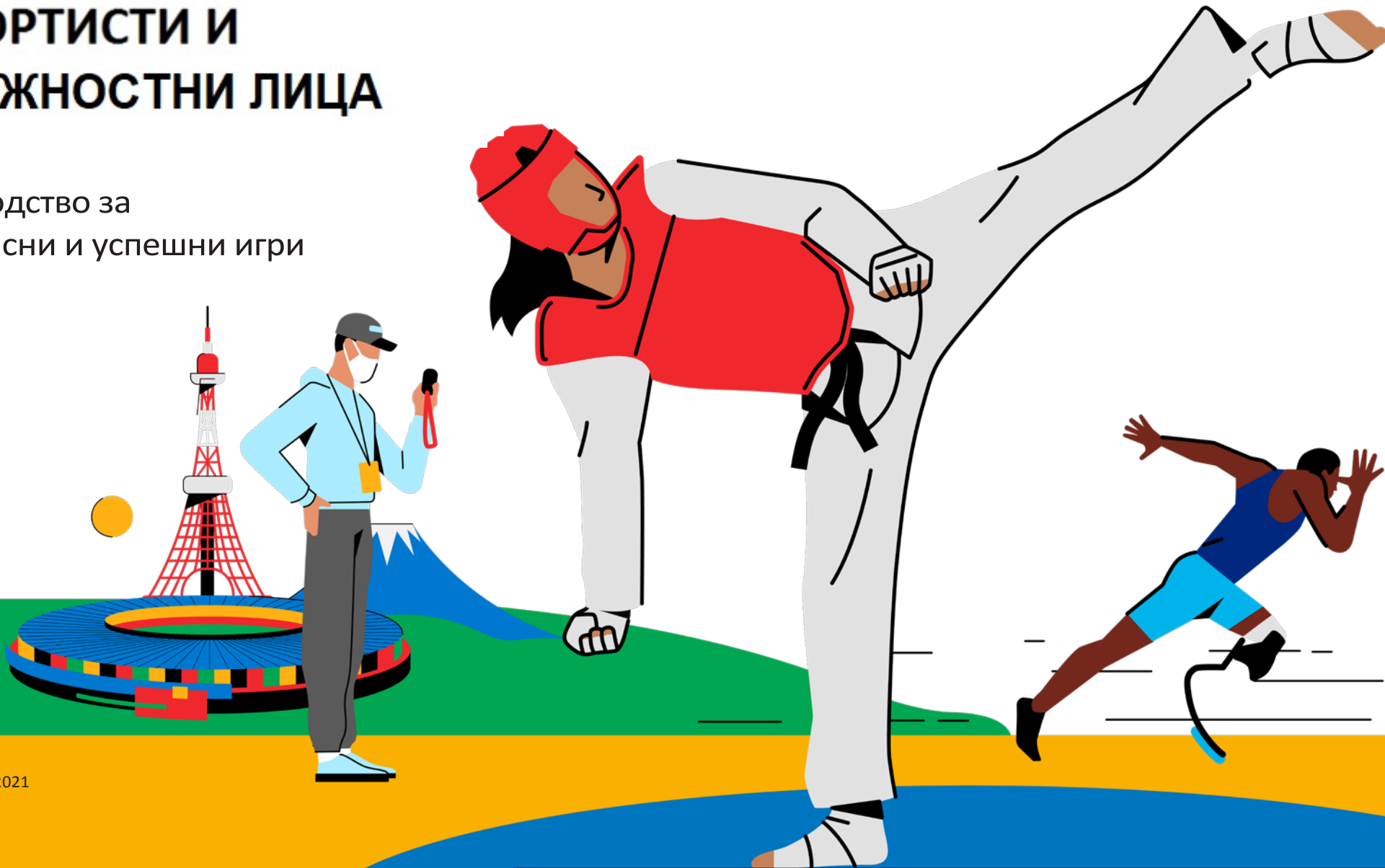
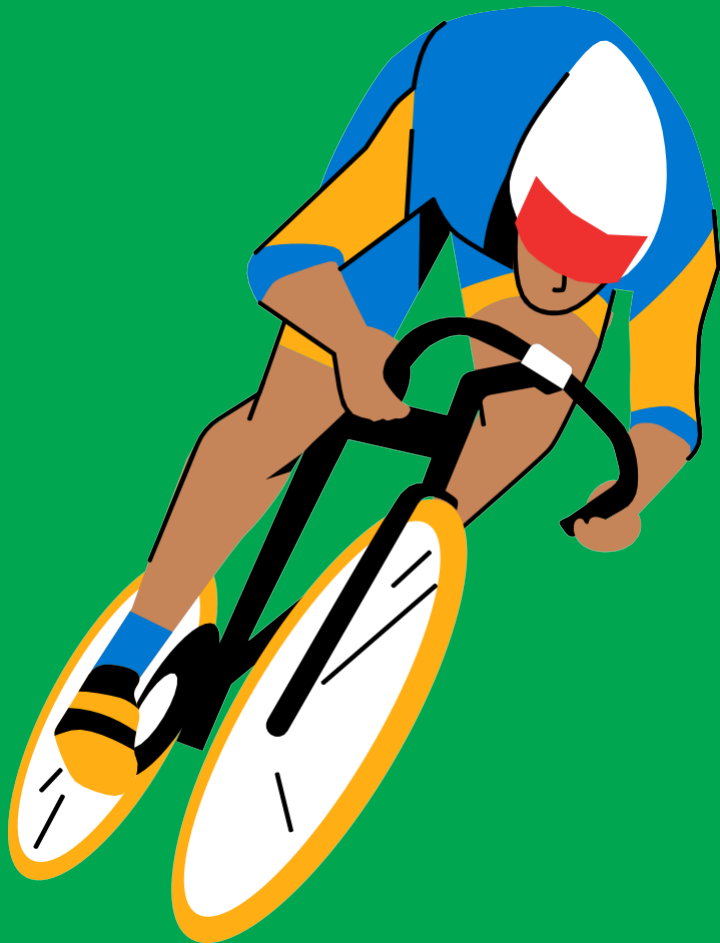


КНИГА ЗА ИГРИТЕ (PLAYBOOK) СПОРТИСТИ И ДЛЪЖНОСТНИ ЛИЦА

Ръководство за
безопасни и успешни игри



ЗА КОГО Е ТОЗИ НАРЪЧНИК?



Спортисти	(Aa)
Резерви	(AP)
Тренировъчни партньори и резервни конегледачи	(P)
Длъжностни лица	(Ao, Ac & P)
Партньор на спортиста в състезанията за паралимпийските игри	(Ab)
Главен лекар на отбора за паралимпийските игри	(Am)
Администрация в олимпийското село	(NOC, NPC)
Придружители на спортистите	(NOC, NPC)

СЪДЪРЖАНИЕ

За кого е този наръчник?	2
По-силни заедно	4
Правила	5-8
Вашето пътуване	
Въведение	10
Преди пътуването	12-16
Влизане в Япония	17-20
На игрите	21-27
Заминаване от Япония	28-29
Допълнителна информация	
Ваксини	31
Спазване и санкции	32



ПО-СИЛНИ ЗАЕДНО



След продължилото по-дълго от предвижданото очакване на Олимпийските и Паралимпийските игри в Токио 2020, сега остават само няколко месеца. Всички ние се сблъскваме с предизвикателства в нашата подготовка - предизвикателства, с които се справяме, докато разработваме планове за едно безопасно и успешно събитие през това лято. Очакваме с нетърпение момента, в който силата на спорта и на игрите ще обедини всички, а спортистите отново ще вдъхновят света. По-силни от всякога, по-силни заедно. За да стигнем дотам, всеки от нас има своята роля. Като съпредседатели на Работната група на Националните олимпийски комитети (НОК) и на спортистите към Координационната комисия това означава, че националните комитети и спортистите трябва не само да получават най-новата информация, но и да запазят гласа на спортиста в центъра на дискусиите и решенията. Здравето и безопасността на всички на игрите е нашият основен приоритет. В продължение на 125 години Олимпийските игри са лъч на надеждата, символ на човешката солидарност. Сега повече от всякога действията, които предприемаме в ежедневието си, могат да имат значителен ефект върху здравето на другите. Ето защо тази Книга за игрите (Playbook) е създадена - за да очертае правилата, които ще позволят на всеки един от нас да допринесе за безопасни и успешни игри.

