

Ture me biçikleta

Cycling

COVID-19 Udhëzime
COVID-19 Guidelines



Gusht/August 2021

Hyrje

Ndërkohë që e gjithë Industria Turistike po shkon drejt një hapjeje graduale, krijimi i një sërë udhëzimesh, të cilat mund të zbatohen në një sërë aktiviteteve dhe eksperiencash turistike, ndihmon në krijimin e një përvoje të sigurt kundrejt rihapjes.

Protokollet dhe udhëzimet që ne po paraqesim këtu, janë krijuar me ndihmën e guidave lokale, ndërkohë që ata kanë hulumtuar praktikën më të mirë evropiane dhe botërore, të aplikueshme në mjedisin shqiptar.

Këto protokolle janë menduar të përdoren bashkërisht me informacionet dhe manualët aktualë, të përcaktuara nga Ministria e Shëndetësisë dhe Mbrojtjes Sociale. Këto protokolle aplikohen specifikisht në aktivitetet turistike që janë më të frekuentuara në Shqipëri.

Introduction

As the whole Travel Industry is striving toward a cautious reopening, having a set of guidelines which provide a common set of actions that can be applied to a diverse set of activities and experiences can help create a safe path toward reopening.

The guidelines are created with the help of our local guides as they had to consult various best practices applicable to the Albanian environment and local industry.

These guidelines are designed to be used together (as a supplementary material) with the Albanian Ministry of Health Protocols and are specific to the types of activities the travel industry deals most from day-to-day basis.



Njësitë e vogla hoteliere:

Megjithëse studimet e fundit tregojnë se rreziku i transmetimit të Coronavirusit në aktivitetet në natyrë është më i ulët, do të ishte e nevojshme të ndiqen udhëzimet dhe rregullat si më poshtë:

Si çdo aktivitet, edhe çiklizmi paraqet mundësi dhe sfida për minimizimin e rrezikut të transmetimit të COVID-19. Çiklizmi është konsideruar si një zgjedhje e shëndetshme për t'u ushtruar dhe rekomandohet si një formë transporti miqësor, ndaj COVID-19. Bëhet individualisht, në hapësira të ajrosura mirë dhe shkëmbimi i mjeteve mund të shmangët, ose të menaxhohet lehtësisht.

Për aktivitetet e çiklizmit, ekzistojnë dy protokolle të ndryshme për distancimin fizik. Një protokoll për aktivitetet ku pedalohet në grup dhe një protokoll për përgatitjen dhe aktivitetet e tjera gjatë turit.



I. Menaxhimi i Grupit:

- Organizimi i grupeve të vogla, duhet të synohet në mënyrë të tillë që të respektohet distancimi shoqëror. Përpikuni të mbani një numër të vogël pjesëmarrësish.
- Distancimi fizik nuk ka nevojë të zbatohet në rastet kur janë familje.
- Gjatë pedalimit, grupet duhet të udhëzohen që të respektojnë një distancë fizike, sipas mundësisë.
- Kur nuk jeni duke pedaluar, merrni në konsideratë vendosjen e maskave, veçanërisht kur jeni në situata me rrezik më të lartë të transmetimit, të tilla si: në mjedise të mbyllura, gjatë transportit, ose kur ofroni ndihmë.
- Përpikuni të mbani distancë fizike gjatë dhënies së udhëzime, duke zgjedhur hapësira të hapura dhe të ajrosura mirë.



Small Lodges:

Although recent studies show that the risk of transmission of Coronavirus in any outdoor activities is low, it would be necessary to follow the guidelines and rules below.

As any activity, cycling presents opportunities and challenges for minimizing COVID-19 risk of transmission. Cycling has been considered a great option for exercising and is recommended as a COVID-19-friendly form of transportation. It is done individually in well-ventilated spaces and gear sharing is easily avoided or managed.

For cycling activities, there are two different protocols for social distancing. One protocol for the group activities while actively engaged in cycling and one protocol for preparation and other related activities (non-riding).



I. Group Management:

- Small groups should be favored to promote social distancing. Strive to keep trip participant numbers as low as reasonably possible.
- Physical distancing does not need to apply to families.
- When riding, groups should be organized to respect physical distancing, when possible.
- When not riding, consider using face coverings when in situations of higher risk of transmission, such as when using transportation, when in proximity while receiving instructions or assistance, or during riding breaks.
- Strive for physical and social distance at the beginning and at the end of tours while the tour leader gives instructions, always favoring open and well-ventilated spaces.



