

## **Μέτρα προφύλαξης κατά της εξάπλωσης του COVID-19 για τους υπεύθυνους Κολυμβητηρίων / Δημόσιων Κολυμβητικών Δεξαμενών**

Το Υπουργείο Υγείας, στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων του για προστασία της Δημόσιας Υγείας εκδίδει σειρά οδηγιών που θα πρέπει να λαμβάνονται για αποφυγή της διασποράς και την παρεμπόδιση της εξάπλωσης του κορωνοϊού COVID-19, στις εγκαταστάσεις των κολυμβητικών δεξαμενών και προτρέπουν τους εργαζόμενους των Κολυμβητηρίων / Δημόσιων Κολυμβητικών Δεξαμενών να εφαρμόζουν τα πιο κάτω μέτρα προστασίας.

Σημειώνεται πως για σκοπούς αυτών των οδηγιών, ως εργαζόμενοι στα κολυμβητήρια θεωρούνται όλο το προσωπικό που έρχεται σε επαφή με το κοινό ή βρίσκεται στους χώρους που επισκέπτεται το κοινό.

Τα μέτρα αυτά θα πρέπει να θεωρηθούν ως τα ελάχιστα που θα πρέπει να τυγχάνουν εφαρμογής. Οι υπεύθυνοι των κολυμβητηρίων συμβουλεύονται όπως παράλληλα διαμορφώσουν ανάλογα και επιπρόσθετα μέτρα σύμφωνα με τη διαμόρφωση και τις συνθήκες που επικρατούν στους χώρους τους.

Αναλυτικότερα η χρήση κολυμβητικών δεξαμενών συνεπάγεται:

- την ανάγκη για αυστηρή τήρηση των γενικών κανόνων και όρων υγιεινής
- την ανάγκη λήψης μέτρων ατομικής υγιεινής από τους λουόμενους και τους εργαζόμενους
- την καθαριότητα και απολύμανση των κοινόχρηστων και βοηθητικών χώρων
- την ανάγκη διασφάλισης της ποιότητας του νερού των κολυμβητικών δεξαμενών σε όλη τη διάρκεια της λειτουργίας τους

Η τήρηση των μέτρων αποσκοπεί στην παρεμπόδιση της μετάδοσης παθογόνων μεταξύ των λουομένων κατά τη χρήση της κολυμβητικής δεξαμενής.

## **ΜΕΤΡΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ**

- Προσωπικό Κολυμβητηρίου (Υποδοχή, Καφετέρια, Καθαριστές, Τεχνικοί, Εκπαιδευτές, Προπονητές καλούνται να εφαρμόζουν τον οδηγό Διαχείρισης Θεμάτων Ασφάλειας και Υγείας στην Εργασία σε συνθήκες Κορωνοϊού του Υπουργείου Υγείας Κύπρου.  
<https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg7.pdf>  
<https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg3.pdf>
- Το προσωπικό έχει ευθύνη να επιβλέπει τους πελάτες/λουόμενους για την άριστη συμμόρφωση τους με τις σχετικές οδηγίες.
- Θα πρέπει από τη διεύθυνση του κολυμβητηρίου να διατίθενται γραπτές οδηγίες και εκπαίδευση σχετικά με τον τρόπο της εξάπλωσης του COVID-19 στο προσωπικό έτσι ώστε να γνωρίζει τα συμπτώματα του COVID-19 και να είναι σε θέση να τα αναγνωρίζει έγκαιρα. Σκοπός είναι να μπορεί να ζητήσει κατάλληλη ιατρική βοήθεια και εργαστηριακό έλεγχο και να ελαχιστοποιήσει τον κίνδυνο μόλυνσης τόσο του κοινού όσο και των άλλων εργαζομένων.
- Επίσης έχει ευθύνη εκεί και όπου διαπιστώσει οποιοδήποτε σύμπτωμα να δρα άμεσα απομακρύνοντας τον πελάτη και ενημερώνοντας παράλληλα τον υπεύθυνο.
- Έλεγχο πελατών στην είσοδο για καθαρισμό των χεριών πριν εισέλθουν στο χώρο της κολυμβητικής δεξαμενής.
- Χρήση μάσκας σε περίπτωση που δεν τηρείται η απόσταση των 2 μέτρων. Να υιοθετηθεί σωστή υγιεινή των χεριών.
- Σε βήχα ή φτέρνισμα, κάλυψη της μύτης και του στόματος με χαρτομάντιλο το οποίο απορρίπτεται αμέσως σε κάδο. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, καλύπτεται το στόμα και η μύτη με το εσωτερικό του αγκώνα),