В духа на нашия баланс между „Права и отговорности“, смятаме, че делегациите на НОК и НПК и спортистите имат право да направят всичко, за да осигурят безопасна среда на Олимпийските игри и Паралимпийските игри, и също така носят отговорност към нашите домакини в Япония и всички участници в игрите да спазват не само официалните правила, но и необходимото поведение. Настоящото ръководство е разработено с цел да подпомогне по най-добър начин вашите функции и потребности.

Ако сте били на игрите преди, знаем, че това преживяване ще бъде различно по редица начини. За всички участници в игрите ще има някои условия и ограничения, които ще изискват вашата гъвкавост и разбиране.

Без съмнение ще имате въпроси. Тази първа версия на ръководството има за цел да предостави основните принципи, които ще ни ръководят, докато продължаваме да изграждаме по-подробни планове - и контекстът, с който ще се сблъскаме, става по-ясен. До април ще бъде публикувана актуализация и тя може да се промени, когато игрите наблизат. Ние ще се погрижим да разполагате с цялата необходима информация възможно най-бързо.

Ние сме #По-силни заедно (#StrongerTogether). Ценностите, които споделяме - върхови постижения, приятелство и уважение - ще ни доведат до безопасни и успешни игри. Ние твърдо вярваме, че ако всеки един от нас се ангажира да следва настоящото ръководство, ще се съберем през лятото за необикновени игри, които с всички основания ще открият в спомените ни. Нашето събиране е символ на надежда за човечеството. Нашето събиране изисква най-доброто у нас. Благодарим Ви и ще се видим на игрите!

Кърсти Ковънтри,

Председател на Комисията на спортистите на МОК и член на Координационната комисия за игрите на XXXII Олимпиада Токио 2020

Робин Мичъл,

Изпълняващ длъжността президент на Асоциацията на националните олимпийски комитети и член на Координационната комисия за игрите на XXXII Олимпиада Токио 2020



ПРИНЦИПИ



СВЕДЕТЕ ДО МИНИМУМ

ФИЗИЧЕСКИЯ КОНТАКТ

COVID-19 се предава чрез заразени капчици, издишани при кашляне, кихане, говорене, викане или пене - и се предава от човек на човек, когато сме в близък контакт. Рисковете от заразяване с COVID-19 нарастват в пренаселени и лошо проветривани пространства и когато сме в близост до носители на COVID-19. Ето защо е важно да се сведат до минимум социалните контакти, да се носи маска и да се избягват пространства, които са затворени, претъпкани или включват близък контакт.

#1



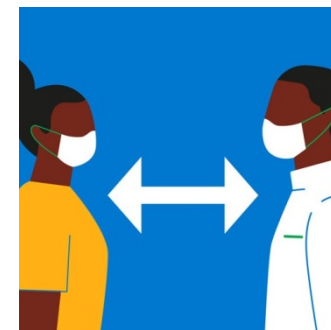
Сведете до минимум физическите контакти с другите.

#2



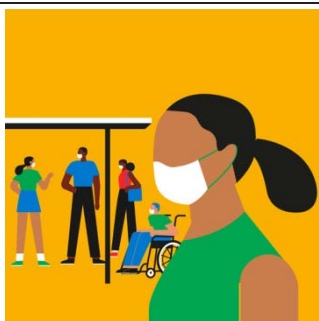
Избягвайте физически контакт, включително прегръдки и ръкостискания.

#3



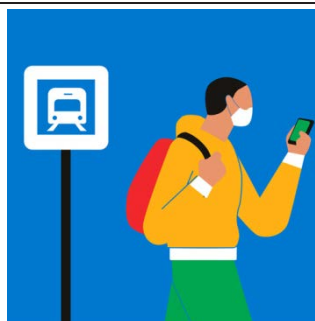
Спазвайте разстояние от два метра от спортистите и поне един метър от останалите, включително в работни пространства.

#4



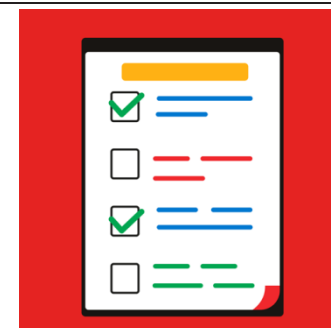
Избягвайте затворени пространства и струпвания на хора, където е възможно.

#5



Използвайте транспортните системи на игрите според вашето собствено ръководство. Не използвайте обществен транспорт, освен ако не е дадено разрешение.

#6



Попълнете и следвайте описаното в плана ви за дейност.

ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

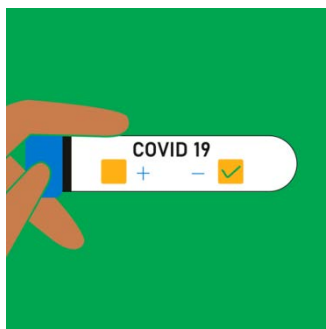
За да се спре разпространението на COVID-19, е жизненоважно да се прекъсне веригата на предаване от човек на човек. Ето защо е важно да се идентифицира чрез тестване кой има вирус COVID-19; да се разбере на кого може да е било предадено заболяването чрез проследяване на контактите; и да се спре по-нататъшното разпространение на вируса чрез изолация и карантина.

#1



Изтеглете японското Приложение за потвърждаване на контакти (COCOA) и приложенияте за смартфон за отчитане на здравословното състояние

#2



Тествайте се и предоставете доказателство за отрицателен резултат преди заминаването си за игрите. Може да бъдете тествани отново при пристигането (в зависимост откъде пристигате.)

#3



Следвайте допълнителните ограничения, които се прилагат през първите си 14 дни в Япония, описани подоробно в собственото ви ръководство.

#4



Ако е необходимо за вашите функции, провеждайте редовни скринингови тестове за COVID-19 по време на игрите.

#5



Направете си тест, ако проявявате симптоми или по препоръка на здравните служби, които проследяват контактните лица.

Мислете за хигиената

COVID-19 може да живее на ежедневни повърхности чрез капчици, издишани от заразен човек. Ако докоснем тези предмети с ръце и след това докосваме очите, носа или устата си, рискуваме да се заразим. Ето защо не трябва да забравяме основите на добрата хигиена:

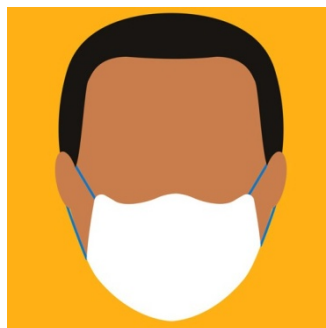
- редовно и старателно да почистваме ръцете си, да дезинфекцираме повърхности, да избягваме да докосваме лицето си и да покриваме устата си, когато кихаме или кашляме.

#1



Мийте ръцете си редовно и използвайте дезинфектанти за ръце, където има такива.

#2



Носете маска по всяко време, освен ако не сте навън и на два метра разстояние от другите.

#3



Кашляйте маската, ръкава или кърпичката си.

#4



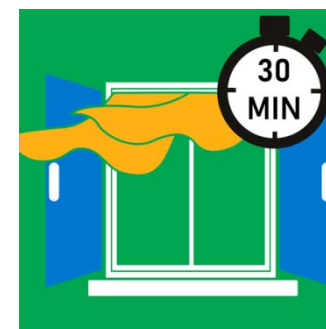
Подкрепете спортистите, като ръкопляскайте, а не пеете или скандирате.

