

## Udhëzuesi për rikthimin në fushat e Basketbollit

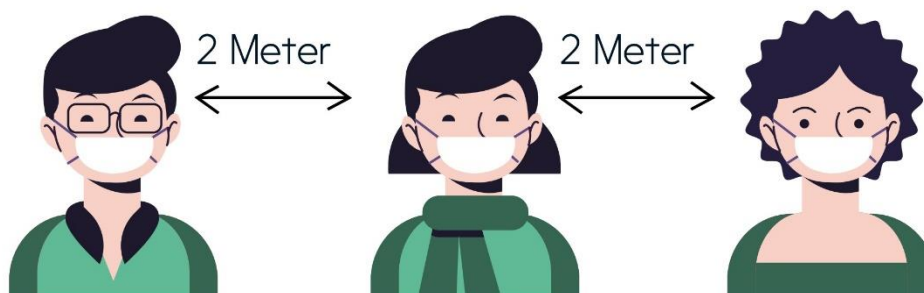
### 1. Masat parandaluese

- Zhvillimi i stërvitjeve dhe ndeshjeve pa prezencën e spektatorëve.
- Nga të gjithë pjestarët e klubit/shoqatës (trajnerë/lojtarë/shoqërues) kërkohet të nënshkruajnë deklaratën e përgatitur nga FSHB, për përgjegjësinë rreth masave parandaluese anti Covid19, të përshtatura për sportin e basketbollit.
- Testi i detyrueshëm ndaj Covid19, duhet të bëhet jo më shumë se 72 orë përpara fillimit të edicionit 2020/21.
- Matja e temperaturës, të bëhet më të gjithë pjestarët e klubeve/shoqatave para hyrjes në ambientet e palestrës (pallati sportit). Temperatura normale e trupit duhet të jetë nga 36-37°C. Pjestarët e ekipit që kanë temperaturë 37.1 dhe 37.2 duhet të izoloohen në hapsirë të ndarë, për 10-20 minuta, pas kësaj kohe, atyre duhet tu rimatet temperatura. Në rast të zbritjes, këtyre personave u lejohej hyrja në ambientet sportive, në të kundërt ato duhet të largohen nga ambientet sportive. Pjestarët, të cilët kanë temperaturë 37.3 e lart nuk u lejohej hyrja në ambientet sportive dhe për këtë njëjtohen drejtuesit e ekipit dhe personi duhet të izolohej nga udhëtimi i përbashkët me anëtarët e tjerë të ekipit.
- Vendosja e mjeteve dezinfektuese të cilat përbëjnë 70% alkol për dezinfektimin e duarve dhe këmbëve në vende të caktuara para fillimit të ndeshjes.
- Përdorimi i maskave nga të gjithë anëtarët , trajnerët dhe lojtarët të cilët nuk janë të pranishëm në fushën e lojës!
- Secili lojtar duhet të ketë pajisjet e veta personale.
- Secili klub/shoqatë është i detyruar të sigurojë sasi të mjeteve dezinfektuese, si dhe të sigurojë maskat për të gjithë anëtarët e saj.
- Të mbajnë distancën sociale (të mos ketë takim me duar, përqafime dhe çfarëdo kontakti tjetër).