Σε κάθε κολυμβητική δεξαμενή θα πρέπει να καταρτίζεται γραπτό πρόγραμμα για τον καθαρισμό και την απολύμανση των εγκαταστάσεων της καθώς και σχετικές οδηγίες.

Πιο συγκεκριμένα, το πρόγραμμα αυτό θα καθορίζεται:

Πριν την έναρξη των εργασιών του κολυμβητηρίου θα πρέπει να γίνει σχολαστική καθαριότητα

### **Τι πρέπει να καθαριστεί/ απολυμανθεί και πόσο συχνά**

Πρέπει να εξασφαλίζεται ότι όλοι οι κοινόχρηστοι χώροι (χώροι υποδοχής, τουαλέτες, διάδρομοι) και τα σημεία συχνών επαφών (βαθμίδες, κλίμακες, περιφερειακοί διάδρομοι, εξώστες θεατών, αποδυτήρια, ιματιοθήκες χώροι αποχωρητήριων, χώροι λουτρών, καταιονητήρες, νιπτήρες, βρύσες, βατήρες κατάδυσης περίμετρος δεξαμενής, δάπεδα, τοίχοι, γραφεία, πόμολα, κουπαστές σκάλας, συσκευές τηλεφώνου, κλπ) καθαρίζονται επαρκώς και απολυμαίνονται καθημερινά και τακτικά. Ορισμένες επιφάνειες πρέπει να καθαρίζονται μόνο με σαπούνι και νερό είτε γιατί δεν αγγίζονται συχνά, είτε γιατί η εφαρμογή απολυμαντικών δεν είναι ασφαλής για τα παιδιά, εφόσον αυτά κάνουν χρήση της δεξαμενής και των χώρων της.

Για τους εξωτερικούς χώρους απαιτείται κανονικός καθαρισμός και όχι απολύμανση.

Γενικότερα, για τις καθημερινές διαδικασίες απολύμανσης επιφανειών απαιτείται επαφή διάρκειας ενός λεπτού (1') με αντιμικροβιακούς παράγοντες όπως: διάλυμα υποχλωριώδους νατρίου σε συγκέντρωση 0,1% ή αιθανόλη 70% ή και υπεροξειδίο του υδρογόνου 0,5%. Το απολυμαντικό πρέπει να απλωθεί σε όλες τις επιφάνειες και να παραμείνουν υγρές για τον απαιτούμενο χρόνο επαφής. Το διάλυμα υποχλωριώδους νατρίου πρέπει να παρασκευάζεται (προσθήκη προϊόντων χλωρίνης σε νερό) λίγο πριν την εφαρμογή. Κατά τη διάρκεια του καθαρισμού και της απολύμανσης θα πρέπει να εφαρμόζονται κατάλληλα γάντια και κατά το τέλος του καθαρισμού ή της απολύμανσης θα πρέπει να πλένονται τα χέρια σχολαστικά με σαπούνι και νερό.

