



LOKALNY OŚRODEK
SPORTOWY
"LOS"

REGULAMIN ZACHOWANIA SZCZEGÓLNYCH ZASAD HIGIENY W ZWIĄZKU Z EPIDEMIĄ COVID 19 W CZASIE OBOZU LETNIEGO MRĄGOWO 2021

.....
(imię i nazwisko uczestnika obozu)

1. Po wejściu do budynku niezwłocznie dezynfekujemy ręce przy użyciu płynu znajdującego się przy drzwiach wejściowych.
2. Myjemy dokładnie ręce wodą z mydłem przez minimum 30 sekund:
 - po wejściu do budynku (w pokoju);
 - każdorazowo po skorzystaniu z toalety;
 - przed każdym posiłkiem.
3. Staramy się nie dotykać twarzy, zwłaszcza ust, nosa, oczu.
4. W przypadku wystąpienia kaszlu zasłaniamy usta i nos chusteczką lub kaszlemy w zgięcie łokcia.
5. Zgłaszamy natychmiast trenerowi swoje złe samopoczucie.
6. W miarę możliwości utrzymujemy dystans – nie przytulamy się, unikamy siedzenia razem na łóżkach i blisko siebie w innych miejscach.
7. Podczas wyjścia z miejsc zakwaterowania, poruszaniu się na terenie ośrodka, wycieczek poza miejsce pobytu każdy uczestnik, kadra ma przy sobie maseczki, by użyć ich w przypadku kontaktów zewnętrznych (również w podróży).
8. Oświadczam, że zapoznałam /-em/ dziecko z treścią niniejszego regulaminu.

.....
(podpis rodzica, opiekuna prawnego)

.....
(miejscowość i data)