#5



Избягвайте да използвате чужди предмети, когато е възможно, или ги дезинфекцирайте.

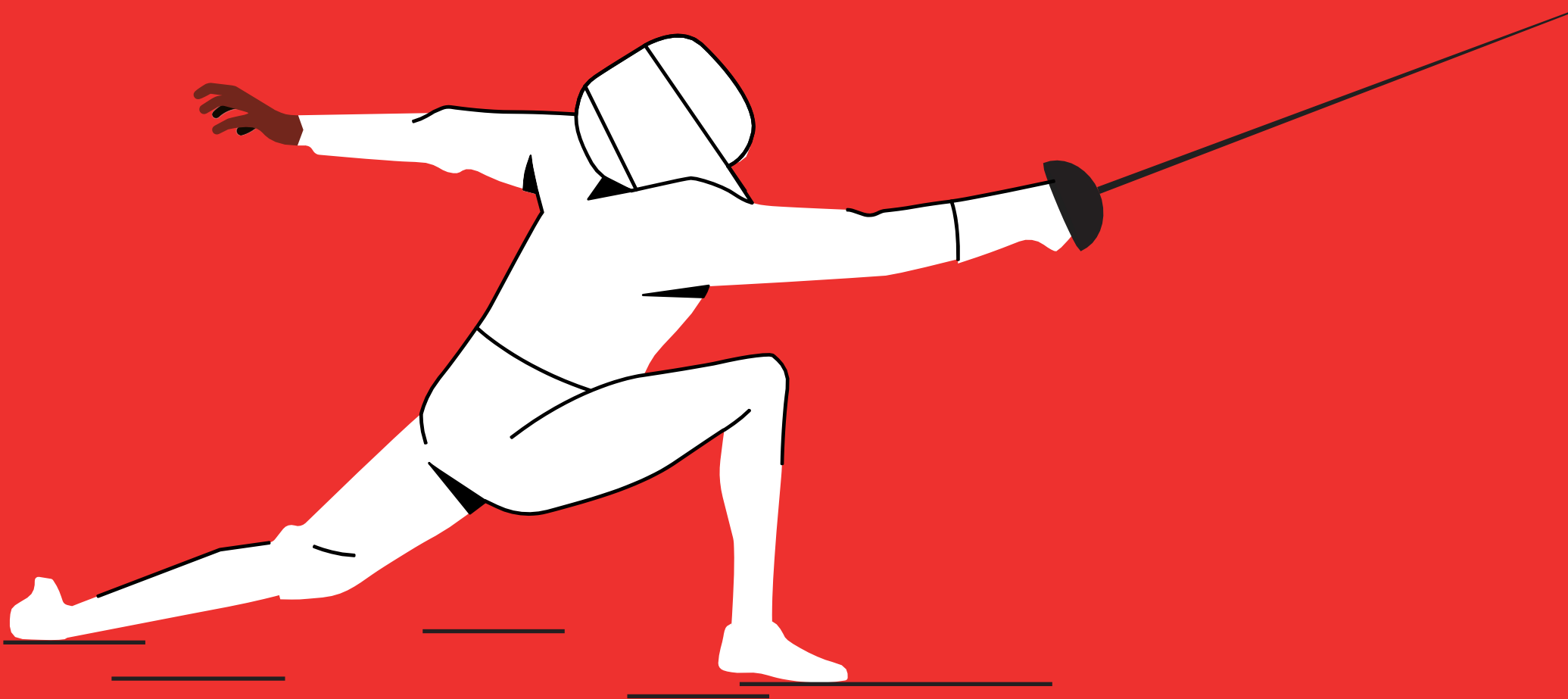
#6



Проветрявайте стаите и общите помещения на всеки 30 минути.



ВАШЕТО ПЪТУВАНЕ



ВЪВЕДЕНИЕ

Ръководствата са в основата на нашия план, с който да гарантираме, че всички участници в Олимпийските и Паралимпийските игри и японския народ ще останат в безопасност и здрави това лято. Те са разработени съвместно от Токио 2020, Международния олимпийски комитет (МОК) и Международния паралимпийски комитет (МПК). Те се основават на обширната работа на Работната група на всички партньори, която включва също Световната здравна организация, правителството на Япония, общинската управа на Токио, независими експерти и организации от цял свят. Настоящото ръководство определя отговорностите на спортистите и длъжностните лица и трябва да се разглежда заедно с по-широка информация, получена от вашия Национален олимпийски комитет (НОК)/Национален паралимпийски комитет (НПК). Правилата се прилагат по един и същи начин за всеки спортист и длъжностно лице, независимо от вашия спорт или къде живеете - точно както се прилагат по отношение на всички останали участници в игрите. Моля, отделете време, за да се запознаете с плановете, стъпките, които трябва да предприемете, и правилата, които трябва да следвате - започвайки 14 дни преди пътуването и през целия период на престоя си в Япония. От решаващо значение е да поемете лична отговорност

за участието си в плана. Като спортисти и длъжностни лица вие ще зададете стандарта.

Ако вече живеете в Япония, моля, помислете как тази информация се отнася за вас, докато се подготвяте за игрите.

ВАЖНА ИНФОРМАЦИЯ:

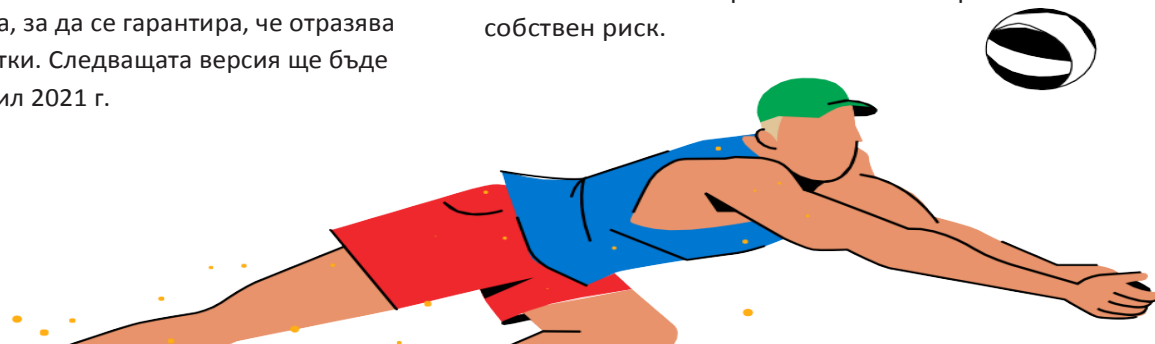
Всеки НОК/НПК ще бъде помолен да назначи служител за връзка по въпросите на COVID-19. Тези лица ще бъдат вашият ключов контакт по всички въпроси, свързани с COVID-19. Те също така ще бъдат контакт за МОК/МПК, Токио 2020 и японските здравни власти. Служителят за връзка по въпросите на COVID-19 ще отговаря за това да се запознаете и спазвате настоящото ръководство и ще получи подробни указания, свързани с неговите функции.

Настоящото ръководство ще бъде актуализирано според изискванията, за да се гарантира, че отразява най-новите разработки. Следващата версия ще бъде публикувана до април 2021 г.

МОЛЯ, ОБЪРНЕТЕ ВНИМАНИЕ:

Това ръководство е написано в съответствие с настоящото схващане на МОК, МПК и Токио 2020. В бъдеще може да се наложи да се направят допълнителни промени в някои контрамерки в сътрудничество с правителството на Япония и общинската управа на Токио (TMG), за да се гарантира, че промяната на условията и разпоредбите в Япония може да бъде напълно взета под внимание. Това може да означава, че бъдещите версии на ръководството могат да включват повече ограничения от изброените понастоящем.

