

Πρωτόκολλο (Οδηγός) Λειτουργίας του Markopoulo Park και των
Ελληνικών Ιπποδρομιών κεκλεισμένων των θυρών την περίοδο των
μέτρων κατά του Covid-19



Σεπτέμβριος 2020

Περιεχόμενα

1. Γενικές Αρχές	2
2. Είσοδος στο Markopoulo Park	3
3. Πρωινή Προπόνηση	4
4. Εγγραφές – Δηλώσεις	4
5. Ιπποδρομιακή Συγκέντρωση	6
6. Ιατρείο	10
7. Αντιμετώπιση Ύποπτου Κρούσματος	12
8. Άλλες Ενέργειες στις Εγκαταστάσεις του Markopoulo Park	12
9. Γενικές Οδηγίες από τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας	13
10. Αυτο-απομόνωση – Καραντίνα	16

1. Γενικές Αρχές

Η **ΙΠΠΟΔΡΟΜΙΕΣ Α.Ε.** στο πλαίσιο επανεκκίνησης του Markopoulo Park και των Ελληνικών Ιπποδρομιών συνέταξε το **«Πρωτόκολλο (Οδηγός) Λειτουργίας των εγκαταστάσεων του Markopoulo Park και των Ελληνικών Ιπποδρομιών κεκλεισμένων των θυρών, την περίοδο των μέτρων κατά του Covid-19».**

Ο συγκεκριμένος οδηγός περιλαμβάνει μέτρα για τη λειτουργία των εγκαταστάσεων του Markopoulo Park, αλλά και για την επανέναρξη των Ελληνικών Ιπποδρομιών κατά τη διάρκεια της πανδημίας του Coronavirus Covid-19. Τα μέτρα έχουν ως μοναδικό στόχο να εξασφαλίζουν προστασία στο προσωπικό, στην ιπποδρομιακή κοινότητα, καθώς και σε όσους παρίστανται για τη διασφάλιση της ομαλής διεξαγωγής των ελληνικών ιπποδρομιών και να ελαχιστοποιούν τον κίνδυνο εξάπλωσης της λοίμωξης.

Ειδικότερα, τα μέτρα, τα οποία εύλογα βρίσκονται σε σύμπτωση με τους κανόνες υγιεινής και μείωσης κινδύνου εμφάνισης και διασποράς του Covid-19 του Υπουργείου Υγείας, ομαδοποιούνται ως ακολούθως:

- Είσοδος στο Markopoulo Park
- Πρωινή Προπόνηση
- Εγγραφές – Δηλώσεις
- Ιπποδρομιακή Συγκέντρωση
- Λειτουργία Ιατρείου
- Αντιμετώπιση Ύποπτου Κρούσματος
- Άλλες Ενέργειες στις Εγκαταστάσεις του Markopoulo Park

Τέλος, στον οδηγό αναφέρονται:

- Γενικές Οδηγίες Προφύλαξης για το Κοινό από τον ΕΟΔΥ, καθώς και αναλυτικά μέτρα για την:
- Αυτο-απομόνωση – Καραντίνα

Ο οδηγός στο πλαίσιο των εξελίξεων για τον COVID-19, καθώς και των οδηγιών και μέτρων της Ελληνικής Κυβέρνησης και του ΕΟΔΥ, θα εξειδικεύεται και θα αναθεωρείται, όπου και όταν αυτό κριθεί απαραίτητο.

2. Είσοδος στο Markopoulo Park

- Οι δυο (2) πύλες στις εγκαταστάσεις του Markopoulo Park (κεντρική και βόρεια) είναι τα σημεία εισόδου. Όλοι όσοι εισέρχονται στο ΜΡ θα πρέπει να συμπληρώνουν το σχετικό έντυπο/ ερωτηματολόγιο με το πρόσφατο ιστορικό τους και να θερμομετρούνται. Στην περίπτωση συμπτωμάτων συμβατών με Covid-19 λοίμωξη (πυρετός, βήχας, δυσκολία στην αναπνοή, έντονη κόπωση, μυαλγίες) ή στενής επαφής με ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα Covid-19 τις τελευταίες 14 ημέρες, το οποίο και προκύπτει από τον έλεγχο των εισερχομένων στις εγκαταστάσεις του Markopoulo Park μέσω της συμπλήρωσης ερωτηματολογίου, **θα απαγορεύεται η είσοδος στην εγκατάσταση.**
- Δεν επιτρέπεται η είσοδος στο Markopoulo Park στους μη έχοντες εργασία. Ο έλεγχος θα γίνεται με τη διαπίστωση που θα φέρει ο καθένας που εισέρχεται στο χώρο ή μετά από ειδική άδεια που έχει δώσει το Racing Dpt, ύστερα από σχετικό αίτημα

Δείγματα Διαπιστεύσεων



- Η είσοδος για προπονητές και προσωπικό στάβλων θα γίνεται αποκλειστικά από την βόρεια πύλη.
- Η είσοδος στο κεντρικό κτίριο θα γίνεται από το -1. Η είσοδος θα επιτρέπεται μόνο σε όσους έχουν εκ των προτέρων συνεννοηθεί με την αρμόδια υπηρεσία την οποία πρέπει να επισκεφτούν (Λογιστήριο, Racing, ΦΕΕ, κλπ.) και απαραίτητως με τη χρήση μάσκας καθ' όλη τη διάρκεια παραμονής τους εντός του κτιρίου.
- Συνιστάται η παραμονή σε εξωτερικούς χώρους, όπου είναι δυνατόν.

