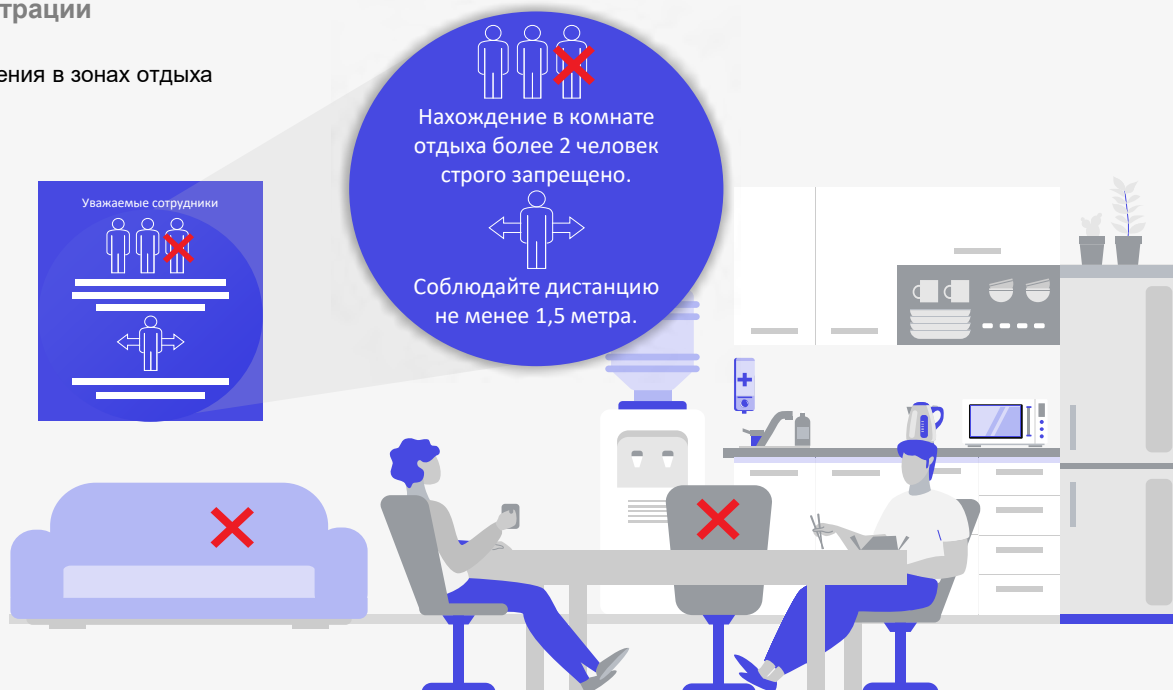
Организация контроля за применением работниками средств индивидуальной защиты

Обеспечение незамедлительного направления ответственным сотрудником информации о возникновении внештатных ситуаций санитарно-эпидемиологического характера на объектах в Управление Роспотребнадзора по г. Москве по электронной почте [uprav@77.rospotrebnadzor.ru](mailto:uprav@77.rospotrebnadzor.ru)

Обеспечение подтверждения проведения дезинфекционных мероприятий, позволяющее оценить объем, качество и своевременность проведенных дезинфекционных мероприятий (фото и/или видео фиксация).

### Иллюстрации

Ограничения в зонах отдыха





— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации

Организация «входного фильтра» с:

- проведением бесконтактного контроля температуры тела спортсмена и отстранением от тренировок лиц с повышенной температурой тела и (или) другими признаками респираторных инфекций (кашель, насморк)
- уточнением состояния здоровья спортсмена и лиц, проживающих вместе с ним, информации о возможных контактах с больными лицами или лицами, вернувшимися из другой страны (опрос, анкетирование и др.).

Организация проведения ежедневного медицинского осмотра спортсменов врачом команды или спортивной организации с термометрией и фиксацией в журнале. Занесение результатов «входного фильтра» и ежедневных осмотров в «Журнал здоровья».

- Организация мест обработки рук кожными антисептиками (с содержанием этилового спирта не менее 70% по массе, изопропилового не менее 60% по массе), парфюмерно-косметической продукцией (жидкости, лосьоны, гели, с аналогичным содержанием спиртов) или дезинфицирующими салфетками.
- Оборудование автоматических бесконтактных дозаторов для обработки рук на входе в организацию, перед раздевалками, возле санузлов, душевых, в тренерских помещениях, командных комнатах и в других общественных зонах.

