



PROTOCOLLO ATTIVITÀ' SPORTIVE 2020/2021

Alla luce dell'attuale stato di emergenza, e della risalita della curva epidemiologica del Covid-19, in attinenza a quanto indicato nelle "Linee guida del DPCM, Ufficio dello Sport, prot n. 3180 del 3 maggio 2020", delle conseguenti "Linee guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere", "Linee guida. Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport di squadra", le linee di indirizzo per gli sport di contatto e di squadra approvate all'unanimità dalla Conferenza delle Regioni e delle Province Autonome in data 25/6/2020, l'Ordinanza di R.L. n. 579 del 10/07/2020, e delle "Linee Guida Libertas", vengono di seguito riassunte le disposizioni rivolte ad atleti e staff riguardanti la ripresa delle attività sportive:

presso la **Palestra della Scuola Elementare Rovani - Via Risorgimento n. 90 Sesto San Giovanni (MI)** a partire da 28.09.2020. Orario apertura corsi: dal Lunedì al Venerdì dalle ore 17.00 alle 21.30 circa..

PREMESSA

Per iniziare le attività sportive/allenamenti è **obbligatorio essere in regola con il tesseramento** alla ASD GEAS ARTI MARZIALI FITNESS E TEMPO LIBERO per la stagione 2020/2021.

Gli atleti e i praticanti senza certificato medico agonistico e non agonistico, o con certificato scaduto non saranno ammessi all'attività.

COMMISSIONE PER L'APPLICAZIONE E LA VERIFICA DELLE PROCEDURE

Il Comitato per l'applicazione e la verifica, anche con l'eventuale collaborazione di esperti, per tutta la durata dell'emergenza sanitaria Covid-19, è composto da:

Presidente/Legale Rappresentante della ASD - Sig. **Tampone Fiorentino**;

Consigliere - Sig.ra **Monico Carla**;

Consigliere - Sig. **Tomasone Bruno**;

Rappresentante Tecnici - Sig. **Austa Luca**;

Rappresentante Atleti/Praticanti - Sig.ra **Bolognini Sara**.

INFORMAZIONE

NORME E PROCEDURE D'ACCESSO ALLA STRUTTURA

Ogni praticante, atleta, tecnico ed altro operatore sportivo, per poter riprendere l'attività, deve fornire la seguente documentazione:

- autodichiarazione ai sensi degli artt. 46 e 47 d.p.r. n. 445/2000 allegata firmata, attestante l'assenza di infezione da sars-cov-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza (allegato A);
- in caso di minori autodichiarazione ai sensi degli artt. 46 e 47 d.p.r. n. 445/2000 per minore (allegato B);
- certificato di idoneità alla pratica agonistica in corso di validità o certificazione di idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

L'autodichiarazione ha valenza 2 settimane, al termine delle quali deve essere fornita aggiornata.



MODALITÀ' D'INGRESSO ALLA STRUTTURA/PALESTRA

La gestione d'ingresso e uscita dalla struttura del tesserato/atleta, dello staff della ASD e dei soggetti esterni prevede un flusso separato:

ACCESSO DALL'INGRESSO LATO STRADA DA VIA RISORGIMENTO N. 60;

USCITA LATO CORTILE INTERNO DELLA SCUOLA.

Il contingentamento dell'accesso alla struttura è gestito dallo staff della ASD (ref. **Tampone Fiorentino, Monico Carla, Austa Luca**), che prevede l'accoglienza dell'utente attraverso la verifica della temperatura corporea con termometro senza contatto, la registrazione delle presenze e l'acquisizione dell'autodichiarazione dello stato di salute.

L'accesso sarà consentito solo con mascherina e mantenimento della stessa all'interno della struttura impedendo l'accesso a chi ne è sprovvisto.

All'ingresso è presente una colonnina con gel o liquido disinfettante per l'igienizzazione delle mani da effettuarsi sia prima dell'ingresso alla palestra che dopo l'uscita dalla stessa.

E' VIETATO l'accesso a persone che non facciano parte dello staff di allenamento o del personale addetto.