Θα αφήνεται λογικός χρόνος καθαριότητας μεταξύ των προγραμμάτων ούτως ώστε ο χώρος συνεδριών (περιμετρικά κολυμβητικής δεξαμενής) να καθαρίζεται και να απολυμαίνεται αποτελεσματικά με το πέρας κάθε συνεδρίας και εφόσον όλοι οι ασκούμενοι έχουν αποχωρήσει από το χώρο, σύμφωνα με τις οδηγίες του Υπουργείου Υγείας Κύπρου [www.pio.gov.cy/coronavirus](http://www.pio.gov.cy/coronavirus)

### **Μέτρα προστασίας που αφορούν τους λουόμενους και τους θεατές**

#### **Λουόμενοι**

Οι λουόμενοι που χρησιμοποιούν την κολυμβητική δεξαμενή οφείλουν:

- Να συμμορφώνονται με τις υποδείξεις και τις οδηγίες του προσωπικού
- Να ακολουθούν τους κανόνες ατομικής υγιεινής που είναι αναρτημένοι στους χώρους της κολυμβητικής δεξαμενής (πλύσιμο των χεριών, ατομικό λουτρό καθαριότητας, χρήση σαγιονάρας στα αποδυτήρια).
- Να λαμβάνουν **υποχρεωτικά** λουτρό καθαριότητας πριν από τη χρήση της κολυμβητικής δεξαμενής.
- Σε περίπτωση χρήσης των αποχωρητηρίων των εγκαταστάσεων, να λαμβάνουν **λουτρό καθαριότητας εκ νέου** πριν την είσοδό τους στη δεξαμενή.
- Να κάνουν υποχρεωτικά χρήση του ποδολουτήρα, ο οποίος περιέχει υδατικό διάλυμα με 0,3-0,6% διαθέσιμο χλώριο προς απολύμανση των ποδιών, πριν την είσοδό τους στη δεξαμενή
- Να φέρουν αδιάβροχο κάλυμμα κεφαλής (σκουφάκι).
- Να μην εισέρχονται στη δεξαμενή αν πάσχουν από δερματική πάθηση. Άτομα με εκτεταμένες εκδορές, φλύκταινες ή ανοικτά τραύματα οφείλουν να ενημερώνονται για τον κίνδυνο μόλυνσης που διατρέχουν και να αποφεύγουν τη χρήση της δεξαμενής.

#### **Μέγιστος αριθμός λουομένων στην κολυμβητική δεξαμενή:**

Ο μέγιστος αριθμός λουομένων που μπορεί να βρίσκεται κάθε στιγμή στην κολυμβητική δεξαμενή λαμβάνοντας υπόψη την ανάγκη τήρησης των μέτρων κοινωνικής αποστασιοποίησης (2 μέτρα) εντός της κολυμβητικής δεξαμενής,

στο πλαίσιο αποφυγής μετάδοσης του κορωνοϊού υπολογίζεται προς το παρόν ως εξής:

- **Ανοιχτές κολυμβητικές δεξαμενές: 1 λουόμενος για κάθε 2,5τ.μ. επιφάνειας ύδατος.**
- **Κλειστές κολυμβητικές δεξαμενές: 1 λουόμενος για κάθε 5 τ.μ. επιφάνειας ύδατος.**

Η ως άνω αναλογία θα επικαιροποιείται με νεότερες οδηγίες και με βάση τα νέα επιστημονικά στοιχεία σύμφωνα με την πορεία της εξέλιξης της πανδημίας του κορωνοϊού Sars CoV2.

### **Θεατές**

- Οι θεατές οφείλουν να τηρούν τις απαραίτητες αποστάσεις (2m ) κατά την παραμονή τους στους εξώστες των κολυμβητικών δεξαμενών.
- Οι θεατές οφείλουν να παραμένουν στους χώρους των εξωστών και να μην εισέρχονται στους χώρους των λουομένων

### **ΑΕΡΙΣΜΟΣ ΧΩΡΟΥ**

Όλοι οι χώροι του κολυμβητηρίου πρέπει να αερίζονται καλά. Εφόσον η χρήση φυσικού εξαερισμού δεν είναι εφικτή χρησιμοποιείται μηχανικός εξαερισμός.