Вярваме, че изложените мерки ще смекчат всички рискове и въздействия, свързани с участието в игрите, и разчитаме изцяло на вашата подкрепа за спазването им. Въпреки всички положени грижи, рисковете и въздействията може да не бъдат напълно елиминирани и поради това се съгласявате да присъствате на Олимпийските и Паралимпийските игри на свой собствен риск.



ПРАВИЛА ПО ВРЕМЕ НА ЦЯЛОТО ПЪТУВАНЕ

ПРЕЗ ЦЯЛОТО ВРЕМЕ

- Сведете физическия контакт с другите до минимум
- Спазвайте 2 метра дистанция от спортистите и 1 метър дистанция от останалите
- Избягвайте затворени пространства и струпвания на хора, където е възможно
- Използвайте транспортните системи на игрите според вашата собствена Книга за игрите. Не използвайте обществен транспорт, освен ако не е дадено разрешение.
- Следвайте добра хигиенна практика - включително редовно миене на ръцете и носене на маска за лице.
- Подгответе се да бъдете проверени (ако е необходимо за вашето участие) и тествани за COVID-19 на различни интервали по време на пътуването ви
- Уверете се, че имате достатъчно маски за лице, които да стигнат за целия ви престой в Япония

1 ПРЕДИ ПЪТУВАНЕТО

- Пътуването ви започва 14 дни преди заминаването за Япония
- Уверете се, че имате съответната документация (карта за предварителна акредитация (PVC) или виза и сертификат за отрицателен тест за COVID-19) на място
- Попълнете план за дейността си през първите 14 дни от престоя ви в Япония
- Изтеглете, инсталирайте и се регистрирайте в Приложението за потвърждаване на контакти (COCOA) и приложенията за смартфон за отчитане на здравословното състояние. Наблюдавайте здравословното си състояние ежедневно 14 дни преди пътуването до Япония
- Съставете списък с всички хора, с които очаквате да имате близък контакт по време на престоя ви в Япония
- Направете си тест за COVID-19 в рамките на 72 часа преди часа на полета ви за Япония и пътувайте само ако тестът е отрицателен

2 ВЛИЗАНЕ В ЯПОНИЯ

- Представете на имиграционните власти своята карта PVC, OIAC/PIAC или виза, и доказателство за отрицателен тест за COVID-19
- Бъдете готови да си направите тест за COVID-19 при влизането си в Япония
- Когато пристигнете, се придвижете бързо през летището и сведете дейностите си до минимум

3 НА ИГРИТЕ

- Участниците ще бъдат проверени (ако е необходимо за вашето участие) и тествани за COVID-19 на различни интервали по време на пътуването им
- Трябва да си направите тест и да се изолирате, ако проявявате симптоми или по препоръка на здравните служби, които проследяват контактните лица.
- Следвайте само дейностите, описани в 14-дневния план за дейността
- Подкрепете спортистите, като ръкопляскате, а не пеете или скандирате
- Възможно е да се прилагат специфични правила за вашето участие, спорт и на определени места

4 НАПУСКАНЕ НА ЯПОНИЯ

- Запознайте се с най-новите изисквания за влизане във вашата държава на пристигане, както и за всички държави, през които ще преминете транзитно
- Бъдете готови да си направите последен тест за COVID-19 преди заминаването, ако е необходимо



ПРЕДИ ПЪТУВАНЕТО

Вашето пътуване не започва на летището. Още отсега се уверете, че отделяте време, за да прочетете и разберете напълно най-новата версия на ръководството, когато го получите. Ако имате някакви въпроси, свържете се НОК/НПК или със служителя за връзка по въпросите на COVID-19* (след като бъде назначен) своевременно преди игрите.

Правилата в настоящото ръководство се прилагат 14 дни преди пътуването. Важно е да възприемете правилния начин на мислене през този период.

* Повече указания за функциите на служителя за връзка по въпросите на COVID-19 ще бъдат на разположение, когато бъдат потвърдени, не по-късно от актуализацията на настоящото ръководство до април 2021 г.



Прочетете внимателно ръководството

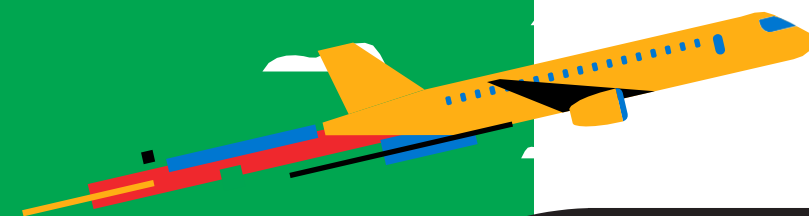
Преди да пътувате, потвърдете, че сте прочели и разбирате ръководството и че сте съгласни с правилата. Вижте „Спазване и санкции“, страница

От вас ще се изисква застраховка за медицинско лечение и репатриране, покриваща целия период на престоя ви в Япония.

- За спортисти и длъжностни лица Токио 2020 ще осигури тази застраховка само за периода между датите за откриване и закриване на олимпийското село. Тази застраховка покрива само разходите, направени в Япония.

Ако посещавате тренировъчен лагер преди игрите в Япония или програма за обмен в града-домакин след игрите:

- Прочетете и разберете Ръководството за прием на града-домакин, което ще опишете допълнителни местни мерки
- Вашият НОК/НПК трябва да потвърди съгласието си с тези мерки поне един месец преди заминаването
- По принцип обхватът на дейностите е ограничен до помещения за настаняване и тренировъчни съоръжения. Общественият транспорт не може да се използва, освен ако не бъде дадено разрешение.



ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

- **Уверете се, че имате предварително валидна карта (PVC)** (която ще бъде потвърдена във вашата олимпийска карта за самоличност и акредитация (OIAC) / паралимпийска карта за самоличност и акредитация (PIAC). **В противен случай може да ви е необходима виза за влизане в Япония.**
- **Попълнете план за дейност* за първите 14 дни от престоя ви в Япония**, който ще трябва да споделите с японските власти. Той трябва да включва:
 - Всички ваши планирани дейности
 - Къде ще пътувате - ограничено до официалните олимпийски обекти, вашето място за настаняване и ограничени допълнителни локации, както е определено от „Списък на дестинациите и движението“. Вижте „На игрите“, страница 21-27
 - Как ще пътувате?
 - Къде ще отседнете?

* Повече подробности за плана за дейност (включително образец) ще бъдат предоставени при потвърждаване, не по-късно от актуализацията на това ръководство през април 2021 г.

Уверете се, че сте запознати с най-новата информация за тестване на COVID-19 и със сертификатите, необходими на авиокомпанията, за всички транзитни страни и за влизане в Япония.

[Вижте съветите на японското правителство.](#)

- **Изтеглете, инсталирайте и се регистрирайте** в Приложението за потвърждаване на контакти (COCOA) и приложенията за смартфон за отчитане на здравословното състояние.
Вижте „Допълнително приложение - Приложения за смартфони“
- **Следете ежедневно здравословното си състояние в продължение на 14 дни, преди да пътувате до Япония**
 - Мерете и записвайте температурата си ежедневно
 - Проследявайте активно личното си здравословно състояние всеки ден (например телесна температура и други симптоми на COVID-19). Отчетете резултатите в приложението за отчитане на здравословното състояние. До тази информация ще имат достъп японските здравни власти, Токио 2020 и вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19 според съответните закони и разпоредби относно защитата на личната информация (подробности за потвърждаване).

ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

- **Ако имате симптоми на COVID-19 през 14-те дни преди заминаването**
 - Не пътувайте до Япония
 - Информирайте вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19, който ще ви разясни следващите стъпки. [Вижте насоките на СЗО относно симптомите на COVID-19](#)
- **Направете си тест, одобрен от японското правителство**, в рамките на 72 часа преди полета до Япония (първи полет, ако сте по непряк маршрут)
 - Понастоящем одобрените видове тестове (слюнка или тампон с проба от нос и/или гърло) са PCR в реално време, тест за амплификация на нуклеинови киселини (LAMP) и антигенен тест (CLEIA)
 - Обмислят се и мерки за гарантиране на автентичността на сертификатите
- **Ако тестът ви за COVID-19 е отрицателен:**
 - Вземете сертификат за отрицателен тест за COVID-19
 - Бъдете готови да представите отрицателния си резултат от теста на японските имиграционни власти, когато пристигнете в Япония.
 - Може да бъдете помолени да изпратите своя отрицателен резултат от теста чрез приложението за отчитане на здравословното състояние.
- **Ако тестът ви за COVID-19 е положителен:**
 - Незабавно започнете самоизолация в съответствие с местните правила
 - Информирайте вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19, който ще запише симптомите ви, резултатите от теста и близките ви контакти, както и ще информира организаторите и ще договори следващите стъпки.

СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ

- **Сведете физическия си контакт с други хора до минимум** през 14-те дни, преди да пътувате до Япония.
- **Подгответе списък с всички хора, с които очаквате да имате близък контакт*** по време на престоя си в Япония, например вашият съквартирант, треньор, физиотерапевт, непосредствените членове на вашия екип
- Списъкът ще бъде предоставен и утвърден от вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19, който ще го използва, за да помогне при проследяването на контакти, ако е необходимо.
- Повече указания за близки контакти ще бъдат на разположение, когато бъдат потвърдени, и в актуализацията на това ръководство през април 2021 г.

ХИГИЕНА

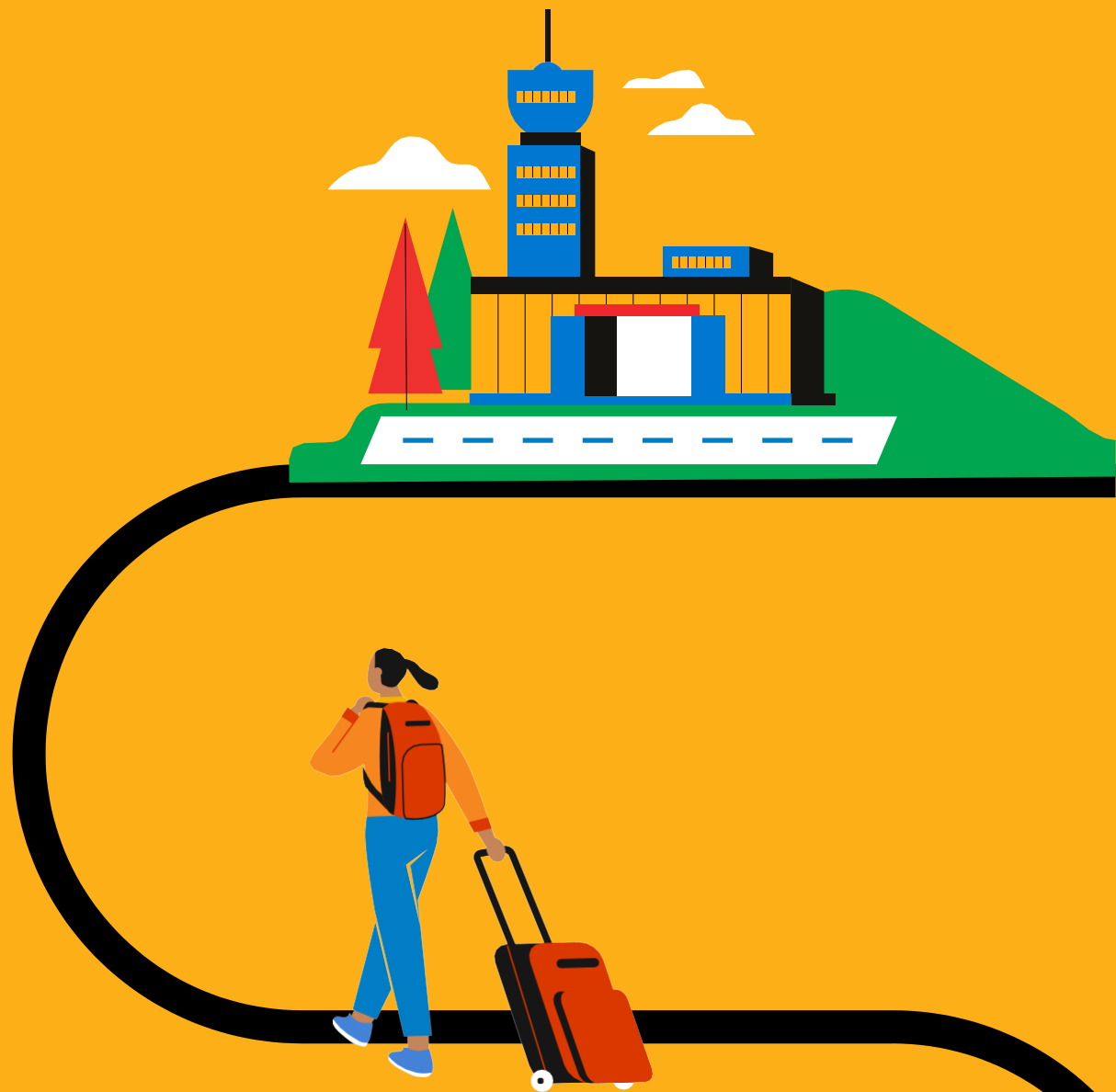
- **Следвайте добра хигиенна практика** - включително редовно миене на ръцете или използване на дезинфектант за ръце, и носене на маска за лице.
 - **Уверете се, че имате достатъчно маски за лице, които да стигнат за целия ви престой в Япония.** Всеки е отговорен за собственото си запасяване.
 - **Следвайте препоръките на СЗО** относно носенето на маска
 - **Ако използвате маски от плат,** уверете се, че те могат да се перат редовно при високи температури, с поне два, а в идеалния случай с три слоя:
 - Вътрешен слой от абсорбиращ материал, като памук
 - Среден слой от нетъкан материал, като полипропилен
 - Външен слой от неабсорбиращ материал, като полиестер или полиестерна смес.
- **Забележка:** Трябва да смените маските си веднага щом се овлажнят и да ги перете веднъж на ден. Може да използвате повече маски от обикновено при горещо и влажно време.
- Моля, имайте предвид и насоките, свързани с брандирането на маските за лице. [Вижте насоките на СЗО за носенето на маска](#)
- **Проверете препоръките на производителя и здравния сертификат на продукта.**

ПРИ ПРИСТИГАНЕ В ЯПОНИЯ

Когато пристигнете, трябва да спазвате следните протоколи на летището и за следващото си пътуване.

През цялото време на пребиваване в Япония трябва да се спазват физическа дистанция и добри хигиенни мерки. През първите 14 дни от посещението ви се прилагат и допълнителни правила.

Подгответе вашата карта за предварителна акредитация (PVC), която ще бъде валидирана в Олимпийската карта за самоличност и акредитация (OIAC) или Паралимпийската карта за самоличност и акредитация (PIAC), която е необходима за влизане в Япония.



ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

- **Бъдете готови да представите на имиграционните власти:**

- Вашата PVC, OIAC/PIAC карта или виза, заедно с вашия паспорт или друго свидетелство за пътуване, свързани с вашата PVC/виза.

- Доказателство за вашия отрицателен тест за COVID-19, направен в рамките на 72 часа след заминаването ви.

- **Бъдете готови да си направите тест за COVID-19, когато пристигнете в Япония**

- В зависимост от страната, от която сте пътували, и къде сте били през последните 14 дни, този тест може да се направи на летището. Ако не, то ще се проведе или в олимпийското и паралимпийско село, или във вашия тренировъчен лагер преди игрите

- **Ако посещавате тренировъчен лагер** преди игрите, ще бъдете тествани отново за COVID-19 три дни преди да пристигнете в олимпийското и паралимпийското село. Това ще бъде организирано от властите в града-домакин.