Υπεύθυνο τμήμα για τον έλεγχο και τη διαχείριση των διαπιστεύσεων: Security Team σε συνεννόηση με το Racing Dpt., με τη συμβολή και του Stables Mgmt. Team

3. Πρωινή Προπόνηση

- Άδεια εισόδου θα έχουν αποκλειστικά όσοι είναι απαραίτητοι για τη λειτουργία των στάβλων και την εκγύμναση των ίππων.

Ενδεικτικά:

- Προσωπικό HRSA
- Τεχνικοί Επιτετραμμένοι της ΦΕΕ
- Προπονητές και βοηθοί
- Ιπποκόμοι
- Αναβάτες και αναβάτες προπόνησης
- Πεταλωτής / Dentist
- Εξωτερικοί συνεργάτες/ Εργολάβοι για εργασίες του στίβου και άλλες εργασίες συντήρησης της εγκατάστασης
- Δημοσιογράφοι
- Εκτάκτως, και μόνο μετά από σχετική άδεια, θα μπορούν να εισέρχονται ιδιοκτήτες ή ιπποπαραγωγοί

Υπεύθυνο τμήμα για τη διαχείριση των σχετικών αδειών: Racing Dept.

4. Εγγραφές – Δηλώσεις

- Νέος χώρος για τις εγγραφές και τις δηλώσεις ορίζεται το **Winners' Lounge** (Ισόγειο Κεντρικού Κτιρίου).
- Επίσης, εξετάζεται η δυνατότητα εφαρμογής της διαδικασίας απομακρυσμένα. Εξειδίκευση θα γίνει με τη νέα διαδικασία Εγγραφών η οποία θα αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του Φορέα Ιπποδρομιών.

- Επιπλέον μέτρα θα εφαρμοστούν για την υγιεινή και ασφάλεια όλων των εμπλεκομένων στις διαδικασίες.

Συγκεκριμένα:

- **Εγγραφές:**

- Στο χώρο των εγγραφών θα βρίσκεται **μόνο** το απαραίτητο προσωπικό: 2 υπάλληλοι από την Ιπποδρομίες Α.Ε. και 2 υπάλληλοι από την ΦΕΕ. Οι προπονητές θα εισέρχονται στο χώρο μόνο ένας (1) τη φορά. Οι υπόλοιποι θα περιμένουν έξω από την αίθουσα, διατηρώντας την απόσταση των 2 μ., και θα εισέρχονται μόνον όταν είναι απολύτως απαραίτητο και εφόσον τους δοθεί άδεια από την ασφάλεια του χώρου.
- Χώρος αναμονής για τους προπονητές ορίζεται ο εξωτερικός χώρος των απονομών και η οριοθετημένη ζώνη εντός του ισογείου.
- Απαγορεύεται ρητά η πρόσβαση στο χώρο του ζυγιστηρίου.
- Όσοι εισέρχονται στην αίθουσα, θα πρέπει να φοράνε υποχρεωτικά μάσκα και θα υπάρχουν σε εμφανή σημεία συσκευές αλκοολούχου διαλύματος απολύμανσης για την υγιεινή των χεριών, καθώς και γάντια.
- Τυχόν παραβάσεις των διαδικασιών θα παραπέμπονται στη Φίλιππο Ένωση Ελλάδος.

- **Δηλώσεις:**

- Στο χώρο των Δηλώσεων θα βρίσκεται **μόνο** το απαραίτητο προσωπικό: 1 υπάλληλος από την Ιπποδρομίες Α.Ε. και 1 υπάλληλος από την ΦΕΕ. Οι αναβάτες ή/και προπονητές θα εισέρχονται στο χώρο μόνο ένας (1) τη φορά. Οι υπόλοιποι θα βρίσκονται έξω από την αίθουσα, στην οριοθετημένη ζώνη διατηρώντας την απόσταση των 2 μ., και θα εισέρχονται σε αυτήν όταν τους δοθεί άδεια από την ασφάλεια του χώρου.
- Όσοι βρίσκονται στο χώρο, αλλά και όσοι εισέρχονται σε αυτόν, θα πρέπει να φοράνε απαραίτητα μάσκα και θα υπάρχουν σε εμφανή σημεία συσκευές αλκοολούχου διαλύματος απολύμανσης για την υγιεινή των χεριών, καθώς και γάντια.
- Είσοδος επιτρέπεται από την πόρτα του ισογείου, αποκλειστικά σε όσους προσέρχονται για τη διαδικασία των Δηλώσεων και μόνο στην οριοθετημένη ζώνη του ισογείου.
- Γίνεται ισχυρή σύσταση οι Δηλώσεις να γίνονται μέσω email στο racingdpt@opap.gr