[http://www.cylaw.org/KDP/data/1996\\_1\\_368.pdf](http://www.cylaw.org/KDP/data/1996_1_368.pdf)

Ο αερισμός των χώρων δεν πρέπει να δημιουργεί άμεσα ρεύματα αέρα στους λουόμενους.

### **Μέτρα προστασίας της ποιότητας του νερού των κολυμβητικών δεξαμενών**

Ιδιαίτερη μέριμνα πρέπει να λαμβάνεται για τη διασφάλιση της ποιότητας του νερού της κολυμβητικής δεξαμενής, και της απολύμανσης που πρέπει να είναι σύμφωνη με τις διατάξεις των περί Δημόσιων Κολυμβητικών Δεξαμενών Κανονισμοί του 1996. **Η ποιότητα θα βεβαιώνεται με τη διενέργεια μίας**

**δειγματοληψίας ανά δεκαπενθήμερο στις μικροβιολογικές παραμέτρους που καθορίζονται από τη Νομοθεσία.**

Το σύστημα ανακυκλοφορίας του νερού των κολυμβητικών δεξαμενών θα πρέπει να εξασφαλίζει πλήρη ανανέωση του ύδατος σε χρονικό διάστημα όχι μεγαλύτερο των τεσσάρων (4) ωρών ή σε διάστημα έξι (6) ωρών σε ειδικές περιπτώσεις. Η ανανέωση πρέπει να επιτυγχάνεται είτε με συνεχή ροή νέου καθαρού νερού, είτε με ανακυκλοφορία του νερού των δεξαμενών μετά από προηγούμενο καθαρισμό και απολύμανση. Το σύστημα ανακυκλοφορίας-καθαρισμού-απολύμανσης του νερού θα λειτουργεί όλες τις ώρες χρησιμοποίησης των δεξαμενών και πέραν αυτών για τόσο χρόνο, όσο απαιτείται για την εξασφάλιση του νερού διαυγούς και κατάλληλου από μικροβιολογική άποψη.

Ο Π.Ο.Υ. προτείνει τιμές υπολειμματικού χλωρίου 1- 3 mg/L, ενώ όταν γίνεται αυστηρή και απαρέγκλιτη τήρηση όλων των κανόνων υγιεινής κατά τη χρήση των κολυμβητικών δεξαμενών (ανακυκλοφορία νερού, αυστηρή χρήση καταιονητήρων (ντους) και κατά το δυνατόν και ποδολουτήρων-όπου υπάρχουν- πριν την είσοδο στη δεξαμενή, χρήση προστατευτικού σκούφου, κλπ), συνιστάται για προληπτικούς λόγους η τιμή του υπολειμματικού χλωρίου να ανέρχεται στα 1,5 mg/L. **Η συχνότητα ελέγχου του υπολειμματικού χλωρίου συστήνεται να γίνεται 4 φορές την ημέρα. Τα αποτελέσματα καταχωρούνται σε ειδικό βιβλίο ελέγχου.**

### **Απολύμανση σε περίπτωση επιβεβαιωμένου κρούσματος SARS CoV-2 σε κολυμβητική δεξαμενή**

Σε περίπτωση επιβεβαιωμένου κρούσματος λοίμωξης SARS-CoV-2 σε κάθε κολυμβητική δεξαμενή πρέπει να καταρτίζεται πρόγραμμα για τον καθαρισμό και την απολύμανση των χώρων, των επιφανειών και των αντικειμένων.

Η επιλογή μεθόδου της εφαρμογής και αντιστοίχως η χρήση του απαιτούμενου εξοπλισμού πρέπει πάντα να στοχεύει στην αποτελεσματική και με ασφαλή τρόπο καταπολέμηση του ιικού φορτίου των μολυσμένων χώρων, επιφανειών

και σημείων, χωρίς την περαιτέρω πρόκληση ρύπανσης καθώς και φθορών και καταστροφής άλλων υλικών και αντικειμένων.

