



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

Turkish Football Federation

Antalya'da Oynanacak Play-Off Müsabakalarına Katılacak TFF 2. ve TFF 3. Lig Takımlarımız İçin Önerilen Sağlık Önlemleri Hakkında

Salgın hastalıklardan korunmanın temel evrensel önlemleri hastalık ve hastalık taşıyıcılardan uzak durmak yani MESAFE ve bulaştığı vücut bölümü (el, yüz, saç, sakal vb.), eşya, yüzey ve yerlerin temizlenmesi, yani HİJYEN'dir.

Bu esaslara uygun olarak takımlarımızın aşağıdaki kurallara uymaları öncelikle kendi sağlık ve başarıları için gereklidir. Kurallara uyulması aynı şekilde başta rakip takım olmak üzere futbol ailesinin diğer fertlerinin sağlığı için de önem taşımaktadır.

MASKE: Maske, nefes yoluyla bulaşan Covid-19'un bulaşmasını engellemede en önemli araçlardan biridir. Mümkün olan her yer ve zamanda maske takılması faydalı ve gereklidir. Özellikle kapalı alanlarda (soyunma odası, toplantı odaları, otel odası, asansör, vb.) **kişi yalnız olsa dahi** maske takılması havada kalan virüslerin alınmaması ve kişiden etrafa yayılmaması için gereklidir. Maske ağız ve burunu kapatacak biçimde takılmalıdır.

İstisnalar:

- Yalnız veya diğer kişiler ile en az 1,5-2 m. (3-4 adım) mesafede bulunulan açık alanlar.
- Antrenman veya maç gibi yüksek efor sarf edilen zamanlar.

MESAFE: Diğer kişilerle ideal mesafe en az 1,5-2 metredir. Antrenman vb. sık ve derin nefes alınıp verilen zamanlarda mesafenin daha uzak olması (4 m. ve fazlası) uygun olacaktır. Yemek, takım toplantısı vb. takım aktiviteleri imkân olan her durumda kişiler arası mesafeye dikkat edilerek açık havada yapılmalıdır.

TEMAS: Covid-19 hastalığının tehlike oluşturan en önemli özelliklerinden biri hastalığın belirtisiz olabilmesi ve hasta olanlarda dahi belirtiler ortaya çıkmadan sağlıklı gibi göründükleri dönemde hastalığı yaymalarıdır. Bu nedenle hastalık arazi olmayan, dolayısıyla hastalığı taşıdığı bilinmeyen kişilerle TEMAS en büyük risktir.

Sağlık Bakanlığı Covid-19 rehberinde temas ve yakın temas tarif edilmiştir:

- COVID-19 hastasıyla 1 metreden daha yakın mesafede 15 dakikadan uzun süreyle yüz yüze kalan kişiler,
- COVID-19 hastasıyla aynı kapalı ortamda (hastane veya banka bekleme salonları, otobüs, servis vb ulaşım araçları) 1 metreden yakın ve 15 dakika veya daha uzun süre bir arada kalan kişiler,

Hasan Doğan Milli Takımlar Kamp Eğitim Tesisleri Çayağzı Köyü Riva, Beykoz - İstanbul / Türkiye

Tel: +90 (216) 554 51 00 - 554 51 01 - Fax: +90 (216) 319 19 58 - +90 (216) 319 19 59

www.tff.org

SPOR TOTO



TURKCELL

Mercedes-Benz

arçelik

TURKISH AIRLINES

DenizBank



www.tff.org



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

Turkish Football Federation

- COVID-19 hastasıyla 1 metreden daha yakın mesafede 15 dakikadan kısa süreyle yüz yüze kalan kişiler,
- COVID-19 hastasıyla aynı kapalı ortamda 15 dakikadan uzun süre ile maske takarak bulunmuş kişiler.

TEMASLI sayılmaktadır.

COVID-19 hastasıyla aynı evde yaşayanlar (kulüp tesisinde aynı odada kalan, tesiste sık görüşen vb), COVID-19 hastasıyla aynı ofiste çalışanlar ve daha uzun süre veya mesafeyi korumasızın temasta bulunanlar **YAKIN TEMASLI** sayılmaktadır.

Bu ifadeler temas edildiği sırada hasta görünmeyen kişiler için de geçerlidir. Bu nedenle toplumun tüm bireyleri için temas mesafesine ve süresine dikkat etmek önemlidir.