Gli accompagnatori, genitori, tutte le persone esterne non soci hanno l'obbligo di attendere all'esterno della struttura. Valutata l'eventuale necessità del loro accesso alla struttura, i soggetti esterni i (parenti, accompagnatori, ecc.), si prevederà:

- l'eventuale verifica, prima dell'accesso, della temperatura corporea secondo le modalità previste per i tesserati;
- il mantenere indossati i DPI (mascherine) in dotazione per tutta la durata della loro permanenza all'interno delle competenze della Società Sportiva;
- l'impossibilità di accedere senza l'adozione di tutte le misure previste nel presente Protocollo, inclusa la dotazione di DPI e senza la sottoscrizione della dichiarazione e dell'informativa privacy (vedi Allegato) che attesta l'assenza di condizioni che ne precludano l'accesso (contatto con soggetti risultati positivi al COVID-19 negli ultimi 14 giorni, presenza di sintomi simil-influenzali quali febbre, tosse, lacrimazione, difficoltà respiratorie, raffreddore, alterazione della percezione dei sapori).

Tutte le informazioni relative all'accesso di soggetti esterni, inclusi causali, tempi di permanenza, soggetti incontrati e dichiarazioni, sono registrate a cura del referente incaricato sull'apposito modulo/documento.

E' possibile l'accesso alla struttura 5 minuti prima dell'inizio del corso.

Il/i referente/i per la rilevazione della temperatura corporea e della registrazione delle presenze all'interno della struttura incaricato/i della ASD GEAS ARTI MARZIALI FITNESS E TEMPO LIBERO è individuato nel/i Sig/ra: **Tampone Fiorentino, Monico Carla, Austa Luca, Bolognini Sara, Montedoro Elena**.

La seduta d'allenamento terminerà perentoriamente 15 minuti prima per consentire la pulizia delle attrezzature e degli spazi.

- E' CONSENTITO L'USO DEGLI SPOGLIATOI SOLO per cambiarsi rispettando il distanziamento di almeno 1 m.
- E' CONSENTITO L'USO DELLE DOCCE in numero di 2 persone per volta e comunque rispettando il distanziamento di almeno 1 m.



- E' CONSENTITO L'USO DELLE TOILETTE all'interno degli spogliatoi rispettando il numero di 2 persone per volta.
- E' VIETATO lasciare materiale in spogliatoio. Scarpe, eventuali abiti e effetti personali dovranno essere sistemati in una borsa/zaino e sistemati in palestra o al suo esterno.
- Si raccomanda il lavaggio o la pulizia con sapone e/o salviette igienizzanti di mani e piedi (solo per coloro che non fa uso di calzature).
- Invitiamo cortesemente ad uscire dalla struttura scolastica in tempi brevi; non si dovrà sostare né fare assembramenti di alcun tipo.
- NON E' CONSENTITO L'ACCESSO ALLA PALESTRA a persone diverse da utenti e staff.
- E' FATTO OBBLIGO DI INDOSSARE LA MASCHERINA NELLE AREE COMUNI E NEGLI SPOGLIATOI.
- È AMMESSO TOGLIERE LA MASCHERINA SOLO PER IL PERIODO STRETTAMENTE NECESSARIO ALLA DURATA DELL'ATTIVITÀ' FISICA.
- È fatto divieto di abbandonare o lasciare incustoditi guanti o mascherine, in quanto materiale potenzialmente contaminato e che espone al rischio di infezione il personale addetto alla nettezza urbana e tutti gli altri soggetti che accidentalmente potrebbero venire a contatto con mascherine o guanti abbandonati.

REGOLAMENTO GENERALE

- Raggiungere possibilmente la palestra già cambiati;
- utilizzare gel igienizzanti messi a disposizione dalla ASD all'ingresso della palestra;
- indossare la mascherina se non impegnati in attività motoria;
- le scarpe dovranno essere pulite ad uso esclusivo dell'attività sportiva, quelle da esterno, dovranno essere riposte in uno zaino/borsa, così come eventuali abiti o effetti personali e sistemati in palestra o all'esterno;
- evitare assembramenti prima e dopo la lezione;
- utilizzare borraccia personale o bottiglietta;
- materassino personale per esercizi a terra;
- riporre i rifiuti negli appositi contenitori;
- compilazione autodichiarazione scaricabile dal sito della [ASD Geas Arti Marziali Fitness e tempo Libero](https://www.asd-geas.artimarzialifitness.it) (da inviare per email a ft@geasartimarzialifitness.it o da consegnare prima dell'inizio dei corsi e che avrà validità fino ad eventuale variazione delle situazioni autocertificate - allegati A - B).