5. Ιπποδρομιακή Συγκέντρωση

α) Πρόσωπα με Άδεια Εισόδου

- Οι ιπποδρομίες θα διεξάγονται **κεκλεισμένων των θυρών** και ακολουθώντας αυστηρά μέτρα για την υγιεινή και την ασφάλεια όλων των εμπλεκομένων, τα οποία θα αναθεωρούνται με βάση τις διεθνείς ιπποδρομιακές πρακτικές. Συγκεκριμένα:
- Άδεια εισόδου στο Markopoulo Park, κατά τις ημέρες των ιπποδρομιών, θα δίνεται σε συγκεκριμένες κατηγορίες και βάσει λίστας, η οποία θα εκδίδεται από το Racing dept. και θα αφορά **μόνο όσους συμμετέχουν στις ιπποδρομίες της ημέρας**. Η λίστα θα προσκομίζεται στον Υπεύθυνο Ασφαλείας για την τήρησή της έως 25 ώρες νωρίτερα από την ώρα έναρξης των Ιπποδρομιών. Συγκεκριμένα:
 1. Ιπποδρομίες Α.Ε.: Μόνο το απολύτως απαραίτητο Προσωπικό, καθώς και τα μέλη του ΔΣ
 2. ΦΕΕ: Μόνο όσοι είναι απαραίτητοι για την ομαλή και αξιόπιστη διεξαγωγή των ιπποδρομιών, καθώς και τα μέλη του ΔΣ
 3. Προπονητές και βοηθοί
 4. Σταβλίτες / Ιπποκόμοι
 5. Αναβάτες
 6. Κτηνίατροι
 7. Πεταλωτές
 8. Εξωτερικοί συνεργάτες/ Εργολάβοι για εργασίες του στίβου και άλλες εργασίες συντήρησης της εγκατάστασης
 9. Ιδιοκτήτες: Μόνον όσοι έχουν ίππους που συμμετέχουν και μόνον ένας (1) ιδιοκτήτης ανά ίππο
 10. ΔΣ και Τεχνικοί Επιτετραμμένοι της ΦΕΕ
 11. Σκηνοθέτης και συνεργείο για την μετάδοση των ιπποδρομιών
 12. Δημοσιογράφοι (1 ανά μέσο)
 13. Φωτογράφος (1 ανά μέσο)
- Για τη διαδικασία ελέγχου εισόδου στο ΜΡ θα δοθούν σε όλες τις ανωτέρω κατηγορίες της ιπποδρομιακής κοινότητας διαπιστεύσεις. Η διαδικασία θα έχει ολοκληρωθεί πριν την έναρξη της διεξαγωγής ιπποδρομιών κεκλεισμένων των θυρών.

Ισχυρή σύσταση σε όλους να αποχωρούν αμέσως από τις εγκαταστάσεις του Markopoulo Park, μόλις ολοκληρώνουν τις εργασίες τους / συμμετοχές τους

- Χώρος αναμονής των παραπάνω θα είναι οι κερκίδες του 1^{ου} και θα χρησιμοποιούνται οι τουαλέτες του 1^{ου} .

β) Αλλαγές στις Διαδικασίες της διεξαγωγής ιπποδρομιών

- Δεν θα γίνονται **απονομές**, ούτε θα υπάρχει «οικογενειακή» φωτογραφία των νικητών.
- Μόνο ο εξωτερικός χώρος θα χρησιμοποιείται για **συνεντεύξεις** και η δημοσιογράφος θα παίρνει τη συνέντευξη μόνο από έναν (1), κρατώντας τις απαραίτητες αποστάσεις και φορώντας μάσκα.
- Στον χώρο του **paddock** θα γίνεται αυστηρός έλεγχος εισόδου. Η είσοδος θα επιτρέπεται μόνο στους: Προπονητές, Ιπποκόμους, Αναβάτες, ΤΕ της ΦΕΕ, Cameraman και Υπάλληλοι της Ιπποδρομίες Α.Ε. Δεν θα πραγματοποιείται παρέλαση αλόγων σε κούρσες με περισσότερα από 7 άλογα και τέλος όλοι όσοι εισέρχονται στον χώρο θα πρέπει να φοράνε μάσκες.
- Στο χώρο του **σελωτηρίου** θα γίνεται αυστηρός έλεγχος εισόδου. Η είσοδος θα επιτρέπεται μόνο στους: Προπονητές, Βοηθοί Προπονητών, Ιπποκόμους, Κτηνίατροι, ένας (1) ΤΕ της ΦΕΕ και Υπάλληλοι της Ιπποδρομίες Α.Ε.. Θα υπάρχει ξεχωριστό box για κάθε προπονητή και θα γίνεται απολύμανση όλων των κοινών αντικειμένων και τέλος όλοι όσοι εισέρχονται στο χώρο θα πρέπει να φοράνε μάσκες και γάντια.
- Στο **start** όλο το πλήρωμα θα πρέπει να φοράει γάντια και μάσκες, όπου θα γίνεται αλλαγή γαντιών μετά από κάθε ιπποδρομία, και θα πρέπει να τηρούνται κατά το δυνατόν οι αποστάσεις. Επίσης, στο start θα υπάρχουν ειδικοί κάδοι για να απορρίπτονται τα είδη υγιεινής που θα αλλάζει το πλήρωμα ανάμεσα στις κούρσες.
- Στα γραφεία του **Ιπποδρομιάρχη, της Επιτροπής Ιπποδρομιών και των Ελλανοδικών**, θα γίνεται αυστηρός έλεγχος εισόδου. Θα μπορεί να εισέρχεται ένα (1) άτομο κάθε φορά για τυχόν εξέταση συμβάντος, οι υπόλοιποι θα περιμένουν έξω από την αίθουσα μέχρι να ολοκληρώσει τη διαδικασία ο προηγούμενος, διατηρώντας τις αποστάσεις μεταξύ τους.

Όσοι βρίσκονται στους παραπάνω χώρους, αλλά και όσοι εισέρχονται σε αυτούς, θα πρέπει να φοράνε μάσκες και γάντια.