Ако резултатът от теста ви е потвърдено

положителен, трябва да се изолирате* в

съответствие с инструкциите на японските здравни власти, което може да е в одобрено от правителството изолационно заведение.

- **Ако имате някакви симптоми на COVID-19**

- Незабавно информирайте вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19. Те ще се консултират с Токио 2020 или с властите в града-домакин на вашия тренировъчен лагер преди игрите, според случая.

* Повече указания за изолацията ще бъдат на разположение при потвърждение, не по-късно от актуализацията на това ръководство през април 2021 г.

СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ

Следвайте инструкциите на Токио 2020 и вашия НОК/НПК и се придвижете възможно най-бързо през летището

- **Не спирайте за посещения в магазини или ползване на услуги**, различни от гишетото за валидиране на акредитацията (ако имате PVC)

- **Използвайте специалните коридори за игрите**, осигурени на летищата, за да сведете до минимум контактите с другите.

- **Следвайте указанията на вашия НОК/НПК** относно престоя ви в олимпийското и паралимпийското село. Той ще бъде планиран в съответствие с политиката „Период на престой“ и ще сведе до минимум контактите с други групи.

- **Използвайте само специализираните превозни средства на игрите** - не използвайте обществен транспорт.

Можете да пътувате по въздух и с железопътен транспорт (влакове-стрели), за да пътувате до и от вашия тренировъчен лагер преди игрите, ако няма други опции.

- Поддържайте дистанция от останалите пътници в съответствие с разположението на седалките, като например да оставите празни места между себе си и другите.

- Ако използвате частно превозно средство, което не е част от официалния парк на игрите, не забравяйте да спазвате правилата в ръководството.



Фактори, които трябва да бъдат взети под внимание за параолимпиадата

- Ако използвате инвалидна количка или друго устройство за мобилност, което може да се управлява от друго лице при определени обстоятелства (например персонал на авиокомпанията по време на пътуване), редовно дезинфекцирайте съответните повърхности с хигиенизиращи кърпички.

ПО ВРЕМЕ НА ИГРИТЕ

През цялото време на пребиваване в Япония трябва да се спазват физическа дистанция и хигиенни мерки с оглед на безопасността и здравето на всички. Допълнителни правила се прилагат и през първите 14 дни от престоя ви.

Вие носите отговорност за активното наблюдение и докладване на вашето лично здравословно състояние всеки ден чрез приложението за отчитане на здравословното състояние.

Тестването е от решаващо значение за минимизиране на заразяването: използва се за общ скрининг и за тези, идентифицирани като близък контакт на положителен случай; както и за диагностика за онези, които имат симптоми на COVID-19.



ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

- **Следете активно** личното си здравословно състояние всеки ден (например телесна температура и други симптоми на COVID-19). Отчетете резултатите в приложението. Вижте „Допълнително приложение - Приложения за смартфони“
 - **Ще бъдете тествани*** за COVID-19 поне на всеки четири дни по време на престоя ви на игрите
 - Времето и честотата на тестване могат да бъдат нагласени в зависимост от вашия спорт и състезателен график
 - Тестовите ще се провеждат в специалното съоръжение в олимпийското и паралимпийско село или в определени съоръжения за спортисти, отседнали в сателитни селища (или място за настаняване на колоездачи паралимпийци)
 - Ако отседнете в неофициално място за настаняване, ще трябва да отидете в олимпийското и паралимпийското село, за да бъдете тествани.
 - Резултатите ще бъдат обработвани своевременно и ефективно и ще бъдат тълкувани, като се вземе предвид индивидуалното здравословно състояние.
 - Конкретните протоколи за тълкуване на резултатите в сложни случаи ще бъдат разработени от Консултативната експертна група за резултатите (RAEG). Тази група може също да бъде свикана за тълкуване на сложни случаи.
 - **Ще можете да резервирате тестването си чрез уеб система***, предоставена от Токио 2020
 - **Ако имате потвърден положителен тест за COVID-19 по време на игрите**
 - Незабавно се изолирайте* и уведомете вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19
 - От вас ще се изисква да продължите изолацията или ще бъдете хоспитализирани. Няма да ви бъде позволено да се състезавате.
 - Местоположението (което може да е в одобрено от правителството изолационно заведение) и продължителността на периода на вашата изолация ще бъдат определени от японските здравни власти в зависимост от тежестта и симптомите на инфекцията.
 - Ще бъдете освободени от изолацията в съответствие с указанията за освобождаване в Япония.
 - Вашият служител за връзка по въпросите на COVID-19 ще прегледа дейностите ви, включително тези, при които сте имали близък контакт, и посетените обекти на игрите от два дни преди първия симптом или час на теста до момента, в който сте започнали изолацията.
 - Те ще работят с японските здравни власти и Токио 2020, за да определят допълнителни мерки като дезинфектиране на определени пространства.
 - Вашите близки контакти ще бъдат информирани и ще трябва да следват допълнителни инструкции от японските здравни власти и организаторите от Токио 2020.
- * Повече информация за тестването (включително време, съобщаване на резултатите и местоположенията), уеб системата и изолацията ще бъде на разположение след потвърждение, не по-късно от актуализацията на това ръководство през април 2021.

ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

- **Ако сте в близък контакт с някой, който има положителен тест за COVID-19 по време на игрите**

- Ще бъдете информирани чрез приложението СОСОА и / или ще бъдете повикани за тестване от вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19

- Вашият служител за връзка по въпросите на COVID-19 ще се свърже с вас относно следващите стъпки

- Отидете за тестване веднага след получаване на известието

- Вашият тест ще се проведе в определена зона в олимпийското и паралимпийското село

- Изчакайте в посочената зона, докато получите резултата от теста си. Понастоящем Токио 2020 се координира с японските здравни власти, за да гарантира, че отрицателният резултат от теста ще ви позволи да се състезавате, както е планирано.

- **Подгответе се да проверявате температурата си всеки път, когато влизате в олимпийски обекти**

- Ако отбелязали температура от 37,5 градуса по Целзий или по-висока, тя ще бъде проверена за втори път за потвърждение.

- Ако отново отбележите температура от 37,5 градуса по Целзий или по-висока, няма да имате право да влизате в олимпийски обекти.

Уведомете вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19 и следвайте инструкциите. Ще бъдете отведени в изолационна зона, за да изчакате по-нататъшни мерки.

* Повече подробности за проверките на температурата в олимпийските обекти ще бъдат на разположение след потвърждение, но не по-късно от актуализацията на това ръководство през април 2021 г.

- Ако имате някакви симптоми на COVID-19 по време на престоя си, незабавно се свържете с вашия служител за връзка по въпросите на COVID-19, който ще ви обясни следващите стъпки. [Вижте указанията на СЗО за симптомите](#)

- Ако сте на в олимпийски обект, ще бъдете отведени до медицинската станция за провеждане на здравен преглед

- Ако се смята, че страдате от COVID-19, ще бъдете транспортирани до Клиника за амбулаторни пациенти в олимпийското и паралимпийско село (или друго определено медицинско заведение), за да получите тест за COVID-19.

- Трябва да изчакате там, докато получите резултата от теста си.

СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ

- **Ограничете максимално контакта си с други хора**
- **Пазете разстояние от два метра от другите**
 - Може да има моменти, когато разстоянието между вас и другите е по-малко от два метра, например на полето за игра (FOP) и в зоните за подготовка. Токио 2020, IOC/IPC и IFs ще разработят и приложат необходимите контрамерки*
 - **Поддържайте актуалния си списък с близки контакти**
- **Използвайте само специализираните превозни средства на игрите.** Не използвайте обществен транспорт, освен ако не сте получили разрешение
 - Можете да пътувате по въздух и с железопътен транспорт (влакове-стрели), ако няма други възможности за пътуване до и от отдалечени места
 - Поддържайте дистанцията от останалите пътници, в съответствие с разположението на седалките, като например да оставите празни места между себе си и другите
 - Ако използвате частно превозно средство, което не е част от официалния парк на игрите, не забравяйте да спазвате правилата, описани в това ръководство.
- **Напускайте олимпийското и паралимпийското село (или друго определено място за настаняване), само за да извършвате дейностите, описани в 14-дневния ви план за дейности.**
- **Имате право да посещавате само официалните олимпийски обекти и ограничени допълнителни местоположения,** както е определено от „Списък на дестинациите и движението“*. Те включват местата за медиите и Тренировъчните центрове за високи постижения.
 - Не трябва да посещавате фитнес зали, туристически зони, магазини, ресторанти или барове и т.н.
 - * Конкретните мерки за спорта/обекта/ специфичните функции и „Списък на дестинациите и движението“ ще бъдат на разположение след потвърждение, не по-късно от актуализацията на в това ръководство през април 2021 г.
- **Ако сте отседнали в село, хранете се там или в олимпийските обекти.** Ако не сте отседнали в село, хранете се на олимпийските обекти или на мястото, където сте настанени.

СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ

- **Хранете се, спазвайки два метра или препоръчаното разстояние** от другите и със същата група, за да сведете контактите до минимум
- **Избягвайте затворени пространства и струпвания на хора**, където е възможно
 - Избягвайте да стоите ненужно дълго време в пространства, в които не може да се поддържа физическо разстояние
 - Въздържайте се от разговори в пренаселени места като асансьори
- **Избягвайте ненужните форми на физически контакт** като прегръдки и ръкостискания
- **Световната антидопингова агенция (WADA)** ще действа в съответствие с международните стандарти и мерките за здраве и безопасност и насоките на WADA, под ръководството на Международната агенция за тестове за Олимпийските игри и IPC за Паралимпийските игри

- **Възможно е да се прилагат допълнителни правила за вашия спорт/функция и на определени места***.
Те ще бъдат разработени от Токио 2020, IOC/IPC и вашата Международна федерация

- **За церемониите по откриване и закриване ще се прилагат допълнителни правила***. Те ще бъдат разработени от Токио 2020 и IOC/IPC

* **Допълнителните правила за спорт/функция и определени места, както и церемониите ще бъдат на разположение при потвърждение, не по-късно от актуализацията на това ръководство през април 2021 г.**

ХИГИЕНА

- **Поддържайте добра хигиена** през целия си престой в Япония. Спазвайте правилата в олимпийските обекти и местата за настаняване, където ще бъдат въведени засилени протоколи за почистване и хигиенни мерки
 - Специфични правила могат да важат за вашия спорт/ функция и на определени места, например FOP и в зоните за подготовка. Те ще бъдат разработени до Токио 2020, IOC/IPC и вашия IF
- **Носете маска за лице по всяко време**, освен когато тренирате, състезавате се, ядете или спите, или ако сте навън и можете да спазвате два метра разстояние от другите. [Вижте указанията на СЗО относно носенето на маска](#)
 - Дезинфекцирайте ръцете си, преди да сложите маската си и избягвайте да докосвате очите, носа и устата си.
 - Ако е възможно, измийте ръцете си със сапун и топла вода за поне 30 секунди. В противен случай използвайте дезинфектант за ръце.
 - Сменяйте маските веднага щом се овлажняват и ги перете ежедневно.

- Щитът за лице не е приемлива алтернатива на маската. Те трябва да се използват само за предотвратяване на инфекция в областта на очите или в ситуации, когато носенето на маска би било непрактично.

- **Винаги кашляйте в маската, ръкава или кърпичката си.** Изхвърлете използваните кърпички/маски за еднократна употреба/филтри за маски в кошче
- **Мийте ръцете си редовно** и старателно в продължение на поне 30 секунди, в идеалния случай използвайте сапун и топла вода. В противен случай използвайте дезинфектант за ръце.
- **Избягвайте да викате, аплодирате и пеете** - намерете други начини да покажете подкрепа или да празнувате по време на състезание, като пляскане.
- **Проветрявайте редовно стаите**, когато е възможно - поне на всеки 30 минути и всеки път за период от няколко минути

- **Избягвайте да си разменяте предмети, когато е възможно.**

Винаги дезинфекцирайте предмети, използвани преди това от някой друг.

- **Дезинфекцирайте масата си след хранене**

- Обмисля се как тези правила ще се прилагат на Церемониите за победата.

Фактори, които трябва да бъдат взети под внимание за параолимпиадата

- Ограничението за поддържане на дистанция от най-малко два метра ще бъде отменено за лица с нужда от допълнителна помощ, която може да бъде получена от друг член на техния непосредствен кръг
 - Маските трябва да се носят по всяко време, когато оказвате помощ на другите
 - След като бъде предоставена помощ, дезинфекцирайте ръцете и започнете отново да поддържате физическа дистанция от поне два метра от другите
 - Все пак трябва да опитате да ограничите физическия контакт до минимум, когато е възможно

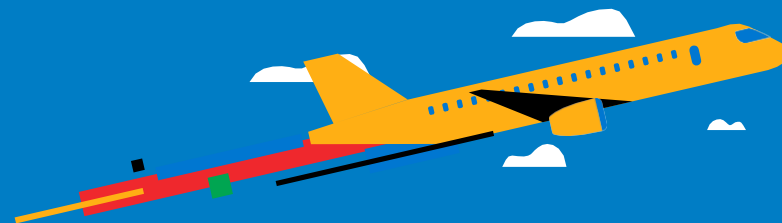
Можете временно да премахнете маската си, ако говорите или оказвате помощ на човек, който разчита на четене на устни, чист звук и / или мимики при общуване. Трябва да останете на разстояние най-малко два метра и да поставите маската си на мястото си възможно най-скоро

- Ако използвате инвалидна количка или друго устройство за придвижване, което при определени обстоятелства може да се управлява друго лице (например шофьори), редовно дезинфекцирайте съответните повърхности с дезинфекциращи кърпички
- Измиването и дезинфекцията на ръцете непосредствено преди хранене са важни и при необходимост трябва да се осигури помощ

НАПУСКАНЕ НА ЯПОНИЯ

Продължителността на престоя ви в Япония е сведена до минимум, за да се намали рискът от инфекция и да се осигурят безопасни и успешни игри.

Трябва да продължите да следвате ръководството - включително правилата за хигиена и дистанция през цялото време - от заминаването си и до достигането на вашата дестинация.