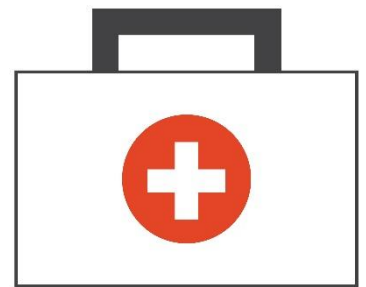
## 2. Masat e Përgjithshme të Kujdesit

- Të mos futet ushqim në dhomat e zheshjes.
- Të kujdesen për pajisjet personale në vende të përbashkëta ose në çanta sportive të përbashkëta.
- Të gjitha fashat, pajisje dhe medikamente fizioterpaetike të domosdoshme për lojtarët, të hidhen në koshin e mbeturinave.
- Të bëhet pastrimi i duarve deri në 20 sekonda, si dhe tharja me letër një përdorimshme. Nëse do të ketë mungesë të ujit apo sapunit, është e detyrueshme të bëhet përdorimi i mjeteve desinfektuese më përbërje deri në 70% alkol.
- Pas përdorimit të tualetit është e detyrueshme pastrimi i duarve me sapun dhe tharja e tyre.
- Të shmanget prekja e syve, hundës dhe veshëve me duar të papastra.
- Mbuloni hundën/gojën me duar ose me brryl në rast tështitje apo kolle.
- Duhet të bëhet dezinfektimi i rregullt i tavolinës së gjyqtarisë, ulëseve, bankinave, dhomave të zhveshjes për gjyqtarë dhe sportistë, ambjenteve hidro sanitare të tyre me mjete si: klor, tretës, etanol 75%, uthull, kloroformë, etj
- Numri i personave në ndeshje duhet të jetë total 50 persona, ku prej tyre , 19 janë nga një ekip në të cilin përfshihet, mjeku, fizioterapisti ose specialist, 8 persona zyrtarë të ndeshjes dhe 4 përfaqësues të FSHB.
- Hyrja dhe qëndrimi në palestër/pallat sporti duhet të jetë e kufizuar për personat zyrtarë dhe të mos lejohen persona që nuk kanë lidhje me eventin.
- Mjeku i klubit/shoqatës duhet të ndjekë situatën shëndetësore, të lojtarëve dhe pjestarëve të ekipit, duke matur temperaturën të gjithë pjestarëve pa papërrjashtim. Mjeku duhet të mbajë një evidencë për të gjithë anëtarët me të dhënat nga temperaturat trupore, si dhe duhet të sigurohet që gjatë stërvitje apo ndeshjes, nuk ka lojtarë të sëmurë.
- Të gjitha dhomat e zhveshjes së sportistëve dhe gjyqtarëve, duhet të kenë kushte optimal higjienike.
- Para hyrjes në palestër, duhet të vendosen mjete desinfektuese për duart dhe të bëhet matja e temperaturës.
- Në sallat apo pallatet e sportit me kapacitete të mëdha, duhet të sigurohet distance fizike 1.5 deri në 2m.
- Gjatë zhvillimit të ndeshjes, ekipet televizive dhe përfaqësuesit e mediave si dhe vullentarët, gjatë qëndrimit të kohës në palestër, duhet të kenë maska të vendosura.