Соблюдение принципов социального дистанцирования не менее 1,5 метров (в том числе путём нанесения разметки) при нахождении в помещении спортсменов и сотрудников спортивной организации, обеспечивающих тренировочный процесс (сотрудники пищеблока, клининговый персонал, технические работники).

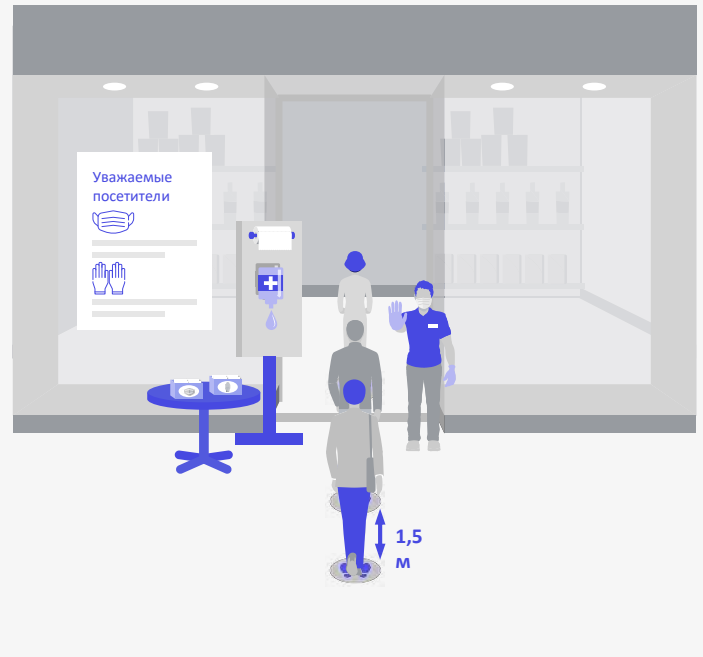
Предоставление доступа к инвентарю, площадке для тренировок, тренировочному помещению только спортсменам, тренерам, персоналу, проводящего очистку и дезинфекцию инвентаря.

Исключение пересечения любого случайного персонала со спортсменами (членами команды).

Организация ношения масок и перчаток спортсменами в течение всего времени пребывания на территории тренировочного комплекса, за исключением периода самой тренировки.

## Иллюстрации

Маски и перчатки, разметка, информирование на входе



Размещение у всех входов, а также в иных зонах общего пользования, информации о:

- необходимости использования средств индивидуальной защиты
- необходимости сохранения социальной дистанции до 1,5 метров
- запрете нахождения в помещении при наличии симптомов вируса
- необходимости избегания рукопожатий

# 3

## Взаимодействие «посетитель – посетитель»



### Зона раздевалки

— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации

Минимизация продолжительности пребывания спортсменов в раздевалке до и после тренировки.

При наличии возможности, использование нескольких раздевалок для уменьшения количества спортсменов, пребывающих в одной раздевалке

Запрет приёма пищи в раздевалках



### Зона тренировки

Минимизация любых видов деятельности, требующих активного взаимодействия различных групп спортсменов

Применение последовательного разделения друг от друга групп людей, не связанных тренировочным процессом, планируя графики тренировок последовательно, со сдвигом по времени.



### Зона приема пищи

Запрет на коллективный приём пищи для не групповых видов спорта. Для команд – обеспечение дистанции не менее 1,5 метров при приеме пищи.

Организация безопасного использования посуды и приборов. Например:

- Использование одноразовой посуды и приборов
- Мойка в посудомоечных машинах с дезинфицирующим эффектом и при температуре не ниже 65С
- Ручная мойка с использованием дезинфицирующих средств



### Зона проживания на базах (при наличии)

- Заполнение номеров - не более 1 человека в комнате
- Замена часто используемых предметов в комнатах после каждого постояльца (например, канцтовары, покрывала, подушки)
- Обеспечение интервала между заселениями в одну комнату в 24 часа
- Заключительная дезинфекция комнаты после каждого постояльца



### Зона дополнительных услуг (при наличии)

- Обеспечение мер предосторожности при оказании дополнительных услуг (например, массаже), в т.ч. использование перчаток, масок, защитных щитков для лица
- Соблюдение интервала не менее 20 минут между оказанием услуг разным посетителям

