|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение № \_\_\_  К приказу № от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «УТВЕРЖДАЮ»  Директор МАУ ФК и С  «Дворец спорта «Квант»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.А. Матвеев  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020г.  ( |

**Инструкция №**

Дополнительные правила посещения МАУ ФК и С «Дворец спорта

«Квант» для профилактики распространения новой коронавирусной

инфекции (COVID-19).

Срок действия - 5 лет

г. Москва, г. Троицк

2020г

**Дополнительные правила посещения МАУ ФК и С «Дворец спорта «Квант»**

В соответствии с Постановлением Администрации городского округа Троицк в городе Москве № 355 от 09 июля 2020 года «Об этапах снятия ограничений в связи с введением режима повышенной готовности» и в соответствии с Указом Мэра города Москвы от 08.06 2020 № 68-УМ, от 08.06.2020 года № 69-УМ МАУ ФКиС "Дворец спорта "Квант" возобновляет свою работу с 23 июня 2020г.

С 23 июня 2020 г возобновляется доступ работников и посетителей в здание МАУ ФКиС «Дворец спорта «Квант» с соблюдением требований, установленных Департаментом спорта города Москвы на основании предписания Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Москве.

***С целью вашей безопасности и соблюдения требований для посещений Дворца спорта «Квант» мы знакомим вас с временными правилами***

**1. Правила для посетителей Дворца спорта «Квант»**

* 1. Для снижения контактов между работниками и между посетителями

все виды занятий будут проводиться по предварительной записи по

телефону 8 -495-840-65-51 с 23 июня 2020г.

1.2. Количество посетителей в тренажерном зале не более 15 человек на тренировке, групповые занятия- не более 20 человек в группе.

1.3. Температурный скрининг проводится всем посетителям при входе в здание. сотрудниками ЧОП.

1.4. Лицам, у которых обнаружили температуру тела более 37 градусов или признаки респираторных заболеваний посещение запрещено.

1.5. Администраторы Дворца спорта регистрируют каждого клиента в «Журнале здоровья».

1.6. На территории Дворца спорта «Квант» посетители должны находиться в масках и перчатках, исключение — время самой тренировки.  
1.7. В спортзал приносите свое полотенце, свой коврик для упражнений на полу и антисептик. Всегда протирайте тренажер до и после его использования.  
1.8. Соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метров (для этого в зале сделана специальная разметка на полу).  
1.9. Пользуйтесь средствами индивидуальной защиты.  
1.10. Во время тренировки старайтесь не дотрагиваться руками до лица.

1.11. Спортивную форму нужно стирать после каждого посещения спортзала.

1.12. Персональные шкафы предоставляются администраторами с учетом расположения клиентов на безопасном расстоянии друг от друга.

1.13. Максимальное нахождение посетителей в раздевалках тренажерного зала 2 человека, раздевалки 2 этажа 5 человек, раздевалки большого зала до 8 человек.

1.14. Следует минимизировать пребывание в раздевалках до и после тренировки.

1.15. Регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их дезинфицирующим средством.

1.16. При чихании или кашле прикрывайте рот и нос не ладонью, а сгибом локтя или одноразовой салфеткой (после использования салфетку нужно сразу выбросить).

1.17. Избегайте контактов с людьми с симптомами ОРВИ или гриппа.

1.18. Если чувствуете недомогание, оставайтесь дома.

1.19. При повышении температуры, появлении сухого кашля и затрудненного дыхания обращайтесь за медицинской помощью.

* 1. **Правила для работников Дворца спорта «Квант»**

2.1. Перед началом работы и в течении рабочего дня медицинским сотрудником Дворца спорта проводится температурный скрининг всем сотрудникам с регистрацией в «Журнале здоровья»

2.2. Работники, у которых при проведении температурного скрининга выявлено температуру тела более 37,2 градусов или признаки респираторных заболеваний не допускаются к исполнению обязанностей.

2.3.Сотрудники Дворца спорта обязаны носить защитные маски или респираторы и перчатки и менять их каждые два-три часа.  
2.4. Работники должны тщательно мыть руки с мылом или обработать антисептическим средством после каждой замены средств защиты.  
2.5.Работник должен самоизолироваться в случае возникновения симптомов респираторного вирусного заболевания.

2.6.На входе в здание и по залам будут размещены антисептики.

2.7.Принимать пищу сотрудники Дворца спорта должны в специально отведенном месте.

2.8. Весь персонал должен быть обучен и проинструктирован по вопросам противовирусных мер безопасности и соответствующего поведения.

**Мы понимаем, что данные ограничения внесут определенный дискомфорт в ваши тренировки, но мы полагаемся на вашу осознанность и ответственность, а также отнеситесь с пониманием к работе нашей команды в данный период.**