

PROTOCOLLO E REGOLAMENTAZIONE PER IL  
CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA  
DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19 NELLE  
ASSOCIAZIONI E SOCIETA' SPORTIVE PER LA  
PRATICA DEGLI SPORT DI BASE



**STRAVERONA  
RUNNING TEAM**



Firma                      Presidente ASD

Data                        15/10/2020

REV.00

PROTOCOLLO E REGOLAMENTAZIONE PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19 NELLE ASSOCIAZIONI E SOCIETA' SPORTIVE PER LA PRATICA DEGLI SPORT DI BASE

## Sommario

INTRODUZIONE.....	3
A) PREMESSA .....	3
1. Protocollo .....	3
2. Riferimenti .....	3
3. Scopo .....	4
4. Soggetti destinatari .....	4
5. Responsabilità.....	4
6. Sito Sportivo .....	5
B) LINEE GUIDA GENERALI.....	5
1. Comunicazione .....	5
2. Accesso al sito.....	6
3. Utilizzo delle mascherine.....	6
4. Organizzazione e pianificazione degli allenamenti.....	7
5. Disposizioni per gli atleti.....	7
6. Disposizioni per i tecnici .....	8
C) LINEE GUIDA SPECIFICHE PER OGNI DISCIPLINA .....	8
Prospetto riassuntivo della gestione delle attività sportive.....	9
Tabella di valutazione del rischio .....	10
Prontuario esplicativo delle disposizioni sanitarie, amministrative e tecniche di sostanziale importanza per lo svolgimento delle attività sportive previste dalla vigente normative .....	14
1) Buone pratiche per ridurre gli assembramenti .....	14
2) Buone pratiche per pulizia e igiene .....	15
3) Buone pratiche per pulizia e sanificazione dei locali e attrezzature .....	15
4) Buone pratiche per l'informazione e la sicurezza .....	16
5) Buone pratiche nei confronti dei lavoratori/istruttori .....	16
Conclusioni .....	17
Allegati:.....	18

## **INTRODUZIONE**

L'attuale emergenza sanitaria generata dall'epidemia COVID – 19 ha, in questi mesi, causato gravi difficoltà a tutto il mondo sportivo ed, in particolare, alle associazioni sportive dilettantistiche che da sempre costituiscono la base su cui si regge l'intero sistema sportivo italiano.

Tutti i soggetti coinvolti nell'esercizio dello sport dilettantistico (ivi inclusi collaboratori esterni e addetti/incaricati di terzi soggetti fornitori), saranno tenuti a rispettare le norme generali di contenimento del contagio già emanate dalle Autorità competenti in materia ed in vigore alla data di pubblicazione del Protocollo e successive modifiche che dovessero intervenire, sia a livello nazionale che regionale.

Le attività motorie e sportive sono praticate soprattutto in forma organizzata all'interno di strutture gestite da associazioni o società affiliate alle Federazioni Sportive Nazionali, alle Discipline Sportive Associate e agli Enti di Promozione Sportiva. La maggior parte di queste strutture sono rappresentate da palestre, piscine, da impianti sportivi polivalenti dotati di piscina e palestra. da impianti all'aperto comunque denominati. Le linee guida che seguono rappresentano indicazioni utili per ridurre il rischio di da coronavirus nelle attività dello sport di base.

## **A) PREMESSA**

### **1. Protocollo**

Il presente protocollo è stato redatto in data 15/10/2020 potrà essere soggetto ad aggiornamenti e modifiche.

Il protocollo è riferito all'adempimento di misure di contrasto alla diffusione del contagio da Covid 19, sono limitate all'attività di sport di base svolte dalla ASD STRAVERONA RUNNING TEAM.

Tutti i soggetti coinvolti nell'esercizio dello sport dilettantistico (ivi inclusi collaboratori esterni e addetti/incaricati di terzi soggetti fornitori), saranno tenuti a rispettare le norme generali di contenimento del contagio già emanate dalle Autorità competenti in materia ed in vigore alla data di pubblicazione del presente protocollo e successive modifiche che dovessero intervenire, sia a livello nazionale che regionale.