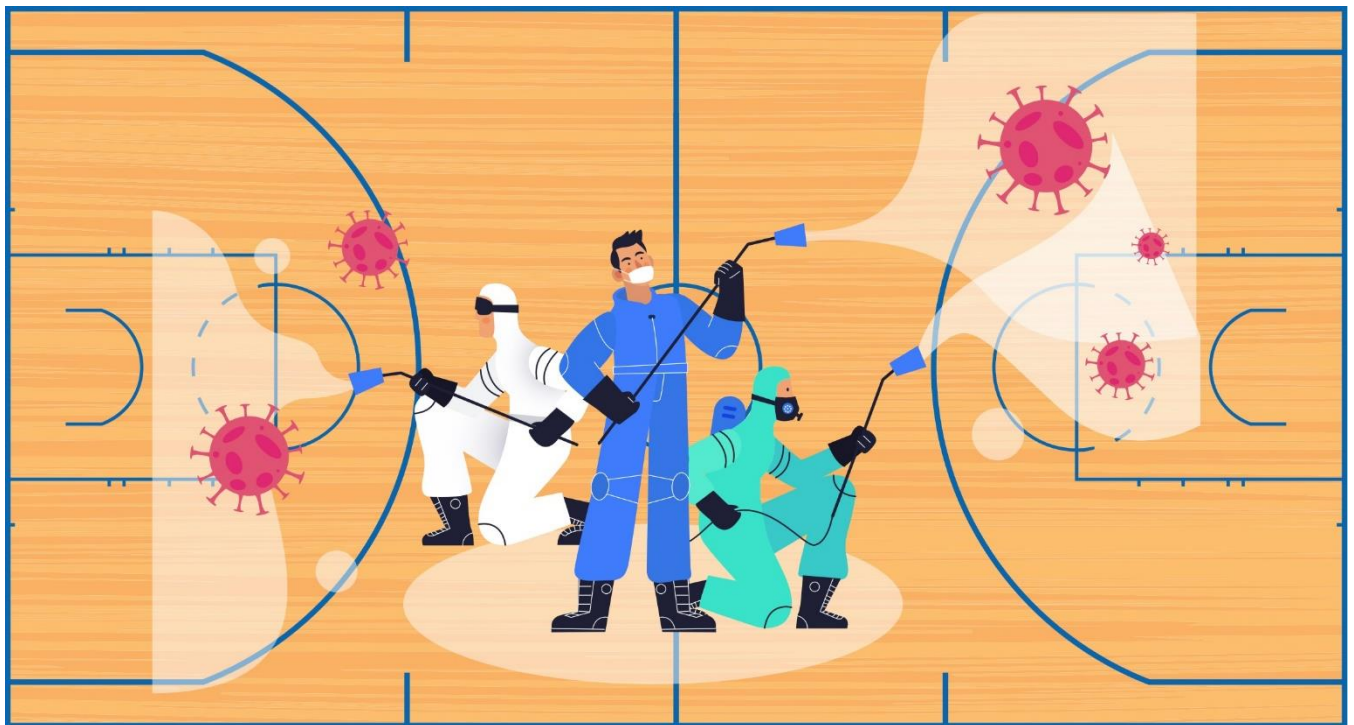
### 3. Masat gjatë stërvitjes

- Çdo klub duhet të mbajë evidencë e pjesarëve në stërvitje të basketbollit.
- Të gjithë pjesmarrësit e pranishëm duhet të jenë të identifikuar.
- Hapsirat që përdoren për stërvitje duhet të jenë të përcaktuara qartë për lojtarët, trajnerët dhe personat e tjerë që e shoqërojnë si dhe për personat që kujdesen për desinfektimin dhe mirëmbajtjen e tyre.
- Desinfektimi dhe mirëmbajtja e sallave/pallateve të sportit , duhet të bëhet me miratimin e organeve kompetente për këtë qëllim.
- Mbrojtja, higjiena dhe pastrimi i duarve, duhet të jetë i shpeshtë.
- Të gjitha stërvitjet kolektive duhet të kenë, numrin maksimal të lejuar për çdo seancë stërvitore.
- Në stërvitje, mund të jenë të pranishëm, vetëm lojtarët që janë të detyruar të jenë në stërvitje. Personat e tjerë që janë në sallë, duhet të jenë të identifikuar dhe të jenë pjesarë të klubit.



#### 4. Palestrat sportive

- Preferohen palestrat e sporteve të cilat janë të mirëizuara dhe preferohen që lojtarët në stërvitje/ndeshje të udhëtojnë me mjete personale
- Para hyrjes së sportistëve, palestra duhe të jetë e pastruar dhe dezinfektuar sipas kushteve të përcaktuara në protokollet përkatëse
- Të gjitha hapsirat e përdorshme duhet të jenë të dezinfektuara (dyert, bravat etj)
- I gjithë procesi duhet të përshkruhet qartë dhe vihet në dispozicion me të dhënat sipas datës së kryerjes dhe orës së procesit të dezinfektimit, në mënyrë që palestra të jetë ambient dhe zonë e sigurt.
- Të gjithë personat që kanë akses në palestër duhet t'i përmbahen kushteve të përshkruara higjienike.
- Tavolina e gjyqtarisë duhet të kufizohet nga një Plex Glass.
- Personat e autorizuar për mirëmbajtje të palestrës duhet të kenë maska dhe doreza.
- Tualeti duhet të jetë i mirëpastruar dhe higjienizuar.
- Koshat e mbeturinave duhet të jenë të vendosura sa më larg të jetë e mundur.



**\*Fanellat:** Lojtarëve duhet tu jepen dy komplete sportive dhe të njejtat pas çdo ndeshje duhet të pastrohen në shtëpi.

## 5. Fizioterapisti

- Mjekon vetëm lojtarët e dëmtuar.
- Ai duhet të ketë gjatë gjithë kohës maskën dhe dorezat.
- Maska e re dhe doreza të reja duhet të vendosen pas çdo mjekimi apo trajtimi të një lojtari.
- Tavolina e masazhit duhet të jetë e mbuluar me letër një përdorimshme, e cila duhet të hiqet menjëherë pas një përdorimi.
- Ai duhet të ketë kujdes personal për higjienën e tij pas dhënies së ndihmës lojtarit.
- Pas përdorimit të çdo pajisjeje të fitness, të njejtat duhet të dezinfektohen me lëtar një përdorimshme.



## 6. Hapsirat e Fitness

- Duhet të përdoren në mënyrë të reduktuar ku numri i lojtarëve gjithashtu duhet të jetë i reduktuar.
- Të vendosen mjete dezinfektuese para hyrjes në fitness.
- Nëse në të njejtën kohë gjatë stërvitjes mund të ushtrohen më shumë se dy lojtarë, ato duhet të respektojnë distancimin deri në 2m.
- Dritaret duhet të jenë të hapura gjatë gjithë kohës, ndërsa sistemi elektronik i ajrimit (kondicioner) duhet të jetë i fikur.
- Nëse është e mundur, asnjë trajner nuk duhet të jetë i pranishëm në sallën e fitness, nëse është e detyrueshme atëherë ai duhet të vendosë maskë.
- Në përfundim të seancave të forcës, duhet të bëhet dezinfektimi i hapsirës dhe mjeteve të përdorura.

## 7. Transporti

- Rekomandohet transporti individual i lojtarëve në stërvitje dhe ndeshje.
- Në rast transporti të përbashkët, duhet të ketë një hapsirë ulësesh bosh dhe të gjithë duhet të jenë të pajisur me maska gjatë udhëtimit.
- Gjatë transportit me autobus duhet të mbahet distance prej 1.5 m si dhe para udhëtimit mjeti duhet të jetë i dezinfektuar.

