

## **Załącznik nr 2 do Regulaminu Sanitarnego PZM.**

### **Wytyczne sanitarne dotyczące zachowania się w podróży zagranicznej na zawody i w czasie zawodów.**

1. W przypadku podróży zagranicznej samolotem należy bezwzględnie przestrzegać wszystkich zaleceń sanitarnych obowiązujących w portach lotniczych i na pokładzie samolotu.
2. Jeżeli w podróż zagraniczną zawodnik udaje się własnym transportem razem ze swoim mechanikami, odbywać się to musi jednym pojazdem ze sprzętem, nie więcej niż trzy osoby w pojeździe.
3. W podróż zabrać ze sobą chusteczki nasączone płynem do mycia rąk z alkoholem (co najmniej 60%), płyn do dezynfekcji rąk oraz chusteczki jednorazowe, a także rękawiczki jednorazowe i maseczki lub przyłbice (jeżeli są dopuszczone do stosowania w danym kraju).
4. Sprzęt danego zawodnika musi być transportowany oddzielnie od sprzętu innych zawodników.
5. Należy bezwzględnie przestrzegać wszystkich zaleceń sanitarnych obowiązujących w kraju tranzytowym i docelowym.
6. Jeżeli trasa podróży zagranicznej wymaga przeprawy promowej należy bezwzględnie przestrzegać wszystkich zaleceń sanitarnych obowiązujących na pokładzie promu. W kabinach promowych mogą przebywać wyłącznie członkowie zespołu zawodnika.
7. Po przyjeździe na stadion zawodnik we własnym busie przebiera się w odzież regulaminową, maseczkę / przyłbicę i rękawiczki ochronne.
8. Po przyjeździe na stadion mechanik przebiera się w strój drużyny zawodnika oraz zakłada maseczkę / przyłbicę i rękawiczki ochronne.
9. Należy unikać zbędnych kontaktów tak w trakcie przejazdu jak i na stadionie.
10. Bezwzględnie starać się utrzymywać bezpieczną odległość (2 m) od innych osób spoza swojego zespołu.
11. Zalecane jest częste mycie rąk - pocieranie rąk płynem na bazie alkoholu jest preferowane, jeśli dłonie nie są wyraźnie zabrudzone. W każdym innym wypadku należy myć ręce wodą i mydłem
12. Podczas podróży należy unikać dotykania powierzchni dotykanych często przez innych lub robić to przez chusteczkę jednorazową.
13. Zrezygnować z podawania ręki na powitanie i pożegnanie.
14. Motocykle i narzędzia używane podczas zawodów muszą być zdezynfekowane przed i po zawodach.
15. W przypadku wystąpienia objawów takich jak gorączka, kaszel lub trudności w oddychaniu, niezwłocznie trzeba skontaktować się telefonicznie z NFZ-em, jak również powiadomić klub i PZM.
16. Po powrocie do kraju z podróży zagranicznej, zawodnik i jego mechanicy muszą poddać się testom na COVID19 w sposób określony w Regulaminie Sanitarnym PZM.