### **2. Riferimenti**

Il protocollo fa riferimento alle seguenti norme:

- Linee-Guida ai sensi dell'art. 1, lettere f e g del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 26 aprile 2020: Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali.
- Linee Guida dell'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri del 04/05/2020.
- Linee guida emanate ai sensi del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 17 Maggio 2020, art.1,

lett. e)

- Protocollo FMSI per la ripresa dell'attività degli atleti del 04/05/2020.

### **3. Scopo**

Per quanto attiene ai riferimenti sopra citati, il presente documento definisce le misure da attuare ai fini del contrasto e contenimento della diffusione del virus Covid-19 durante lo svolgimento degli allenamenti e delle discipline sportive e si integra alle disposizioni previste nelle linee guida dell'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri.

Le finalità del protocollo, nello specifico delle normative emanate, è quello di:

- fornire un ulteriore strumento ai fini degli adempimenti a carico delle Associazioni e Società Sportive.
- favorire la ripresa degli allenamenti e delle attività sportive per gli atleti secondo l'evoluzione delle direttive governative riguardo la ripresa delle attività.
- garantire la sicurezza di tecnici e atleti.
- consentire la presenza e la supervisione dei tecnici nelle sedi di allenamento.

### **4. Soggetti destinatari**

I destinatari del protocollo sono:

- Associazioni e Società sportive affiliate e loro dirigenti
- Atleti
- Tecnici
- Centri sportivi, strutture adibite ad uso sportivo, impianti pubblici e privati nei quali si svolgono allenamenti e attività sportive.

### **5. Responsabilità**

Le misure di contrasto e contenimento del virus Covid-19 hanno efficacia col pieno rispetto dei protocolli e delle indicazioni fornite dal Comitato scientifico incaricato in tal senso dal Governo Italiano.

L'ASD confida quindi sul comportamento attento e responsabile di tutti i propri iscritti ai fini dell'osservanza della normativa relativa all'emergenza Covid-19, non ritenendosi responsabile, in caso di comportamenti difformi o mancato rispetto di tutte le normative gerarchicamente superiori e di quelle contenute nel seguente protocollo, per il verificarsi di casi di infezione da Coronavirus contratto durante gli allenamenti.

Si raccomanda a tutti i soggetti maggiormente a rischio contagio o in caso di insorgenza di sintomi associabili a quelli tipici del Covid-19 di non partecipare alle sedute di allenamento.

## **6. Sito Sportivo**

Per *sito sportivo* si intende “ogni luogo destinato allo svolgimento di esercizi sportivi, eventualmente fornito degli attrezzi necessari, di spogliatoi, di impianti igienici e docce ovvero ogni impianto che rappresenta un insieme di uno o più spazi di attività sportiva dello stesso tipo o di tipo diverso, che hanno in comune i relativi spazi e servizi accessori, individuati dall'organismo sportivo di riferimento”.

In alcune discipline, il sito sportivo può essere differente; si possono avere:

piste all'aperto, al chiuso (tensostrutture, palazzetti dello sport, palestre, percorsi stradali, parchi, ecc.) così come possono essere diverse le dimensioni o le caratteristiche del fondo.

Questi siti possono essere isolati o all'interno di strutture sportive più complesse e di proprietà o gestione sia pubblica che privata.

Questa diversificazione fa sì che, tutti i protocolli d'accesso e gestione degli spazi esterni e comuni, debbano essere valutati ed attuati singolarmente dai proprietari o gestori in osservanza delle vigenti normative nazionali e locali.

## **B) LINEE GUIDA GENERALI**

### **1. Comunicazione**

Tutte le informazioni ritenute utili prima della ripresa delle attività, unitamente al presente documento dovranno essere inviate da parte della ASD ai tecnici, agli atleti e agli esercenti la responsabilità genitoriale in caso di minori, si ritiene altresì opportuno allegare una nota informativa riguardante:

a) Obbligo di non partecipare alle attività qualora risultati positivi al virus o sottoposti alle misure sanitarie della quarantena o del cosiddetto “*isolamento fiduciario*” o in presenza di temperatura corporea oltre i 37.5°.

b) Obbligo dell'immediata informazione al tecnico presente nell'impianto nel caso di insorgenza di sintomatologia riferibile all'infezione da Covid-19.

c) Sintomi: I sintomi dell'infezione da coronavirus, che caratterizzano la maggioranza dei quadri clinici, sono essenzialmente a carico dell'apparato respiratorio superiore, come il comune raffreddore e possono includere: rinorrea (naso che cola), cefalea (mal di testa), tosse, faringite (gola infiammata), febbre, sensazione generale di malessere, anosmia (diminuzione/perdita dell'olfatto) e ageusia(diminuzione/perdita del gusto).

d) Corretta attuazione di tutte le norme di igiene personale utili al contrasto della diffusione del CoronaVirus.