COVID-19 hastalığının bulaşmasını önlemek üzere alınan her türlü önlem **RİSK AZALTMA** ana ilkesine dayanmaktadır.

Bu çerçevede birlikte nefes nefese antrenman yapan, aynı araçla antrenmana gelen vb. bireylerin örneğin yemekte mesafeli oturmaları, otel lobisinde sohbet ederken maske takmaları vb. önlemler bazı kişilere anlamsız, gereksiz, faydasız gelebilir. Ancak **ESAS OLAN RİSKİ AZALTMAKTIR**. Önerileri bu şekilde değerlendirerek mümkün olan tüm zamanlarda bunlara uygun davranmak hepimizin sağlığı için faydalı ve gereklidir.

Bu temel bilgilere dayanarak takımlarımızın kendileri için hazırlanmış aşağıdaki önlemlere uyması önemle rica olunur.

PLAY-OFF KAFİLESİNİN OLUŞTURULMASI

- Mümkünse ilk toplanmadan itibaren TFF Futbola Dönüş Protokolüne uygun biçimde PCR testleri yapılmalı, tesisler başta olmak üzere tüm çalışma ortamlarında protokole uygun davranılmalıdır.
- Takımlar seyahat gününden en çok 2 gün önce play-off kafilesinde yer alması planlanan kişilerin tümüne PCR testlerini yaptırmalıdır.
- Test raporlarının testi yapan kurumun yetkilisi tarafından imzalanmış, varsa pozitif kişileri de gösterecek biçimde tam orijinal listesi kargo ile, ayrıca excel dosyası olarak e-posta ile TFF'ye iletilmelidir.
- Kafilede sadece test sonucu "negatif" olan kişiler yer alabilir.
- Sonucu pozitif çıkanların kafile ile ilişkisi hemen kesilir, yapılacak işlemler başvuracakları sağlık kurumu veya bağlı buldukları aile hekimi aracılığıyla Sağlık Bakanlığımızın pozitif vaka yönetim süreçlerine göre düzenlenir. İmkân olan durumlarda diğer kişilere seyahatten 1 gün önce testin tekrarlanması önerilir. Bu özellikle kafilenin geri kalanının sağlığı açısından önemli bir önlemdir.

Hasan Doğan Milli Takımlar Kamp Eğitim Tesisleri Çayağzı Köyü Riva, Beykoz - İstanbul / Türkiye

Tel: +90 (216) 554 51 00 - 554 51 01 - Fax: +90 (216) 319 19 58 - +90 (216) 319 19 59

www.tff.org

SPOR TOTO



TURKCELL

Mercedes-Benz

arçelik

TURKISH AIRLINES

DenizBank



www.tff.org



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

Turkish Football Federation

SEYAHAT

Otobüs:

- Antalya'ya otobüs ile seyahat edecek veya havaalanı transferi vb. için kısa süreli de olsa otobüsle seyahat edecek takımlarımızın otobüslerinin kendileri kullanmadan (tercihen en az bir gün) önce dezenfeksiyon kurallarına uygun biçimde temizlenmiş olması gerekmektedir.
- Uzun yol için şoför ve varsa diğer otobüs personelinin PCR testleri mutlaka yaptırılmalı, kısa mesafeli ve kulübün kontrolünde olmayan durumlarda mümkünse bu ilgili firmadan talep edilmeli, imkân olmayan durumda bu kişilerle azami mesafe korunmalıdır.
- Araç içinde ideal olan çapraz ve her sırada 1 kişi olacak biçimde ya da 1 sıra atlanarak aynı sırada cam kenarlarında oturulmasıdır. Bu düzende kafilenin tamamının 1 otobüse sığması mümkün değildir. Bu ideal düzenin mümkün olmadığı durumda kafilenin olabildiğince bölünerek ve kişiler arası mesafenin mümkün olan en uzak biçimde konumlanacağı bir oturma düzeninde seyahat edilmesi, ve araç içinde mutlaka maske kullanılması gereklidir.
- Özellikle uzun yolculuk yapılan araçların içinde hava akımı olacak biçimde havalandırma yapılmalıdır. Aircondition vb. soğutucular kullanılması şart olan durumlarda bu cihazların havayı dışarıdan alacak biçimde ayarlanmaları şarttır. Hızlı soğutma, ekonomi vb. nedenlerle de olsa bu cihazların HİÇBİR koşulda içerideki havayı tekrar içeri verecek biçimde kullanılmasına izin verilmemelidir.
- Araç içindeki kişilerde şahsi ya da genel kullanım için el antiseptiği bulunmalı, zaman zaman ve yüzeylerle temas edildikçe kullanılmalıdır.
- Seyahat sırasında mümkünse mola verilmemelidir.
- Seyahat edenlerin yiyecek içecek ihtiyaçları mümkünse seyahat öncesi temizlik kurallarına uyarak hazırlanmış kapalı kumanyalar ile karşılanmalıdır.
- Tuvalet ihtiyaçları için mümkün olduğunca az kişi tarafından kullanılan, temiz mekânlar tercih edilmeli, kapalı alanlara girişte mutlaka maske takılmalı, önce ve özellikle tuvalet çıkışında eller mutlaka yıkanarak, imkân olmayan durumda antiseptik kullanımı ile el temizliğine azami özen gösterilmelidir.
- Mola vermek gereken durumlarda halka açık çok bilinen yol üstü tesisleri yerine açık havada ve başka kişilerin olabildiğince bulunmadığı yerler, park alanları vb. tercih edilmelidir.
- Bir tesiste mola verilmesi kaçınılmaz olan durumlarda Turizm Bakanlığı tarafından verilen "Güvenli Turizm Sertifikası"na sahip tesisler tercih edilmelidir.
- Mola verilecek tesis önceden planlanmalı, tesis ile irtibata geçilerek şartlar hazırlanmalı, bu tesiste yemek yenecekse yemek takım için özel olarak hazırlanacak mesafeye özen gösteren bir alanda yenmeli ve önceden sipariş edilmiş yemek en kısa sürede yenilerek kalkılmalıdır. Diğer ihtiyaçlar için de tesiste olabildiğince kısa kalınmalı, tesisi kullanan diğer kişilerle olabildiğince az temas edilmeli, maske ve el temizliğine azami özen gösterilmelidir.
- Yolda namaz kılmak üzere durulması gerekiyorsa bu mola açık alanda verilmeli, mesafeye dikkat edilmeli, mescid, cami gibi kapalı alanlar tercih edilmemelidir.

Hasan Doğan Milli Takımlar Kamp Eğitim Tesisleri Çayağzı Köyü Riva, Beykoz - İstanbul / Türkiye

Tel: +90 (216) 554 51 00 - 554 51 01 - Fax: +90 (216) 319 19 58 - +90 (216) 319 19 59

www.tff.org

SPOR TOTO



TURKCELL

Mercedes-Benz

arçelik

TURKISH AIRLINES

DenizBank



www.tff.org



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

Turkish Football Federation

Uçak:

- Havaalanına girişten başlayarak alan içinde maske sürekli takılmalıdır.
- Havaalanına giriş kontrollerinden sonra ilk fırsatta eller yıkanarak veya antiseptik solüsyonla temizlenmelidir.
- Havaalanı ve uçakta bulunulan süre boyunca eller sık sık temizlenmelidir.
- Uçakta mümkünse takım halinde ve diğer yolculardan olabildiğince ayrı oturabilmek faydalı olacaktır. Uçağa kayıt ve koltuk seçimi ("Check-in") sırasında hatta mümkünse bilet alma aşamasında oturma yerlerinin ayarlanması faydalı olacaktır.
- Uçakta hasta bir yolcu olduğu uçuş sırasında veya daha sonra tespit edilirse hasta takibi süreçleri koltuk numarasına göre yapılmakta, yakın koltuklarda oturanlar takibe alınmaktadır. Bu nedenle yer değiştirilmemesi önemlidir.
- Uçuş boyunca maske takılması gereklidir.