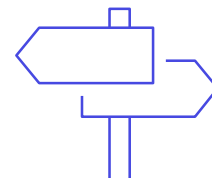
- Закрытие общего гардероба. Хранение вещей посетителей в индивидуальных кабинках с дезинфекцией после каждого посетителя (в т.ч. ключей от кабинок)
- Хранение личных вещей спортсмена в одноразовых пакетах (при использовании шкафов в раздевалках)

- Обеспечение дистанции 1,5 метра между тренажерами, - в случае невозможности, ограничение использования соседних тренажеров
- Нанесение разметки в зале групповых тренировок для соблюдения дистанции в 1,5 места между посетителями, - в случае недостатка места приостановление групповых тренировок
- Закрепление и использование индивидуального спортивного инвентаря для тренировок в негрупповых видах спорта.

- Реорганизация посадочных мест (при наличии) для обеспечения расстояния не менее 1,5 м между столами и отдельными посетителями, не состоящими в группе
- Временное закрытие стоек самообслуживания, включая общие корзины с приборами, посудой, приправами и т.п.
- Обработка посадочных мест и всех поверхностей после каждого посетителя, включая столы, барные стойки, стулья, кожаные диваны и прочие твердые поверхности, с которыми соприкасается посетитель и которые возможно обработать.

# 4

## Логистика работников и посетителей



— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации

При централизованном транспортировании спортсменов к месту тренировки использовать автобусы с достаточным количеством мест для обеспечения социальной дистанции между пассажирами (рассадка в шахматном порядке).

Обеспечить уборку и дезинфицирование транспортного средства по окончании перевозки (при ежедневном использовании – ежедневно)

- Получать цифровой пропуск (при актуальности требования в регионе)
- При использовании общественного транспорта соблюдать действующие меры по использованию средств индивидуальной защиты, соблюдению социальной дистанции и т. д.

# 5

## Уборка и дезинфекция



Обеспечить проведение генеральной уборки помещений с применением дезинфицирующих средств, активных в отношении вирусов, и обработку спортивного инвентаря перед открытием спортивной организации, тренировочной базы (далее – спортивная организация)

Обеспечить проведение влажной уборки с применением дезинфицирующих средств вирулицидного действия :

- дезинфекционную обработку контактных поверхностей (спортивных снарядов, тренажеров, ковриков, матов, столов, стульев, лавок, поручней, перил, ручек дверей, шкафчиков и др.), раздевалок - после каждого использования
- основных и вспомогательных помещений - каждые 3 часа
- санитарных узлов (пола, санитарно-технического оборудования, в том числе вентилей кранов, спуска бачков унитаза) - 3 раза в день.

Применять для проведения дезинфекции дезинфицирующих средств, зарегистрированных в установленном порядке:

- хлорактивные (натриевая соль дихлоризоциануровой кислоты - в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 0,06%, хлорамин Б — в концентрации активного хлора в рабочем растворе не менее 3,0%),
- кислородактивные (перекись водорода — в концентрации не менее 3,0%), катионные поверхностно-активные вещества (КПАВ)
- четвертичные аммониевые соединения (в концентрации в рабочем растворе не менее 9,5%),
- третичные амины (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,05%)
- полимерные производные гуанидина (в концентрации в рабочем растворе не менее 0,2%),
- спирты (в качестве кожных антисептиков и дезинфицирующих средств для обработки небольших поверхностей — изопропиловый спирт в концентрации не менее 70% по массе, этиловый спирт в концентрации не менее 75% по массе)

В инструкциях по применению этих средств указаны режимы для обеззараживания объектов при вирусных инфекциях и содержание действующих веществ.

Приготовление рабочих растворов дезинфицирующих средств проводить в специальном помещении, оборудованном приточно-вытяжной вентиляцией. Не допускать хранения личных вещей, пищевых продуктов, присутствия посторонних лиц, приема пищи, курения в вышеуказанных помещениях.

Профилактическую дезинфекцию проводить согласно действующим методическим документам (инструкциям) на конкретное средство, с учетом концентрации раствора, применяемого при вирусных инфекциях.

Все виды работ с дезинфицирующими средствами выполнять во влагонепроницаемых перчатках). При проведении дезинфекции способом орошения использовать средства индивидуальной защиты (СИЗ). Органы дыхания защищать респиратором, глаза — защитными очками или использовать противоаэрозольные СИЗ органов дыхания с изолирующей лицевой частью.