## 8. Masat mbrojtëse gjatë kohës së zhvillimit të ndeshjes

- Të ketë ujë të pijshëm për secilin lojtar (shishe plastiike ose qelqi personale).
- Rekomandohet që fytyra të mos preket gjatë kohës që lojtarët janë në kontakt me topin.
- Nuk lejohet që lojtarët të shkëmbejnë ushqim apo pije ndërmjet tyre.
- Duhet të ketë mjete dezinfektimi për të gjithë lojtarët në ulëset e tyre.

### \*Stoli i skuadrave

- Lojtarët dhe trajnerët e ulur në stol duhet të mbajnë maskat gjatë gjithë kohës.
- Lojtarët e stolit dhe stafi profesional duhet të respektojnë distancat e sigurisë prej 1.5 m.
- Stolat ose karriget e lojtarëve duhet të vendosen në dy rreshta, njëra pas tjetrës ose në formën e shkronjës L.
- Personeli mjekësor në stol, përveç maskës duhet të kenë edhe doreza.

## 9. Masat mbrojtëse pas përfundimit të ndeshjes

- Të gjithë anëtarët e klubit duhet të largohen sa më shpejt të jetë e mundur pas ndeshjes.
- Ambjentet të pastrohen dhe përdoren mjete dezinfektuese.
- Të shmangët larja në kabinat e dushit në ambjentet sportive.
- Të mos ketë aktivitetet sociale në palestër.
- Të reduktohet numri i lojtarëve për intervista.
- Të pastrohet ambjenti nga peshqirët, çantat, pajisjet e tjera të cilat janë përdorur gjatë ndeshjes.





## 10. Masat në rast infektimi me Covid19

- Në rast se ndonjë nga lojtarët, trajnerët, shoqëruesit e ekipit, zyrtarë etj., rezultojnë pozitiv ndaj Covid19, ai duhet të vetë izolohet dhe rikthimi i tij mund të bëhet pas testimit ndaj Covid19 i cili duhet të rezultojë negativ. Të gjithë aktorët e ndeshjes para zhvillimit të ndeshjes tjetër, janë të detyruar për tu testuar ndaj Covid19 dhe të njoftojnë FSHB.
- Skuadra e cila mund të ketë lojtarë të infektuar nga Covid19, ndeshjet e rradhës do t'ò zhvillojë me lojtarë të cilët pas testimit rezultojnë negativ ndaj Covid19.
- Në rast se skuadra ka 1-4 lojtarë të infektuar nga Covid19, të njejtët do të izolohen dhe rikthimi i tyre do të jetë i mundur pas testimit dhe marrjes së rezultatit negativ. Lojtarët e skuadrës janë të detyruar të testohen ndaj Covid19 para zhvillimit të ndeshjes së ardhshme.
- Skuadrat e Superligës, në rast mungese të lojtarëve nga skuadra e të rriturve, mund të regjistrojnë edhe lojtarë të kategorisë U18 për të plotësuar numrin e lejuar minimal të lojtarëve ne stol.
- Në rast se skuadra kë më shumë se 5 lojtarë të infektuar nga Covid19, atëherë e gjithë skuadra do t'i nënshtrohet izolimit dhe kthimi i tyre do të jetë i mundur pas testimit ndaj Covid19 dhe marrjes së rezultatit negativ. Ndeshjet e klubit të basketbollit, do të zhvillohen sipas vendimit të FSHB-së, pasi testeteve të kontrollit Covid19 të rezultojnë negativ për të gjithë skuadrën.
- Në rast se disa nga skuadra të ligës, kanë më shumë se 5 lojtarë të infektuar me Covid19, atëherë FSHB do të ndërpresë kampionatin për një periudhë 2 javore, dhe vijimsia do të jetë në formatin e turnout (grumbullim) ku do të zhvillohen ndeshje çdo 2 ditë. Para zhvillimit të kampionatit të gjitha klubet janë të detyruara të testohen ndaj Covid19.
- Basketbollistët e huaj, të cilët paraqiten për regjistrim pranë FSHB-së, janë të detyruar të paraqesin rezultatet e testit Covid19 para zhvillimit të ndeshjes. Ato mund të luajnë vetëm nëse rezultojnë negativ ndaj Covid19.
- Udhëzimet mund të ndryshojnë në varësi të situatës Covid19 në Shqipëri dhe sipas rekomandimeve të autoriteteve vendore shëndetësore të Republikës së Shqipërisë, apo rekomandimeve të OBSH-së.