Ειδικά, για τη λειτουργία του γραφείου των **Ελληνοδικών**, η εξέταση των συμβάντων θα γίνεται **μόνο** τηλεφωνικά και θα χρησιμοποιείται για αυτόν τον σκοπό το γραφείο του Ιπποδρομιάρχη. Ο κάθε ενδιαφερόμενος θα εισέρχεται στο γραφείο του Ιπποδρομιάρχη, ένας κάθε φορά, και θα χρησιμοποιεί την τηλεφωνική συσκευή του γραφείου για τη σχετική επικοινωνία. Κατόπιν θα γίνεται απολύμανση της τηλεφωνικής συσκευής από το συνεργείο καθαρισμού.

- Για την περίοδο που οι ιπποδρομίες θα διεξάγονται «κεκλεισμένων των θυρών», δεν επιτρέπεται η είσοδος στο κοινό και παύουν όλες παράλληλες με τις ιπποδρομίες δραστηριότητες που αφορούσαν στους θεατές (παιδότοπος, ρονίες κλπ.)
- Σχετικά με τις υπηρεσίες catering θα ακολουθηθούν οι διαδικασίες που ορίζονται από τις εξαγγελίες της κυβέρνησης
- Το γραφείο των προπονητών (ισόγειο) θα παραμείνει κλειστό, καθώς και το καφενείο των προπονητών, που λειτουργούσε για την πρωινή προπόνηση του Σαββάτου.
- Στην αίθουσα μελών της ΦΕΕ θα επιτρέπεται η είσοδος μόνο στα μέλη του ΔΣ.
- Θα υπάρχουν στους χώρους του ζυγιστηρίου και σελωτηρίου stations με είδη υγιεινής (μάσκες, γάντια & αλκοολούχο διάλυμα απολύμανσης για την υγιεινή των χεριών) που θα τα διαχειρίζεται υπάλληλος της ΙΠΠΟΔΡΟΜΙΕΣ Α.Ε.
- Μετά από κάθε ιπποδρομιακή συγκέντρωση θα γίνεται απολύμανση με ψεκασμό, εκνέφωση από εξειδικευμένο συνεργείο στους παρακάτω χώρους:
 1. Χώρος όπου ντύνονται οι αναβάτες
 2. Ζυγιστήριο
 3. Ευρύτερος χώρος ζυγιστηρίου
 4. Ιατρείο
 5. Γραφείο Ιπποδρομιάρχη
 6. Winners' Lounge
 7. Γραφείο Επιτροπής Ιπποδρομιών
 8. Σελωτήριο
 9. Start

10. Γραφείο Ελληνοδικών

11. Τουαλέτες (ισογείου & 1^{ου})

γ) Αναβάτες

- Στο **ζυγιστήριο** θα επιτρέπεται η είσοδος μόνο στο απαραίτητο προσωπικό από την ΙΠΠΟΔΡΟΜΙΕΣ Α.Ε., καθώς και σε έναν (1) ΤΕ της ΦΕΕ. Οι αναβάτες θα εισέρχονται ένας ένας στον χώρο, τηρώντας την απαραίτητη απόσταση μεταξύ τους, των 2 μ., όσο περιμένουν. Όλοι όσοι εισέρχονται στον χώρο θα πρέπει να φοράνε μάσκες. Η χρήση γαντιών είναι υποχρεωτική για όσους παραδίδουν τις σέλες και θα πρέπει να γίνεται αλλαγή γαντιών σε κάθε κούρσα.
- Τα ντους θα είναι κλειστά και δεν θα επιτρέπεται η χρήση τους, βάσει οδηγιών από τον ΕΟΔΥ του Υπουργείου Αθλητισμού και των διεθνών πρακτικών.
- Δεν θα λειτουργεί σάουνα
- Τα αποδυτήρια των αναβατών θα μείνουν κλειστά και οι αναβάτες θα ντύνονται και θα αλλάζουν στον 1^ο όροφο (πρώην γραφεία Εκκαθαριστή), όπου υπάρχει άπλετος αεριζόμενος χώρος, ώστε να τηρούνται αποστάσεις 2 μέτρων μεταξύ των αναβατών. Επιπλέον υπάρχει η δυνατότητα να οριστεί συγκεκριμένος χώρος που θα χρησιμοποιείται αποκλειστικά από τον ίδιο κάθε φορά αναβάτη. Στον 1^ο όροφο (πρώην γραφεία Εκκαθαριστή) θα εισέρχονται **μόνο** οι αναβάτες και οι βοηθοί τους (έναν (1) βοηθός / αναβάτη).
- Οι αναβάτες θα ενημερωθούν αναλυτικά από τους γιατρούς ή τη νοσοκόμα της εγκατάστασης για τα απαραίτητα μέτρα υγιεινής και ασφαλείας που πρέπει να λαμβάνουν.
- Πριν επιτραπεί η συμμετοχή αναβάτη σε ιπποδρομίες και η μετάβασή του στα αποδυτήρια, θα πρέπει να εξεταστεί από τους ιατρούς βάρδιας και να θερμομετρηθεί, ενώ διερευνάται και η πιθανότητα να υποβάλλονται εγκεκριμένο rapid test
- Οι αναβάτες θα φορούν μάσκα στον χώρο όπου ντύνονται και αλλάζουν, καθώς και στο ζυγιστήριο.
- Οι αναβάτες δεν θα φορούν μάσκα όταν ιππεύουν
- Η δυνατότητα συμμετοχής στις Ελληνικές Ιπποδρομίες αναβάτη από την Κύπρο θα εξαρτηθεί από τα μέτρα που θα θέσει η Ελληνική Κυβέρνηση για τις μετακινήσεις.