Ενδεικτικά αναφέρεται ότι για επιφάνειες που έχουν επιμολυνθεί απαιτείται:

- Διάλυμα 5.000 ppm, ήτοι 20 κουταλάκια του γλυκού (100 ml) οικιακής χλωρίνης (περιεκτικότητας 5.25% σε υποχλωριώδες νάτριο) σε 4 ποτήρια (1 λίτρο) νερό. Απαιτούμενος χρόνος δράσης 10 λεπτά.
- Με διάλυμα συγκέντρωσης 1.000 ppm ήτοι 4 κουταλάκια του γλυκού (20 ml) οικιακής χλωρίνης (περιεκτικότητας 5.25% σε υποχλωριώδες νάτριο) σε 4 ποτήρια (1 λίτρο) νερό. Απαιτούμενος χρόνος δράσης 30 λεπτά.

Μετά την παρέλευση του απαιτούμενου χρόνου δράσης, οι επιφάνειες καθαρίζονται εκ νέου με νερό ώστε να απομακρυνθεί η χλωρίνη. Όταν το απολυμαντικό έχει μεγαλύτερη συγκέντρωση από 200 ppm, να γίνεται απόπλυση της επιφάνειας με καθαρό νερό αφού παρέλθει ο χρόνος επαφής.

Στα σταθερά υφάσματα επειδή είναι αδύνατο να χρησιμοποιηθούν οι ανωτέρω απολυμαντικές ουσίες, ακολουθείται διαδικασία πλύσης σε υψηλή θερμοκρασία νερού (90°C) με τη χρήση κοινού απορρυπαντικού πλυντηρίου ρούχων ή εναλλακτικά σε χαμηλότερης θερμοκρασίας πλύσης με χρήση προϊόντων με απολυμαντική δράση. Στην περίπτωση που κάποια αντικείμενα δεν μπορούν να καθαριστούν ή/και απολυμανθούν όπως περιγράφεται παραπάνω όπως π.χ. έπιπλα επικαλυμμένα με ταπετσαρία ή στρώματα, μπορεί να ακολουθηθεί μέθοδος καθαρισμού με ατμό.

### **Σηματοδότηση**

Ο εξωτερικός χώρος της κολυμβητικής δεξαμενής θα πρέπει να σηματοδοτηθεί (στο πάτωμα) ώστε οι λουόμενοι να δύνανται να τηρούν εύκολα την απόσταση μεταξύ τους, ίσης των 2 μέτρων.

Τοποθέτηση σχετικών σημάνσεων με πληροφορίες αναφορικά με τον ιό, μέτρα ατομικής υγιεινής και σχετικές προφυλάξεις.

Η χρήση αποδυτηρίων και εσωτερικών ντους διέπεται από τις «Οδηγίες και μέτρα προφύλαξης από τον νέο Κορωνοϊό (SARSCOV-2) για την χρήση σάουνας ή steam bath εντός των αποδυτηρίων» οι οποίες ισχύουν και για τις κολυμβητικές δεξαμενές <https://www.pio.gov.cy/coronavirus/pdf/erg55.pdf>.

Τα οποιαδήποτε τραπεζάκια ή ξαπλώστρες σε ανοικτές κολυμβητικές δεξαμενές επιτρέπονται νοουμένου ότι διατηρείτε απόσταση 2 μέτρα από το ένα στο άλλο. Η διεύθυνση δε, θα πρέπει να μεριμνά για την καθαριότητα και απολύμανση τους κάθε φορά που αλλάζει ο χρήστης.

Η διατήρηση της τάξης και της εφαρμογής των μέτρων συμβάλει σημαντικά στην αποφυγή συγχρωτισμού.

Η οποιαδήποτε διακίνηση προμηθευτών ή εργαζομένων στην επιχείρηση επιτρέπεται νοουμένου ότι εφαρμόζονται όλα τα προληπτικά μέτρα.

---

Ιατρικές Υπηρεσίες και Υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας  
Υγειονομικές Υπηρεσίες  
6 Ιουλίου 2020