## **2. Accesso al sito**

Ferme restando le modalità di accesso stabilite dal proprietario/gestore dell'impianto, tutti i tesserati, qualora tecnicamente possibile, potranno essere sottoposti a misurazione della temperatura corporea, impedendo loro l'accesso qualora questa sia superiore a 37,5°.

In alternativa, dovrà essere compilata e debitamente sottoscritta una scheda di valutazione (allegata per semplicità al seguente protocollo e da conservare agli atti della Società) sulla quale dovranno essere riportate una serie di informazioni riguardanti la sintomatologia e gli eventuali contatti con soggetti affetti da Covid-19.

L'esercizio dell'attività sportiva, al fine di evitare contaminazioni da parte di esterni, si svolgerà tassativamente "in modo controllato secondo le modalità delle singole discipline" (vedi allegato).

Nel caso della ASD di cui al presente Protocollo la disciplina è ATLETICA LEGGERA.

Qualora, per necessità, dovessero accedere al sito eventuali accompagnatori o soggetti esterni, questi, oltre a trattenersi più brevemente possibile, dovranno adottare gli accorgimenti previsti ai fini della prevenzione del contagio, quali indossare guanti e mascherine e mantenere le distanze di sicurezza.

## **3. Utilizzo delle mascherine**

L'impiego delle mascherine deve essere possibilmente conforme a quanto indicato dalle autorità sanitarie competenti e da quanto indicato dall'OMS riguardo il loro corretto uso:

- Prima di indossare una mascherina, pulire le mani con un disinfettante a base di alcool o con acqua e sapone.
- Nel coprire la bocca e il naso, assicurarsi che non vi siano spazi tra il viso e la mascherina, facendo in modo che quest'ultima copra fin sotto il mento.
- Evitare di toccare la mascherina mentre la si utilizza e, se necessario farlo, pulire prima le mani con un detergente a base di alcol o acqua e sapone.
- Sostituire la mascherina con una nuova non appena è umida e non riutilizzare quelle monouso.
- Per togliere la mascherina, rimuoverla tenendola per gli elastici senza toccare la parte anteriore del dispositivo.
- Dopo averla tolta, gettarla immediatamente in un contenitore chiuso e pulire in modo adeguato le mani.

Le mascherine non più utilizzabili vanno gettate in apposito cestino/raccoglitore per rifiuti, chiuso.

Qualora venga segnalato un caso di contaminazione, il sacco va smaltito come rifiuto contaminato.

Le mascherine chirurgiche espletano la propria funzione protettiva solo se correttamente indossate e cambiate frequentemente, tipicamente ogni 4 ore, oppure sostituite quando vengono rimosse per mangiare o bere.

#### **4. Organizzazione e pianificazione degli allenamenti**

La ASD in accordo con il tecnico responsabile si occuperanno di predisporre un piano allenamenti e di attività che preveda la presenza contemporanea di un numero di atleti adeguato e non rischioso per il contagio, prevedendo altresì orari d'ingresso scaglionati in modo da evitare contatti nei momenti di ingresso/uscita.

Occorre individuare, se possibile una via di accesso e una di uscita in modo da evitare probabili assembramenti in corrispondenza delle porte. All'interno degli spazi comuni l'accesso dovrà essere contingentato e la sosta di breve durata, mantenendo comunque sempre la distanza di sicurezza di almeno 1,50 mt tra gli occupanti.

I servizi igienici dovranno essere dotati di carta igienica, salviette monouso e prodotti igienizzanti in modo da consentirne un utilizzo in sicurezza.

Dovrà essere tenuto un registro degli allenamenti a cura della ASD o del tecnico responsabile, su cui riportare i nominativi dei presenti allegando le autodichiarazioni (se utilizzate) ed ogni altro dato ritenuto utile ai fini di eventuali accertamenti sanitario in caso di contagio.