II. Udhëzime para mbërritjes së turistëve në destinacion:

- Përpara se të mbledheni për të zhvilluar aktivitetin, kërkon nga turistët që të vlerësojnë vetë kushtet e tyre fizike dhe të kontrollojnë nivelin e rrezikut. Këtë mund ta bëni duke i informuar turistët se, nëse kanë simptoma, sado të lehta, ose janë në një shtëpi ku dikush ka simptoma, ata këshillohen të qëndrojnë në shtëpi.
- Vendosni standarde për masat ndaj COVID-19. Informoni pjesëmarrësit në lidhje me masat që keni ndërmarrë për të menaxhuar rreziqet e COVID-19. Sigurohuni që pjesëmarrësit të kuptojnë rreziqet dhe se çfarë pritet prej tyre.
- Jepuni mundësi turistëve për larjen e duarve dhe përdorimin e pastruesve antibakterial.
- Përshtatni sesionet e informimit të grupit, në mënyrë që turistët të shmangin afërsinë me njëri-tjetrin.
- Shmangni grumbullimin e tyre, në rastet kur kanë nevojë bazike si: madhësia e biçikletës, rregullimi i kaskës, etj.
- Kur kërkohet kontakt më i afërt, përdorni maskën.



III. Transporti:

- Përdorimi i automjeteve për të transportuar turistët, mbart një nivel të lartë të rrezikut të transmetimit të COVID-19.
- Duhet të zbatohen masat për zvogëlimin e rrezikut, kur është e mundur: hapni dritaret e automjeteve, siguroni distancë ndërmjet turistëve dhe i udhëzoni ata të përdorin maska.



II. Pre-Arrival, Instruction and Briefing:

- Before joining the activity, ask guests to self-assess their physical conditions and self-screen their risk profile or remind the local tour operator for which you work for. By informing guests that if they have symptoms, however mild, or are in a household where someone has symptoms, they are advised to speak with the local tour operator or guide about postponing the trip before entering Albania.
- Set clear standards and boundaries for COVID-19 health and safety measures. Make relevant information about the activity available, such as, the risks involved and the measures you are taking to mitigate COVID-19 risks. Ensure guests understand the risks and what is expected of them to participate.
- Provide access to hand washing and sanitizer.
- Adapt briefings to avoid the need to get close to guests.
- Avoid gatherings of tourists on basic tasks whenever possible, such as, bike sizing, helmet fitting.
- When closer contact is required consider the use of face coverings.



III. Transport:

- The use of vehicles to transport clients includes a higher degree of COVID-19 transmission risk.
- Measures to mitigate risk should be used whenever possible: open vehicle windows, provide space in between passengers and have passengers wear face coverings.



IV. Itinerari:

- Minimizoni ekspozimin tuaj ndaj njerëzve të tjerë duke përdorur rrugë dytësore dhe zona me trafik të ulët.
- Kur bëni ndalesë për të vizituar një atraksion, apo për të ngrënë diçka, sigurohuni që vendndalimi të ketë hapësirë të mjaftueshme për të ruajtur distancën nga njëri-tjetri.
- Ruani standardet e kompanisë suaj për distancimin dhe higjenën, kur takoheni me grupe të tjera. Shpesh njerëzit shoqërohen dhe bisedojnë në pushime ose ndalesa. Mos harroni se ata mund të mos dinë ose mund të mos ndjekin të njëjtat standarde të shëndetit dhe sigurisë, që ju kërkon nga grupi juaj.



V. Asistenca:

- Përshtatni procedurat, duke u treguar i gatshëm dhe ndihmues, por në të njëjtën kohë, duke mbajtur distancat e duhura dhe duke respektuar protokollat e sigurisë.
- Nëse duhet të riparoni biçikletën e ndonjërit prej turistëve, dezinfektoni duart para se të prekni mjetin e tij dhe sigurohuni që të keni vënë maskën dhe dorezat, si edhe të shmangni afërsinë fizike.
- Kur kërkohet kontakt më i afërt, merrni parasysh përdorimin e maskave.
- Në rastin e ndihmës së parë, disa metoda distancimi duhet të përshtaten, ose nuk mund të përdoren. Përdorni pajisje mbrojtëse, siç janë maskat dhe dorezat.



