



Bem-vindo!

A Volta da Ilha das Cabras abre o calendário de regatas e é a primeira etapa da Copa ICS de Regatas de Percursos 2020, que acontece após ser adiada devido a pandemia do novo coronavírus.

Para que a competição aconteça com segurança, preparamos este informativo com as diretrizes e cuidados necessários que deverão ser observados por todos os participantes da regata.

Medidas de proteção:

1. Todos os participantes e demais presentes devem USAR MÁSCARA nas dependências da sede (em terra),
2. A temperatura corporal será aferida na portaria da sede e não será autorizada a entrada de pessoas com temperatura de 37,8° ou mais no local.
3. Trazer de casa sua hidratação, e não socializar, nem utilizar recipientes de outras pessoas (squeezes, toalhas, etc); Se tiver que usar os bebedouros, evite tomar diretamente. Primeiro higienize e depois utilize seu copo ou garrafa para encher d'água;
4. Lavar com frequência as mãos até os punhos, com água e sabão, ou higienizá-las com álcool em gel 70%;
5. Utilizar os métodos de desinfecção disponibilizados na sede, os totens de álcool em gel estão localizados na sala da Secretaria Náutica e em outros locais como no restaurante e varanda social, mirante, café late e portarias.
6. Praticar etiqueta para tosse: manter distância de pelo menos 2 metros, cubra a tosse de preferência com o cotovelo e espirre com tecidos ou roupas e lave as mãos;
7. Evite contato físico com outras pessoas, além de tocar a própria boca, nariz ou olho;
8. Mantenha distância de ao menos 2 metros de outras pessoas em todas as dependências do Clube.

9. Todos os barcos permanecerão no local indicado pelo ICS e a estadia na marina é livre para barcos inscritos que sejam de fora de Santos a partir de 1º de agosto até o dia 22.

Fique atento às medidas de segurança e cuidados; e dê preferência a inscrição via e-mail: nautica@icsantos.com.br.

Inscrições presenciais: o acesso a Secretaria Náutica da Sede Guarujá, será liberado por embarcação e para apenas um tripulante.

Bons ventos!

LAVE AS MÃOS CORRETAMENTE



COMO COLOCAR A MÁSCARA



Higienize
as mãos



Coloque a máscara
segurando-a pelos
elásticos ou tiras



Certifique-se de
cobrir bem o nariz
e a boca



Durante o
processo e após
colocá-la, evite
tocar a parte da
frente da máscara

Fonte: Ministério da Saúde

SUGESTÃO DE COMO REMOVER A MÁSCARA



Higienize
as mãos



Evite tocar e
não retire a
máscara pela
parte da frente



Apenas toque
nos elásticos
ou tiras para
retirá-la



Após retirar,
higienize
novamente
as mãos

Fonte: Ministério da Saúde