#### **5. Disposizioni per gli atleti**

Gli atleti dovranno giungere al sito di svolgimento delle attività sportive con già indossato l'abbigliamento per l'attività; una volta pronti per entrare nello spazio destinato all'allenamento sarà loro cura riporre indumenti ed effetti personali all'interno di una borsa/sacca.

Al fine di un maggior controllo delle potenziali fonti di contagio, appare ragionevole consigliare agli atleti ed ai tecnici di sostituire le calzature indossate con altre precedentemente disinfettate o utilizzare delle sopra scarpe protettive dal momento dell'ingresso all'interno del sito di allenamento, soprattutto in caso di strutture al chiuso.

Gli attrezzi sportivi, qualora utilizzati dovranno essere disinfettati dopo l'uso così come la zona di seduta eventualmente utilizzata. Prima e dopo l'attività è obbligatorio lavarsi accuratamente le mani o utilizzare gel disinfettante di uso personale.

Per detergere il sudore non usare le mani, altre parti del corpo o gli indumenti ma, esclusivamente il proprio asciugamano da riporre in un'apposita sacca o borsa.

Gli atleti dovranno anche evitare che il proprio sudore venga a contatto con le strutture, panchine, attrezzi balaustre, o altri arredi e suppellettili provvedendo, qualora si verifichi tale eventualità, all'immediata disinfezione.

In caso di colpi di tosse o starnuti è obbligatorio proteggersi la bocca ed il naso con fazzoletti in carta monouso; in mancanza di questi utilizzare il cavo del gomito come protezione, cercando di evitare che le secrezioni vengano a contatto con le mani. Mani e braccia andranno immediatamente lavate e disinfettate. I fazzoletti non devono essere riutilizzati e vanno immediatamente gettati negli appositi contenitori.

All'interno del sito di attività non dovrà esserci scambio tra atleti di: bottiglie, borracce, prodotti alimentari o per la cura del corpo, pettini, spazzole, accessori e capi di abbigliamento, calzature, attrezzi sportivi o loro componenti meccaniche, utensili per la manutenzione dell'attrezzatura sportiva e di tutto ciò che possa comunque essere potenziale oggetto di trasmissione del virus.



## **6. Disposizioni per i tecnici**

Il tecnico presente all'attività dovrà far rispettare i turni stabiliti per gli atleti, verificando e ritirando le autocertificazioni che andranno conservate a cura della ASD.

Durante tutto l'allenamento dovrà indossare la mascherina evitando il contatto fisico con gli atleti, escluse situazioni d'emergenza o contingenti.

Le indicazioni tecniche dovranno essere impartite restando all'esterno dell'area di allenamento o, comunque, sempre ad una distanza di sicurezza adeguata al gesto tecnico ed alla velocità di spostamento dell'atleta.

## **C) LINEE GUIDA SPECIFICHE PER OGNI DISCIPLINA**

Per le linee guida relative alla pratica di allenamento e attività delle varie discipline, si rimanda ai Protocolli della Federazione e /o degli Enti di Promozione Sportiva di affiliazione pubblicati per la disciplina sportiva.

Le presenti linee riportano indicazioni diffuse sulla fase di preparazione atletica dopo la sosta e sulle modalità di espletamento delle fasi di allenamento e gestione delle attività, nel rispetto dei protocolli di sicurezza, potranno essere adattate dai tecnici e dirigenti della ASD, secondo la propria organizzazione e pianificazione delle attività di allenamento.

## **Prospetto riassuntivo della gestione delle attività sportive**

### **Prima**

- Arrivare all'orario comunicato indossando già l'abbigliamento tecnico e la mascherina.
- Disinfettarsi le mani.
- Effettuare la misurazione della temperatura (se prevista) o consegnare l'autocertificazione.
- L'atleta può depositare la mascherina se, a discrezione del tecnico, non è necessario l'uso durante l'allenamento.
- Inserire indumenti ed effetti personali nella propria borsa.
- Disinfettarsi nuovamente le mani.
- Prendere bottiglia/borraccia e fazzoletti e portarli in zona sicura al bordo dell'area di allenamento.