IV. Routes:

- Minimize your exposure to other people and limited spaces by using backroads, low traffic areas, and times of low traffic.
- When stopping for roadside attractions or snacks, ensure if the stop-area size has enough spacing to promote distancing.
- Maintain your company standards of distancing and sanitation when encountering other groups. Often people socialize and chat on rests or stops - remember they might not know or might not be following the same health and safety standards that you require of your group.



V. Assistance:

- Adapt your procedures and group culture to be able to help guests while at the same time promoting proper distancing and safety protocols.
- If you need to repair the bicycle of one of the tourists, clean and sanitize your hands before touching their equipment, pay attention to ensure face coverings are in place, and avoid face proximity.
- When closer contact is required consider the use of face coverings.
- In case of first aid, some distancing methods need to be adapted or cannot be used. In that case use protective equipment such as face coverings and gloves.



VI. Pajisjet:

Përmirësimi i kushteve higjienike, është një pjesë kryesore e minimizimit të rrezikut të COVID-19. Kur është e mundur, pjesëmarrësit duhet të shmangin shkëmbimin e mjeteve dhe të mbajnë pajisjet e tyre personale.

- Parandaloni kontaktin me sipërfaqet, aty ku është e mundur,
- Identifikoni mjediset e mbyllura, si zyrat apo mjetet e transportit.
- Pastroni zonat me përdorim të shpeshtë.
- Secili nga pedaluesit duhet të ketë veshjen dhe mjetet e tij individuale, të tilla si: biçikleta, helmata, dorezat dhe shishja e ujit.
- Pedaluesit mund të këshillohen të sjellin biçikletat dhe pajisjet e tyre, kur është e mundur.
- Në rastet e riparimeve gjatë rrugës, sigurohuni të mbani distancën fizike dhe të merrni masat, kur kërkohet kontakt më i afërt.
- Merrni parasysh higjienizimin e çdo pajisjeje që mund të jetë burim për transmetimin e Covid-19.
- Për pastrimin dhe higjienizimin, përdorni metoda që janë të rekomanduara për eliminimin e virusit COVID-19, të tilla si: përdorimi i ujit dhe i sapunit, ose i solucioneve antibakteriale.



VI. Equipment:

Enhancing sanitation is a key part of mitigating COVID-19 risk. When at all possible, participants should avoid sharing equipment and should care for and carry their own personal equipment.

- Prevent surface contact where needed.
- Identify high use areas, such as, at base, office, transport.
- Clean high use areas often.
- Each rider should have their individual gear, such as, bicycle, helmet, gloves, hydration system.
- Strive to have guests size and choose equipment with minimum handling, and care for their own equipment for the duration of the tour.
- Riders could be advised to bring their own bikes and equipment whenever possible.
- For road repairs, strive for physical distancing and consider barriers when closer contact is required.
- Consider sanitizing any other gear that could be a vector for transmission.
- Use recommended methods for cleaning and sanitizing that have been determined to kill the COVID-19 virus, such as, using soap and antibacterial products.



VII. Informacione Shtesë:

Ministria e Shëndetësisë dhe Mbrojtjes Sociale:
<https://shendetesia.gov.al/>



VII. Additional resources:

Ministry of Health and Social Protection:
<https://shendetesia.gov.al/>

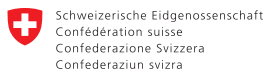
Përgatitur nga:



Mbështetur nga:



Një projekt i Agjencisë Zvicerane për
Zhvillim dhe Bashkëpunim SDC



**Agjencia Zvicerane për Zhvillim
dhe Bashkëpunim SDC**

Ky material është përgatitur nga Sondor Travel, me mbështetjen e RisiAlbania. Pikëpamjet dhe opinionet që përmbahen në të nuk përfaqësojnë ato të Qeverisë Zvicerane, as të Agjencisë Zvicerane për Zhvillim dhe Bashkëpunim SDC.

This material has been prepared by Sondor Travel, with the support of RisiAlbania. The views and conclusions contained here do not necessarily reflect those of the Swiss Government or the Swiss Agency for Development and Cooperation SDC