6. Ιατρείο

- Στο πλαίσιο των ανακοινώσεων από την Ελληνική Κυβέρνηση και τους αρμόδιους φορείς (ΕΟΔΥ και Ιατρικός Σύλλογος) για όλους τους χώρους Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (ΠΦΥ), η ΙΠΠΟΔΡΟΜΙΕΣ Α.Ε. σε συνεργασία με τον επικεφαλής ιατρό της εταιρείας έχει λάβει όλα τα απαραίτητα μέτρα προστασίας για την εύρυθμη λειτουργία του ιατρείου του ιπποδρόμου. Το **ιατρείο** έχει εφοδιαστεί με την κατάλληλη υλικοτεχνική υποδομή και έχει γίνει σχετική αναδιάρθρωση για την προστασία του προσωπικού και των προσερχόμενων ασθενών.

Συγκεκριμένα:

- Εφοδιάστηκε με αντισηπτικά για το προσωπικό και απολυμαντικά εύκολα στην χρήση τους.
- Θα διατίθενται ατομικά μπουκαλάκια νερού.
- Στις τουαλέτες έχει αναρτηθεί πινακίδα που αναφέρει ότι το καζανάκι τραβιέται εφόσον κλείσει πρώτα το κάλυμμα της λεκάνης.
- Στην είσοδο θα υπάρχει μικρό χαλί εμποτισμένο σε διάλυμα χλωρίνης για καθαρισμό των υποδημάτων πριν την είσοδο στο ιατρείο και μετά την είσοδο καθαρό στεγνό χαλί για μην γλιστρήσει ο ασθενής και έχουμε σοβαρό ατύχημα.
- Στην εξωτερική πόρτα υπάρχει επιτοίχιος συσκευασία απολυμαντικού για καθαρισμό των χεριών.
- Μετά την είσοδο, υπάρχει δοχείο απορριμμάτων, με ποδοκίνητο μηχανισμό, για να ρίχνονται τα απολυμαντικά μαντιλάκια που μπορεί να χρησιμοποίησε ο ασθενής.
- Το δοχείο απορριμμάτων έχει εσωτερική πλαστική σακούλα με ενοποιημένο σχοινί κλεισίματος. Οι εργαζόμενοι στον καθαρισμό θα χρησιμοποιούν ελαστικά γάντια πολλαπλής χρήσεως που θα φθάνουν μέχρι τον αγκώνα.
- Το ιατρείο πριν την λειτουργία του ή μετά το πέρας της προηγούμενης χρήσης θα καθαρίζεται, θα απολυμαίνεται (δάπεδο, καρέκλες, τραπέζια, κάδρα) και θα αερίζεται επαρκώς. Αντίστοιχα θα γίνεται και απολύμανση στα ασθενοφόρα.
- Εφ' όσον είναι **επιτακτική ανάγκη** να λειτουργήσει ο κλιματισμός οι περσίδες του μηχανήματος θα πρέπει να έχουν κατεύθυνση προς την οροφή ώστε να μειώνεται η ταχύτητα του αέρα.

ο **Λειτουργία Ιατρείου**

- Στην είσοδο του ιατρείου ο ασθενής θα θερμομετριέται και αν έχει θερμοκρασία άνω των 37 βαθμών Κελσίου θα πρέπει να επαναλαμβάνεται τρεις φορές. Αν η θερμοκρασία παραμένει άνω του 37 συστήνεται να δίδονται οδηγίες και να αντιμετωπίζεται ως ύποπτο κρούσμα Covid-19 και ν' ακολουθούνται οι οδηγίες του ΕΟΔΥ. Πιο συγκεκριμένα:
Στον ασθενή θα χορηγείται άμεσα απλή χειρουργική μάσκα, θα μεταφέρεται στον ειδικά διαμορφωμένο απομονωμένο χώρο στη σουίτα 402 (4ος όροφος Κεντρικού Κτιρίου), στον οποίο υπάρχει τουαλέτα, νιπτήρας, υγρό σαπούνι, χειροπετσέτες, ποδοκίνητος κάδος απορριμμάτων, μάσκες και γάντια και θα ενημερώνεται άμεσα ο ΕΟΔΥ.
- Οι ασθενείς θα πρέπει να προσέρχονται με μάσκα και γάντια τα οποία πρέπει να φορούν σε όλη την διάρκεια παραμονής στο ιατρείο.
- Ο Ιατρός και το βοηθητικό προσωπικό θα φέρουν υποχρεωτικά μάσκα τουλάχιστον χειρουργική και γάντια κατά την άσκηση των καθηκόντων τους.
- Στους χώρους αναμονής και εξέτασης θα υπάρχουν αντισηπτικά διαλύματα με αιθυλική αλκοόλη περιεκτικότητας άνω του 60%.
- Ο Ιατρός και το προσωπικό του ιατρείου που έρχεται σε επαφή για εξέταση με τον ασθενή πρέπει εκτός της μάσκας να φορούν ειδικά προστατευτικά γυαλιά, γάντια μιας χρήσεως και ποδιά μιας χρήσεως. Τα υλικά μιας χρήσεως μετά την εξέταση θα τα απορρίπτουν σε ειδικό δοχείο απορριμμάτων με σακούλα με κορδόνι για να κλείνει κατά την απόρριψη. Ο Ιατρός θα καθαρίζει και απολυμαίνει κάθε φορά επαρκώς τα όργανα και τον εξοπλισμό που χρησιμοποιεί μετά από κάθε ασθενή (στηθοσκόπιο, καρδιογράφο, οξύμετρο, υπερήχους κλπ.) ή ανάλογα με το μηχάνημα θα τοποθετεί διαφανή ζελατίνη που θα απορρίπτει μετά από κάθε εξέταση. Μετά την εξέταση ο Ιατρός και το προσωπικό θα πλένουν τα χέρια τους για 30 δευτερόλεπτα με σαπούνι ή αντίστοιχα διαλύματα και εν συνεχεία θα τίθεται αντισηπτικό διάλυμα με αιθυλική αλκοόλη.
- Μετά την αποχώρηση του ασθενούς όλοι οι χώροι θα αερίζονται επαρκώς και θα απολυμαίνονται οι χώροι που κινήθηκε.

