



## **PROTOCOLLO RIAPERTURA DAL 4 GIUGNO 2020**

### **- COSA CI SIAMO IMPEGNATI A FARE :**

- \* sanificazione degli ambienti
- \* potenziamento operazioni di pulizia per sanificazione e igienizzazione in accordo alle disposizioni delle Autorità
- \* raccolta differenziata di mascherine e guanti monouso rispetto ai rifiuti generici
- \* controllo degli accessi e modalità di accesso alle attività
- \* riorganizzazione delle attività e modifica della didattica di allenamento
- \* distanziamento sociale nel rispetto delle normative
- \* rilevazione della temperatura corporea all'accesso
- \* utilizzo di mascherine protettive per Staff e Soci
- \* gel disinfettante per le mani
- \* sistemi di informazione e sensibilizzazione dei Soci
- \* auto dichiarazione dello stato di salute

### **- LINEE GUIDA GENERALI**

- \* lavarsi spesso le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica
- \* evitare il contatto ravvicinato con gli altri (no a strette di mano, abbracci, ecc)
- \* non condividere bottiglie, borracce, asciugamani, ecc
- \* non toccarsi occhi naso e bocca con le mani
- \* il certificato medico deve essere in corso di validità
- \* non aver contratto Covid-19 nei 14 giorni precedenti l'ingresso e se si hanno sintomi restare a casa e contattare le Autorità sanitarie

### **- COMPORTAMENTO PER ACCESSO, PERMANENZA, USCITA DALLA STRUTTURA**

#### **- PRIMA DELL'ACCESSO**

- \* ingresso ed uscita sono monitorati e guidati da apposita segnaletica
- \* indossare mascherina e guanti, nel caso non se ne disponga verranno forniti in area segreteria
- \* per quanto possibile accedere con abbigliamento adeguato già indosso, tutta l'attrezzatura deve essere personale in quanto non è possibile condividere materiali
- \* consegnare l'auto dichiarazione dello stato di salute oppure procedere alla compilazione della stessa sottoposta all'accesso (per Soci maggiorenni), per i Soci minorenni consegnare l'auto dichiarazione compilata dai genitori. Tali

dichiarazioni potranno essere raccolte ed esaminate da un rappresentante della Società a tal fine specificamente nominato oppure, in alternativa, dal Medico Sociale. Il certificato medico deve comunque essere in corso di validità

\* sottoporsi al controllo della temperatura corporea (non deve essere maggiore di 37,5 °)

\* divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori nel luogo di allenamento

#### - AREA SEGRETERIA

\* sarà da privilegiare la modalità telefonica e/o elettronica per le informazioni

\* ad ogni modo l'area segreteria interna sarà accessibile solo alla Segretaria

\* ci sarà un divisorio in plexyglass e la delimitazione per le giuste distanze dell'area segreteria esterna

\* saranno preferite modalità di pagamento elettroniche rispetto all'uso di contanti

#### - DURANTE LA PERMANENZA

\* staff e Soci dovranno indossare mascherina e guanti quando non impegnati in attività fisica (durante l'attività la mascherina va riposta in tasca non a terra né appoggiata altrove)

\* la distanza interpersonale va mantenuta in almeno 1 metro quando non in attività fisica e in almeno 2 metri quando impegnati in attività fisica, per esempio di preparazione atletica

\* utilizzare gli appositi cestini per mascherine e guanti e per rifiuti generici

\* attenersi strettamente alle direttive dello staff: la collaborazione di tutti è fondamentale

#### - RIORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITÀ E MODIFICA DELLA DIDATTICA DI ALLENAMENTO

\* la palestra sarà aperta dal Lunedì al Venerdì dalle ore 17.00 alle ore 20.00. I due turni di allenamento saranno il primo dalle 17.00 alle 18.15 e il secondo dalle 18.30 alle 19.45

\* gli Atleti potranno entrare in palestra al massimo 10 minuti prima dell'inizio del proprio allenamento

\* tra i due turni ci saranno 15 minuti di distanza per permettere le operazioni di sanificazione dove previste

\* formazione di un orario giornaliero e settimanale per organizzare la rotazione dei gruppi di atleti

\* l'accesso agli spogliatoi sarà bloccato, non si potranno lasciare indumenti e/o attrezzatura in giro; tutto dovrà essere riposto nella propria borsa o sacca, con adeguato distanziamento

\* le attività saranno di lavoro con l'arma e preparazione atletica, senza possibilità di scambio di attrezzi e mantenendo adeguato distanziamento

\* l'attività di preparazione atletica potrà avvenire nel rispetto delle distanze di sicurezza di seguito indicate. Nel caso di lavori in linea sono da prediligere distanze di almeno due metri tra le linee; l'atleta lavorerà sempre sulla stessa linea sia all'andata che al ritorno e nelle fasi di attesa si deve tenere una distanza di almeno 2 metri

\* regolamentazione per l'attività schermistica: al momento non è consentito svolgere assalti e/o lavori a coppie: l'attività potrà essere di gambe scherma (in pedana l'atleta potrà utilizzare mezza pedana in modo sfalsato rispetto al compagno che si trova su quella adiacente, ovvero il primo lavorerà fino a metà pedana ed il secondo dalla metà pedana in avanti per evitare passaggi ravvicinati con distanze inferiori ai 2 metri) e di lezione individuale col Maestro (l'atleta potrà lavorare senza mascherina, pur avendo libertà di indossare la mascherina chirurgica se ritiene; il Tecnico indosserà dispositivi di protezione per le vie respiratorie quali mascherine che assicurino un livello di protezione adeguato ed

eventualmente protezioni per gli occhi anche applicate alla maschera. Saranno evitate azioni tecniche che prevedano, per loro specifiche modalità di esecuzione, situazioni di corpo a corpo, eccessivo avvicinamento, contatto e superamento; mantenere nei momenti di dialogo e riposo una distanza di almeno 3 metri)

\* gli Atleti dovranno lasciare la palestra al massimo 10 minuti dopo la fine del proprio allenamento


 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 APPOSITI 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 SEGREZIONI 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 APPOSITI 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 PRESENTE 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 (BORRACCIE, 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 MUNIRSI 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