E' inoltre richiesto agli utenti:

- La consapevolezza e l'accettazione del fatto di non poter accedere né di poter permanere all'interno della struttura/palestra se fossero presenti sintomi influenzali, febbre, tosse o raffreddore, o se provenienti da zone a rischio o se avuti contatti con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti;
- l'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre o altri sintomi influenzali e di contattare il proprio medico di famiglia;



- l'impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità nell'accedere agli impianti sportivi (in particolare, osservare le regole di igiene personale e delle mani);
- mantenimento della distanza interpersonale.

PULIZIA E SANIFICAZIONE DEGLI AMBIENTI

L'ASD prevede l'attività di sanificazione ordinaria al termine di ogni cambio turno o intervento di pulizia, nebulizzando in tutto l'ambiente e sulle superfici toccate più frequentemente come: maniglie di porte e finestre, pulsanti e dispositivi di apertura, superfici di sanitari e arredi nei servizi igienici, superfici di lavoro e appoggio (specialmente nelle aree comuni), attrezzature sportive (grandi attrezzi e piccoli attrezzi), Tatami, con apposito nebulizzatore.

Qualora la sanitizzazione ordinaria sia affidata a soggetti esterni, le procedure e i prodotti da utilizzare devono rispettare quanto previsto dalla circolare n. 5443 del 22 febbraio 2020 del Ministero della Salute.

Prodotti utilizzati

La sanificazione può essere effettuato SOLO dopo aver provveduto alla pulizia con acqua e detergente neutro. Per la sanificazione delle superfici verranno utilizzati i seguenti prodotti:

- Soluzione a base di ipoclorito con concentrazione iniziale del 0,1%
- Soluzione a base di etanolo al 70%
- Disinfettanti con marchio "Presidio Medico Chirurgico (PMC)", in quanto autorizzati dal Ministero della Salute

I referenti delle pulizie/sanificazioni degli spazi e delle attrezzature sono individuati nei Sigg:

Tampone Fiorentino, Monico Carla, Austa Luca, Bolognini Sara, Montedoro Elena

Gestione dei rifiuti

È vietato abbandonare rifiuti. Nelle nostre aree di competenza sono presenti opportuni contenitori identificati per la raccolta es. di:

- fazzoletti di carta usa e getta;
- salviettine igienizzanti;
- mascherine e guanti;
- bottiglie di plastica;
- ecc.

GESTIONE DI UNA PERSONA SINTOMATICA

Tutti i tecnici e i collaboratori sono informati sulla necessità di segnalare immediatamente l'insorgenza di malessere, in particolare febbre e sintomi di infezione quali tosse o difficoltà respiratorie.

Procedura gestione di persona con sintomi riconducibili a Covid-19



Nel caso in cui un operatore sportivo o di altra presenza presenti un aumento della temperatura corporea al di sopra di 37,5°C o un sintomo compatibile con COVID-19, in ambito sportivo:

- Il collaboratore sportivo che viene a conoscenza di un soggetto sintomatico deve avvisare il referente della ASD per COVID-19 **Tampone Fiorentino**.
- Il referente per COVID-19, o altro componente dello staff della ASD, deve telefonare immediatamente ai genitori/tutore legale del minore.
- Ospitare la persona nel locale/area dedicati al temporaneo isolamento. Se in presenza di minore, questo non deve essere lasciato da solo, ma in compagnia di un adulto che preferibilmente non deve presentare fattori di rischio per una forma severa di COVID-19 sino all'affidamento al genitore/tutore legale.
- Procedere all'eventuale rilevazione della temperatura corporea mediante l'uso di termometri che non prevedono il contatto.
- Il referente dovrà mantenere, ove possibile, il distanziamento fisico di almeno un metro e la mascherina chirurgica.
- Far indossare una mascherina chirurgica al soggetto sintomatico (se ha un'età superiore ai 6 anni e se la tollera).
- Dovrà essere dotato di mascherina chirurgica chiunque entri in contatto con il caso sospetto, compresi i genitori o i tutori legali che si recano nella struttura per condurre la persona sintomatica presso la propria abitazione.
- Fare rispettare, in assenza di mascherina, l'etichetta respiratoria (tossire e starnutire direttamente su di un fazzoletto di carta o nella piega del gomito). Questi fazzoletti dovranno essere riposti dallo stesso soggetto, se possibile, ponendoli dentro un sacchetto chiuso.
- Pulire e disinfettare le superfici della stanza o area di isolamento dopo che la persona sintomatica è tornato a casa.
- Si provvederà in ogni caso ad interrompere l'attività in corso, ad informare le eventuali ulteriori società dell'impossibilità di poter effettuare l'attività sportiva, a procedere alla immediata sanificazione del luogo di isolamento ed alla relativa raccolta e smaltimento dei rifiuti potenzialmente infetti e di tutto il materiale utilizzato per la sanificazione ed a comunicare tempestivamente, oltre che all'ATS di competenza, alla scuola ed all'Ufficio sportivo il fatto, allegando l'elenco delle persone che stavano utilizzando gli spazi sportivi.
- L'ASD utilizzatrice degli spazi sportivi rimarrà in attesa della relativa autorizzazione per la ripresa delle attività, da parte dell'Ufficio sportivo a seguito di nulla osta da parte delle Autorità competenti.
- Sarà comunque messo a disposizione degli Enti e delle Autorità Sanitarie, l'elenco delle presenze ai corsi (praticanti, atleti, tecnici e collaboratori sportivi - Allegato E), del caso confermato, che sono stati a contatto nelle 48 ore precedenti l'insorgenza dei sintomi; l'elenco sarà tenuto a disposizione per 14 gg. in archivio per le opportune consultazioni.
- In caso di conferma della diagnosi per infezione da SARS-CoV-2 (comunemente denominata COVID-19) il soggetto deve comunque restare a casa fino a guarigione clinica e a conferma negativa dei test come da percorso diagnostico-terapeutico e di prevenzione per COVID-19 e come disposto da documenti nazionali e regionali.
- Se entrambi i tamponi risulteranno negativi la persona potrà definirsi guarita, altrimenti proseguirà l'isolamento.
- In caso di diagnosi di patologia diversa da COVID-19 (tampone negativo), il soggetto rimarrà a casa fino a guarigione clinica seguendo le indicazioni del PLS/MMG che redigerà una attestazione che il soggetto può rientrare in comunità poiché è stato seguito il percorso diagnostico-terapeutico e di prevenzione per COVID-19 e come disposto da documenti nazionali e regionali.
- Per la riammissione ai corsi, oltre ad attendere la guarigione clinica (cioè la totale assenza di sintomi), bisognerà presentare all'ASD l'attestazione del PLS/MMG ove è indicato che il soggetto può rientrare in comunità.

Presidenza del
Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE
MANI, ANCHE ATTRAVERSO
APPPOSITI DISPENSER DI GEL
DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA
INTERPERSONALE MINIMA DI
1 MT IN CASO DI ASSENZA DI
ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI
MONOUSO O BOTTIGLIE
PERSONALIZZATE



NON TOCCARSI MAI OCCHI,
NASO E BOCCA CON LE
MANI



STARNUTIRE E/O TOSSIRE IN
UN FAZZOLETTO EVITANDO IL
CONTATTO DELLE MANI CON
LE SECREZIONI RESPIRATORIE;
SE NON SI HA A DISPOSIZIONE
UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE
NELLA PIEGA INTERNA DEL
GOMITO



EVITARE DI LASCIARE IN
LUOGHI CONDIVISI CON ALTRI
GLI INDUMENTI INDOSSATI PER
L'ATTIVITÀ FISICA, MA RIPORLI
IN ZAINI O BORSE PERSONALI E,
UNA VOLTA RIENTRATO A CASA,
LAVARLI SEPARATAMENTE
DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA
INTERPERSONALE MINIMA
ADEGUATA ALL'INTENSITÀ
DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE
NON INFERIORE
A 2 MT



GETTARE SUBITO IN
APPPOSITI CONTENITORI I
FAZZOLETTINI DI CARTA O
ALTRI MATERIALI USATI
(BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN
"SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI
RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI"
(ES. FAZZOLETTI MONOUSO,
MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI
SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE
PRESENTI NEL SITO SPORTIVO DI
DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET,
ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI
EFFETTI PERSONALI E DI NON
CONDIVIDERLI (BORRACCE,
FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE
ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO
TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI
E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI
RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E
SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



sport.governo.it



[SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS](https://salute.gov.it/nuovocoronavirus)



Come lavare le tue mani? Per prevenire le infezioni bastano 60 secondi



Ministero della Salute

www.salute.gov.it