7. Αντιμετώπιση Υποπτου Κρούσματος

- Σε περίπτωση εμφάνισης ύποπτου κρούσματος (πυρετός-βήχας-δύσπνοια) εμπλεκόμενου στις δραστηριότητες των εγκαταστάσεων του Markopoulo Park (όπως: προπονητή, αναβάτη, γυμναστή, ιπποκόμο ή άλλο εμπλεκόμενο πρόσωπο), **ενημερώνουμε άμεσα και μόνο μέσω τηλεφώνου** τον Ιατρό Βάρδιας στο τηλέφωνο του Ιατρείου: 22990 81334 (από Δευτέρα – Σάββατο: 06.00-12.00 και την Κυριακή: από τις 06:00 – 10:00 εφόσον διεξάγονται ιπποδρομίες εκείνη την ημέρα), είτε το Τμήμα Στάβλων στα τηλέφωνα: 6975888026 ή 6986405260.
- Στη συνέχεια ο Ιατρός Βάρδιας ή το Τμήμα Στάβλων ενημερώνει τον επικεφαλής Ιατρό της εταιρείας, κ. Δημήτρη Μπράμο, για τα περαιτέρω βήματα που θα πρέπει να ακολουθηθούν.
- Σε περίπτωση επιβεβαιωμένου κρούσματος COVID-19 ο ΕΟΔΥ αναλαμβάνει την ιχνηλάτηση των επαφών του, για να προσδιοριστούν και να ενημερωθούν όσοι ήρθαν σε επαφή μαζί του, ώστε να παρακολουθούν την υγεία τους από την ημέρα της τελευταίας επαφής και για 14 ημέρες.

8. Άλλες Ενέργειες στις Εγκαταστάσεις του Markopoulo Park

- Αφίσες σχετικά με τα συμπτώματα της Covid-19, την αναπνευστική υγιεινή και την υγιεινή των χεριών θα είναι αναρτημένες τόσο στην είσοδο όσο και σε εμφανή σημεία εντός των εγκαταστάσεων του Markopoulo Park.
- Στο χώρο του **anti-doping** θα απαγορεύεται αυστηρά η είσοδος σε όσους δεν έχουν εργασία, αλλά η διαδικασία θα παραμείνει ως έχει.
- Η λειτουργία της κλινικής θα παραμείνει ως έχει, καθώς και η λειτουργία των στάβλων.
- Σε όλους τους προπονητές θα σταλεί kit ειδών υγιεινής (γάντια, μάσκες και αντισηπτικά gel) για τις ανάγκες των στάβλων τους και του προσωπικού τους.
- Όλοι οι προμηθευτές, θα ενημερωθούν από τα αρμόδια τμήματα για τα μέτρα ασφάλειας και υγιεινής στις εγκαταστάσεις του Markopoulo Park, ώστε και να συμμορφώνονται ανάλογα, αλλά και θα τους ζητηθεί πλάνο των σχετικών μέτρων/ ενεργειών στο οποίο και έχουν προβεί στο πλαίσιο προστασίας από την εξάπλωση του Coronavirus Covid-19.
- Σημεία συλλογής και αποθήκευσης σκουπιδιών και κοπριάς θα είναι επαρκή σε μέγεθος και αριθμό και θα εκκενώνονται τακτικά.
- Οι εργαζόμενοι στην καθαριότητα θα φορούν γάντια και μάσκα.

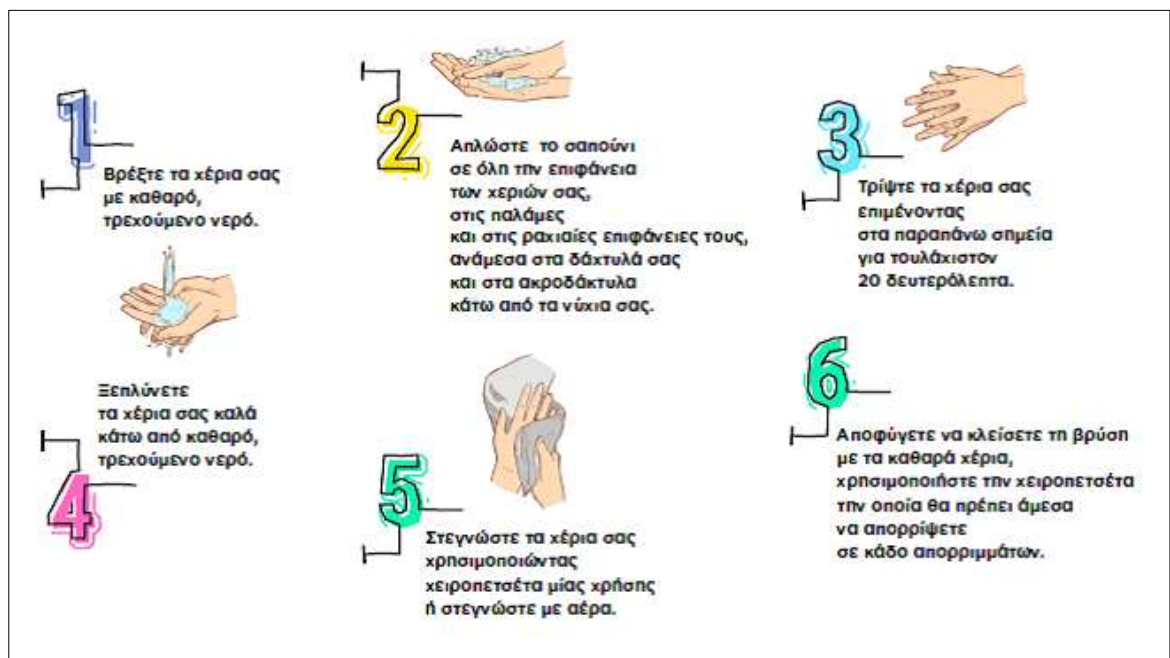
9. Γενικές Οδηγίες από τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας

«Χέρια, αποστάσεις, μάσκες. Το τρίπτυχο ώστε να μένουμε ασφαλείς»

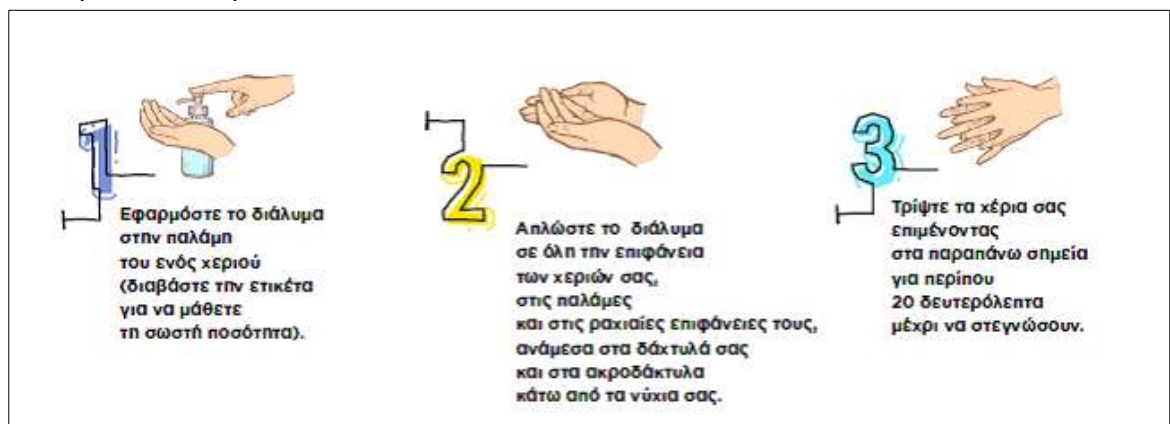
Σύμφωνα με τα διαθέσιμα επιστημονικά δεδομένα για τη λοίμωξη από το νέο Κορωνοϊό, κρίνεται ιδιαίτερα αναγκαία η συστηματική εφαρμογή όλων των μέτρων για την πρόληψη της μετάδοσης και διασποράς του νέου κορωνοϊού, με έμφαση στα ακόλουθα:

- **Πλένουμε τα χέρια μας** τακτικά και σχολαστικά με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα και αποφεύγουμε την επαφή των χεριών με το πρόσωπο (μάτια, μύτη, στόμα).

Ακολουθήστε τα ακόλουθα βήματα όταν πλένετε τα χέρια σας με νερό και σαπούνι:



Ακολουθήστε τα ακόλουθα βήματα όταν πλένετε τα χέρια σας με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα:



- Σύμφωνα με τις οδηγίες των φορέων θα πρέπει να **τηρείται η φυσική απόσταση των 2 μέτρων** μεταξύ των παρευρισκόμενων ατόμων.
- Οι αναπνευστικοί ιοί, όπως ο νέος κορωνοϊός SARS-CoV-2, μπορούν να μεταδοθούν με σταγονίδια που εκτοξεύονται από το στόμα μας κατά την ομιλία, τον βήχα ή το φτέρνισμα. **Η χρήση μάσκας** συγκρατεί τα σταγονίδια και μπορεί να μειώσει τη διασπορά της λοίμωξης στην κοινότητα. Κύριος στόχος της χρήσης της μάσκας είναι να προστατεύσετε τους ανθρώπους γύρω σας. Η μάσκα δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σε παιδιά κάτω των 3 ετών και σε άτομα που έχουν προβλήματα με το αναπνευστικό ή δεν μπορούν να την αφαιρέσουν χωρίς βοήθεια.