KONAKLAMA

- Konaklanacak otel, tatil köyü vb. tesis Turizm Bakanlığı tarafından verilen "Güvenli Turizm Sertifikası"na sahip olmalıdır.
- Mümkünse kafile üyeleri tek kişilik odalarda konaklamalıdır. Kısmen veya tamamen bunun mümkün olmadığı durumlarda maksimum 2 kişilik odalarda konaklanması uygun olacaktır. Bu durumda odada kalan kişiler belirlendikten sonra oda veya kişi değişikliği yapılmaması, bulaşmayı önlemek açısından önemlidir.
- **Konaklama tesisi ile önceden irtibata geçilerek** aşağıdaki konularda netlik kazandırılması sağlanmalıdır:
 - Mümkünse bir kat ya da bölümün tamamen takıma ayrılması
 - Mümkünse asansör gerektirmeyecek katlarda konaklanması (gerek varsa asansörlerin kafile üyelerin tarafından zorunlu haller dışında kullanılmaması önemlidir)
 - Masaj-Tedavi odalarının oyuncularla aynı katta veya koridorda olması
 - Malzeme(ci) odasının oyuncularla aynı katta veya koridorda olması
 - Tüm otel çalışanlarının maske takması
 - Otelin tüm alanlarına el antiseptiği konulması
 - Odaların önceden temizlenerek takımın kullanımından önce mümkünse en az 1 gün boş tutulması
 - Odalara özellikle talep edilmedikçe temizlik dâhil hiçbir otel çalışanının girmemesi
 - Tüm odalara ekstra – yüz ve banyo havlusu (konaklama süresince oda temizliği olabildiğince az yapılacağı için)
 - Tüm odalara cam veya porselen bardağa ilave olarak karton bardak bırakılması
 - Oda servisi yapılmaması
 - Oyuncu katında/bölümünde personel veya temizlik görevlilerinin dolaşmaması

Hasan Doğan Milli Takımlar Kamp Eğitim Tesisleri Çayağzı Köyü Riva, Beykoz - İstanbul / Türkiye

Tel: +90 (216) 554 51 00 - 554 51 01 - Fax: +90 (216) 319 19 58 - +90 (216) 319 19 59

www.tff.org

SPOR TOTO



TURKCELL

Mercedes-Benz

arçelik

TURKISH AIRLINES

DenizBank



www.tff.org



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

Turkish Football Federation

- Mümkünse takıma açık veya kapalı özel bir yemek alanı ayrılması. Değilse; restoran kapsamında olabildiğince havadar ve izole bir alanın sağlanması, yemek alanının önceden rezerve edilmesi, bu alanda oturma düzeninin sosyal mesafeye uygun biçimde aralıklı düzenlenmesi.

- Otele kafile üyelerinin ziyaretçilerinin doğrudan alınmaması, zaruri görüşmelerin bireysel olarak takımın kullanım alanları dışında yapılması.

- Takımın kullanacağı lobi vb. diğer misafirlerle ortak kullanım alanlarında mümkünse takıma bir alanın rezerve edilmesi ve sadece kafile üyeleri tarafından kullanılması

- Fitness salonunun gerekli olmadıkça kullanılmaması, kullanılacaksa; salonun o gün yeterli süre önce temizliği yapılarak takım kullanana kadar kapalı tutulması.

- Çalışma sırasında mesafeye ve özellikle her kullandıktan sonra aletlerin dezenfektanla silinmesine özen gösterilmesi (Bu alanın otel müşterileri tarafından da kullanılması halinde oyuncular tarafından kesinlikle bireysel olarak kullanılmaması önemlidir).

- Konaklama süresince kafile tarafından SPA, SAUNA, HAVUZ vb. alanların KESİNLİKLE KULLANILMAMASI uygun olacaktır.

Her türlü sorularınız için Bora Şengöz ile irtibata geçebilirsiniz.

Tel: 0 532 4107740

E-mail: borasengoz@tff.org

Tüm takımlarımıza duyarlı, özenli gayretleri, iyi niyetli iş birlikleri için şimdiden teşekkür ediyor; sağlıklı, başarılı bir Play-Off turnuvası diliyoruz.

Saygılarımızla,

Prof. Dr. Ömer TAŞER

Türkiye Futbol Federasyonu

Sağlık Kurulu ve Dopingle Mücadele Kurulu Başkanı

Hasan Doğan Milli Takımlar Kamp Eğitim Tesisleri Çayağzı Köyü Riva, Beykoz - İstanbul / Türkiye

Tel: +90 (216) 554 51 00 - 554 51 01 - Fax: +90 (216) 319 19 58 - +90 (216) 319 19 59

www.tff.org

SPOR TOTO



TURKCELL

Mercedes-Benz

arçelik

TURKISH AIRLINES

DenizBank



www.tff.org