Обеспечить маркировку и использование уборочного инвентаря в соответствии с его функциональным назначением. Обеспечить проведение обязательной дезинфекции уборочного инвентаря после проведения уборки.

Дезинфицирующие средства хранить в упаковках изготовителя, плотно закрытыми в специально отведенном сухом, прохладном, вентилируемом и затемненном месте, недоступном для детей.

Обеспечить наличие пятидневного запаса средств индивидуальной защиты, дезинфицирующих и моющих средств в спортивной организации.



## Спортивная одежда и инвентарь

— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации

Организовать стирку спортивной одежды спортсменов, тренерского состава, персонала и необходимых индивидуальных тренировочных материалов централизованно на спортивном объекте.

Исключить контакты между сотрудником прачечной и другим персоналом, ограничить доступ к прачечной. Дезинфекцию корзин и помещения прачечной необходимо проводить после каждого использования

Организовать дезинфекцию спортивного инвентаря коллективного использования (мяч, штанга, гири, булава и т.д.), а также спортивных снарядов (брусья, бревно, турник и т.д.) после каждой тренировки силами персонала по уборке.







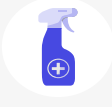

## Вентиляция и воздух

- Перед открытием (и далее ежемесячно) проведение работ по очистке и дезинфекции системы вентиляции и/или кондиционирования
- Обеспечение постоянного контроля за работоспособностью системы вентиляции и/или кондиционирования с целью поддержания постоянных нормируемых показателей воздухообмена во время работы объекта

Проветривание помещений каждые 2 часа или после каждой тренировки

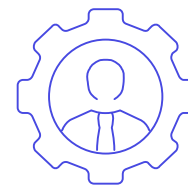
Проведение обработки воздуха замкнутых помещений бактерицидными ультрафиолетовыми рециркуляторами закрытого типа, разрешенными для применения в присутствии людей.

### Рекомендательно: Пример перечня средств защиты и дезинфекции

Средство	Подход к расчету потребности
 <b>Маски защитные</b>	Смена каждым сотрудником раз в 3 часа
 <b>Защитные перчатки</b>	Смена каждым сотрудником раз в 3 часа
 <b>Защитные щитки (при использовании)</b>	Минимум 1 защитный щиток персонально для каждого сотрудника
 <b>Антисептики (раствор)</b>	В зависимости от количества сотрудников и посетителей
 <b>Растворы для дезинфекции</b>	В зависимости от площади обрабатываемых поверхностей рабочей и клиентских зон
 <b>Диспенсеры для антисептиков</b>	От 1 шт. в рабочей и клиентской зонах в зависимости от площади и количества сотрудников

### Рекомендательно: Пример перечня мер дезинфекции

Название зоны	Примеры предметов зоны	Частота обработки
<b>Зона раздевалки</b>	Шкафы, скамейки.	После каждого использования
<b>Спортивный инвентарь</b>	Спортивные снаряды, тренажеры, коврики, маты и др.	После каждого использования
<b>Высоко-контактные зоны</b>	Двери, ручки дверей, окна, выключатели, шкафчики и др.	После каждого использования
<b>Защитные щитки (при использовании)</b>	Персональный защитный экран работника	Минимум 2 раза за смену
<b>Основные и вспомогательные помещения</b>	Помещения и инвентарь	Каждые 3 часа
<b>Пол</b>	Все поверхности полов	Ежедневно
<b>Санузлы</b>	Раковины, диспенсеры для мыла, полотенца, унитазы и др.	3 раза в день



— Мероприятия, обязательные к выполнению

— Дополнительные рекомендации

Обеспечить перед началом работы или тренировочного процесса проведения ПЦР-исследований персонала и спортсменов на предмет наличия новой коронавирусной инфекции (2019-пCoV), в период тренировок (не реже 1 раза в неделю), перед каждой игрой (не ранее 2 суток до начала мероприятия) в организациях, допущенных к проведению таких исследований в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Организация предварительных и периодических медицинских осмотров работников в соответствии с Приказом Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 №302н.

В случае выявления больного после заезда на спортивный объект все места его посещения подвергаются заключительной дезинфекции; специалист-эпидемиолог определяет круг контактных лиц, и перечень мероприятий по купированию очага.

### Рекомендательно: Пример алгоритма действий при выявлении симптомов и/или подтверждении диагноза COVID-19 у сотрудников