Ακολουθήστε τα ακόλουθα βήματα για τη σωστή της μάσκας:

Βήματα για τη σωστή χρήση της μάσκας



1

Καθαρίστε τα χέρια σας με σαπούνι ή αντισηπτικό



2

Η μάσκα θα πρέπει να καλύπτει τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι



3

Εφαρμόστε την "μπαρέλα" στο πάνω μέρος, ώστε να εφαρμόσει στη μύτη



4

Αφαιρέστε την μάσκα πιάνοντας μόνο τα λαστιχάκια



5

Πετάξτε την μάσκα σε ένα κάδο



6

Καθαρίστε τα χέρια σας με σαπούνι ή αντισηπτικό

Αναλυτικές οδηγίες για τη σωστή εφαρμογή μάσκας πολλαπλών χρήσεων και μιας χρήσης:

Οδηγίες εφαρμογής Υφασμάτινης Μάσκας Πολλαπλών Χρήσεων	Οδηγίες εφαρμογής Μάσκας Μιας Χρήσης
<ul style="list-style-type: none"> • Καθαρίστε τα χέρια <u>πριν βάλετε</u>, <u>πριν αφαιρέσετε</u> και <u>αφού αφαιρέσετε</u> την μάσκα • Εφαρμόστε τη μάσκα στο πρόσωπο ώστε να καλύπτει πλήρως τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι (σταθερά, χωρίς κενά) • Αποφύγετε την επαφή της μάσκας μετά την τοποθέτηση, αλλιώς καθαρίστε τα χέρια πριν και μετά την επαφή • Αφαιρέστε τη μάσκα πιάνοντας μόνο τα λαστιχάκια στήριξης στο πρόσωπο, χωρίς να έρθετε σε επαφή με την εξωτερική της πλευρά • Αντικαταστήστε τη μάσκα σε τακτά χρονικά διαστήματα με νέα, καθαρή • Η υφασμάτινη μάσκα πλένεται στο πλυντήριο (στύψιμο σε χαμηλές στροφές) ή στο χέρι στους 40-60°C • Σιδερώστε πριν την χρήση με ατμό την μάσκα, όχι το λάστιχο 	<ul style="list-style-type: none"> • Καθαρίστε τα χέρια <u>πριν βάλετε</u>, <u>πριν αφαιρέσετε</u> και <u>αφού αφαιρέσετε</u> την μάσκα • Εφαρμόστε τη μάσκα στο πρόσωπο, με την χρωματιστή πλευρά έξω, ώστε να καλύπτει πλήρως τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι (σταθερά, χωρίς κενά). • Πιέστε το μεταλλικού στοιχείου στη ράχη της μύτης για καλύτερη εφαρμογή • Αποφύγετε την επαφή της μάσκας μετά την τοποθέτηση, αλλιώς καθαρίστε τα χέρια πριν και μετά την επαφή • Αφαιρέστε τη μάσκα πιάνοντας μόνο τα λαστιχάκια στήριξης στο πρόσωπο, χωρίς να έρθετε σε επαφή με την εξωτερική της πλευρά • ΠΡΟΣΟΧΗ! Η απόρριψη πρέπει να γίνεται μόνο στον ειδικό κάδο για μολυσματικά αντικείμενα • Αποφύγετε την επαναχρησιμοποίηση της μάσκας μιας χρήσης
	

- Καλύπτουμε τον βήχα ή το φτέρνισμα με χαρτομάντιλο το οποίο απορρίπτουμε άμεσα στα απορρίμματα. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, καλύπτουμε με το εσωτερικό του αγκώνα και δεν κάνουμε χειραψίες ή εναγκαλισμούς.
- Εάν εμφανίσουμε ήπια συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού (βήχας, καταρροή, πυρετός $\leq 37,6$ °C, πονόλαιμος) παραμένουμε στο σπίτι σε απομόνωση και παρακολουθούμε την υγεία μας.
- Σε περίπτωση επιδείνωσης των συμπτωμάτων ή όταν τα ήπια συμπτώματα επιμένουν για περισσότερο από 5 ημέρες ή εάν ανήκουμε σε ευπαθή ομάδα (ηλικιωμένα άτομα, άτομα οποιασδήποτε ηλικίας με χρόνια υποκείμενα νοσήματα π.χ. σακχαρώδης διαβήτης, καρδιαγγειακά και χρόνια αναπνευστικά νοσήματα, αρτηριακή υπέρταση, ανοσοανεπάρκεια) επικοινωνούμε άμεσα με ιατρό για αξιολόγηση.
- Δεν ερχόμαστε σε επαφή με άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος (βήχα, καταρροή, πυρετό, πονόλαιμο).

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον Κορωνοϊό καλούμε στη γραμμή 24ωρης λειτουργίας 1135 ή επισκεπτόμαστε το site του ΕΟΔΥ: <https://eody.gov.gr/>



10. Αυτο-απομόνωση – Καραντίνα

Όποιος πληροί ένα ή και παραπάνω από τα παρακάτω δεν πρέπει να προσέλθει στις εγκαταστάσεις του Markopoulo Park:

- έχει πυρετό ή νέο επίμονο βήχα – ακολουθεί τις οδηγίες για καραντίνα από τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ).
- είναι άτομο που ανήκει σε ευπαθή ομάδα λόγω ηλικίας, υποκείμενης κατάστασης υγείας, κλινικής κατάστασης ή εγκυμοσύνης.
- ζει με κάποιον σε καραντίνα ή με άτομο που ανήκει σε ευπαθή ομάδα.

Ο κάθε προπονητής είναι υπεύθυνος για το προσωπικό του στάβλου του και έχει την ευθύνη να ενημερώνει την ΙΠΠΟΔΡΟΜΙΕΣ Α.Ε. ([βλέπε σχετικές οδηγίες στο 7^ο σημείο του οδηγού](#)) για τυχόν ύποπτο ή επιβεβαιωμένο κρούσμα.

Όποιος παρουσιάζει συμπτώματα παραμένει σπίτι του, εφαρμόζοντας τις ισχύουσες οδηγίες του [Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας \(ΕΟΔΥ\)](#).