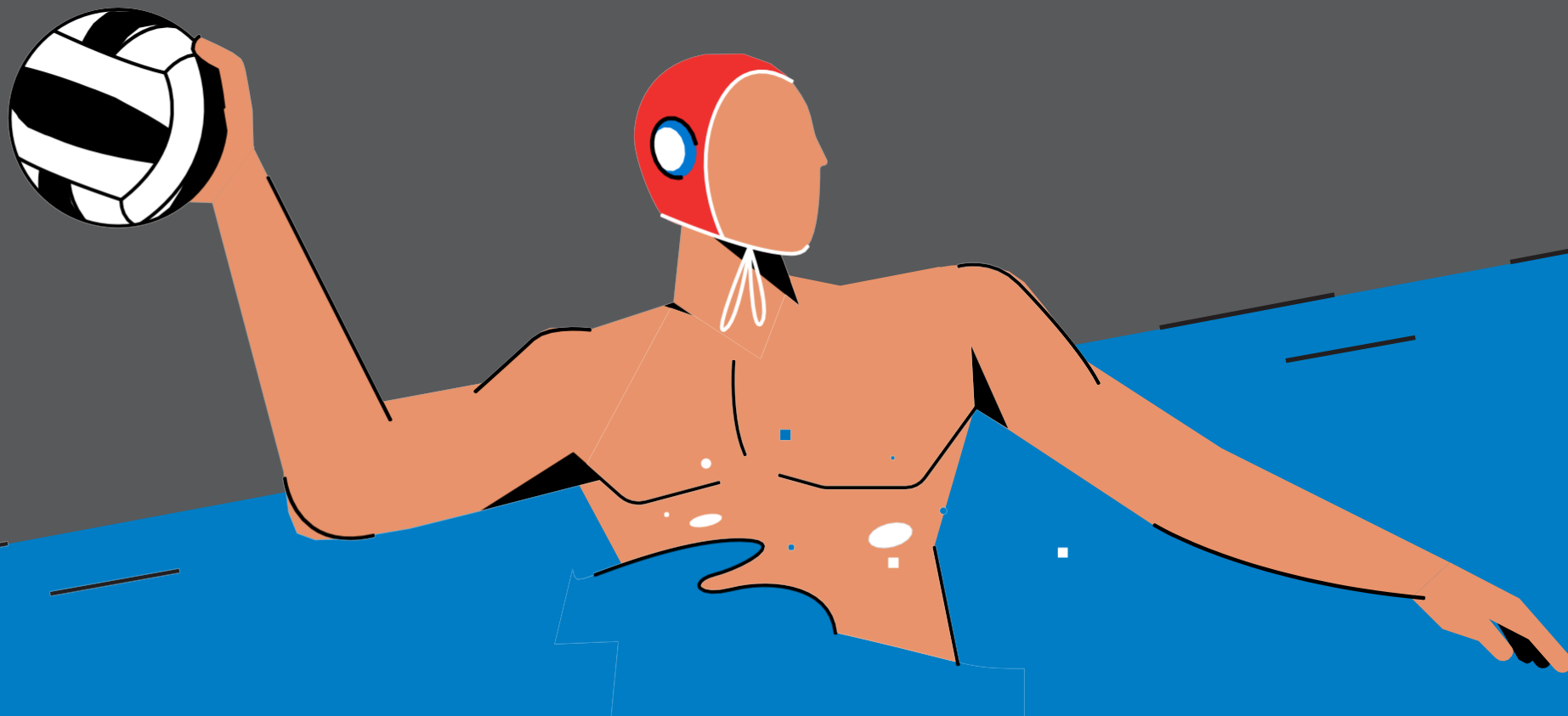


ТЕСТВАНЕ, ПРОСЛЕДЯВАНЕ И ИЗОЛАЦИЯ

- **Следвайте инструкциите на вашия NOC/NPC** относно заминаването ви от олимпийското и паралимпийско село, което трябва да се случи не по-късно от 48 часа след последното ви събитие, в съответствие с политиката за период на престой
- **Ако посещавате програма за обмен в града-домакин след игрите**, моля, следвайте инструкциите, дадени от съответните органи
- **Уверете се, че сте запознати с най-новите изисквания за влизане** във вашата държава на пристигане, както и за всички държави, през които ще преминете по време на транзит
- **Бъдете готови да вземете последен тест за COVID-19*** преди заминаване, който може да е необходим за международни пътувания
- **Пътувайте до летището с специализираните превозни средства на игрите**
- Когато достигнете до дестинацията си , **следвайте местните разпоредби за COVID-19**

* По-подробна информация за тестването преди отпътуване ще бъде предоставена при потвърждаване, но не по-късно от актуализацията на това ръководство през април 2021 г.

ДОПЪЛНИТЕЛНА ИНФОРМАЦИЯ



ВАКСИНИ

Ваксините са един от многото инструменти, налични в кутията с инструменти, които се използват в подходящото време и по подходящ начин. МОК продължава да подкрепя категорично приоритетното ваксиниране на уязвими групи, медицински сестри, лекари и всички, които пазят нашите общества в безопасност.

Когато ваксинациите са достъпни за по-широки кръгове, МОК призовава олимпийските и паралимпийските отбори да бъдат ваксинирани - като се има предвид ролята им на посланици на техните НОК и НПК и ролята на спорта „да насърчава на безопасния спорт като принос за здравето и благосъстоянието на отделния човек и общността“, както наскоро беше посочено в резолюция на ООН, която беше приета с консенсус в Общото събрание на ООН.

Тази резолюция подчертава също така значението на Олимпийските и Паралимпийските игри.

Затова МОК ще работи с националните комитети, за да насърчи и подпомогне техните спортисти, длъжностни лица и заинтересованите страни да се ваксинират в родните си страни, в съответствие с националните правила за имунизация, преди да отидат в Япония. Това допринася за безопасната

среда на игрите, но също от уважение към японския народ, който трябва да е уверен, че се прави всичко, за да се защитят не само участниците, но и самите японци.

По време на консултации с националните комитети, МОК бе информиран, че редица правителства вече са взели положителни решения в това отношение или се консултират с техните НОК.

За да получи пълна картина за ситуацията с ваксинацията за 206-те национални комитета, МОК е изпратил писмо до тях с молба да се ангажират активно със съответните си правителства по този въпрос и да докладват на МОК в началото на февруари 2021 г. НОК се насърчават си сътрудничат със съответните си НПК.

МОЛЯ, ОБЪРНЕТЕ ВНИМАНИЕ:

За да участвате в игрите, няма да се изисква да сте ваксинирани - и всички правила, посочени в настоящото ръководство, ще се прилагат, независимо дали сте получили ваксината или не.

СПАЗВАНЕ И САНКЦИИ

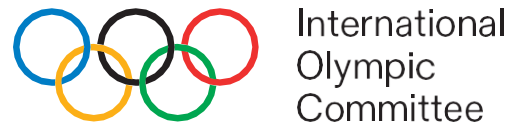
Въпреки всички усилия, обръщаме внимание, че рисковете и въздействията може да не бъдат напълно елиминирани и че се съгласявате да присъствате на Олимпийските и Паралимпийските игри на свой собствен риск. Вярваме, че тези мерки са пропорционални за смекчаването на гореспоменатите рискове и въздействия и разчитаме изцяло на вашата подкрепа за спазването им.

Като част от процеса на акредитация за Олимпийските и Паралимпийските игри, вашата организация ще предостави на вниманието ви информация, свързана с тези мерки; в частност, че спазването на правилата на Playbook е условие, което трябва да бъде прието и поддържа вашата акредитация, и че в някои случаи тези мерки могат да включват и обработката на ваша лична информация, включително информация, свързана със здравето.

В светлината на гореизложеното ви молим да се уверите, че сте прочели внимателно и разбрали съдържанието на това ръководство за игрите (включително всички допълнителни актуализации към него) и че спазвате правилата, съдържащи се в нея, както и всички допълнителни инструкции, които могат да бъдат издадени от японските власти, нас или вашата организация. Спазването на тези правила и инструкции е от ключово значение за успешното постигане на общата ни цел да гарантираме, че здравето на всички участници в Олимпийските и Паралимпийските игри е защитено и че игрите са безопасно организирани.

Неспазването на правилата, съдържащи се в това ръководство, може да ви изложи на последици, които могат да окажат влияние върху участието ви в Олимпийските и Паралимпийските игри, достъпа ви до олимпийски обекти и в някои случаи - участието ви в състезания. Многократното или сериозно неспазване на тези правила може да доведе до отнемане на вашата акредитация и правото да участвате в Олимпийските и Паралимпийските игри.

Моля, имайте предвид, че някои от мерките, описани в ръководството, са свързани с влизането и излизането от Япония, които са под юрисдикцията на японските власти. В случай на нарушение на тези мерки може да има последици, като например подлагане на карантина за 14 дни или процедури за отнемане на разрешението ви за престой в Япония.



TOKYO 2020



TOKYO 2020
PARALYMPIC GAMES

Playbook е разработен съвместно от Организационния комитет на Токио за Олимпийските и Паралимпийските игри 2020, Международния олимпийски комитет и Международния паралимпийски комитет.

Всички търговски марки са собственост на съответните им собственици.

© 2021 - Международен олимпийски комитет - Всички права запазени.