### **Durante**

- Mantenere la distanza di sicurezza sia durante l'allenamento che quando ci si avvicina all'allenatore o ad altri atleti,
- Se si rende necessario l'utilizzo dei servizi igienici, chiedere sempre il consenso all'allenatore che ha il compito di evitare assembramenti.
- Se durante l'allenamento l'atleta lamenta dei sintomi febbrili anche lievi, deve essere immediatamente allontanato; devono essere inoltre avvisati i familiari, attivando poi tutte le procedure previste dai protocolli sanitari nazionali e regionali.

### **Dopo**

- Gettare l'eventuale mascherina usata rispettando le norme igieniche del protocollo.
- Disinfettarsi le mani.
- Prima di uscire dall'uscita individuata, indossare la mascherina nuova.

**ADOPTARE IN OGNI CASO LE MISURE DI CONTENIMENTO E DI GESTIONE PREVISTE DAL PROTOCOLLO FORNITO DALL' ENTE GESTORE DELL'IMPIANTO IN CUI SI SVOLGE L'ATTIVITA' SPORTIVA**

## **Tabella di valutazione del rischio**

È stato richiesto agli Organismi Sportivi di elaborare specifici protocolli di attuazione delle predette linee guida, allo scopo di disciplinare le modalità di svolgimento dell'attività sportiva per le rispettive discipline, nel delicato momento della ripresa delle fasi addestrative, tenuto conto dei coefficienti di rischio di contagio riportati nello studio elaborato dal Politecnico di Torino

Lo Studio classifica il rischio di contagio in relazione alle singole discipline sportive, attraverso una classificazione progressiva elaborata *“sulla base della numerosità di soggetti coinvolti, sul tipo di interazione tra i soggetti e sull'ambiente in cui tali attività vengono svolte”*.

Il livello di rischio non è attribuito alla singola disciplina in sé, ma viene calcolato volta per volta sulla base delle modalità di svolgimento della stessa, distinguendo le diverse fasi dell'allenamento tra quelle che, ad esempio, prevedono l'interazione di due o più soggetti e/o la condivisione di attrezzature, quelle che possono essere svolte all'aperto o che necessitano di essere svolte al chiuso. Tali valutazioni prendono in considerazione tutte le persone funzionali all'allenamento e non soltanto gli atleti.

Lo Studio evidenzia che la classificazione del rischio dev'essere calcolata su ogni specifica attività svolta (da classe da 1 a 8) secondo le diverse casistiche che possono presentarsi nello svolgimento di ogni attività addestrativa, al fine di adottare le necessarie azioni di mitigazione.

Nella tabella è riportata la sintesi della classificazione prodotta dal Politecnico, applicabile alle varie fasi di allenamento nelle varie discipline:

CLASSE	TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
1	Singoli all'aperto	Il singolo atleta svolge attività individuale all'aperto
2	Singoli al chiuso	Il singolo atleta svolge attività individuale al chiuso
3	A turni di accesso alla sede sportiva, all'aperto	Un singolo atleta o un gruppo di atleti si alternano sul campo o nello stesso spazio o nell'utilizzo degli stessi attrezzi all'aperto
4	A turni di accesso alla sede sportiva, al chiuso	Un atleta singolo o gruppo di atleti si alternano sul campo o nello stesso spazio o nell'utilizzo degli stessi attrezzi al chiuso
5	Di squadra o singoli, con campo separato	Due o più gruppi di atleti/squadre si affrontano senza toccarsi
6	A coppie, all'aperto o al chiuso	Due atleti interagiscono fisicamente sul campo, con ripetuti contatti
7	Di squadra, con campo condiviso	Due gruppi di atleti/squadre si affrontano con contatto frequente
8	Assembramento e/o contatto continuo	Molti atleti si assemano nello stesso spazio in una fase della prestazione sportiva e/o nella pratica hanno un contatto continuo e molto ravvicinato con l'avversario

Sulla base delle predette classificazioni vengono conseguentemente stabilite le azioni di mitigazione del rischio, ricavate dai protocolli utilizzati per garantire la sicurezza sui luoghi di lavoro, che vengono a loro volta classificate in tre livelli:

- **Livello 1** -Applicazione del distanziamento sociale, se il distanziamento sociale non è compatibile con l'attività specifica;
- **Livello 2** – Uso dei dispositivi di prevenzione del contagio (mascherine, visiere, guanti), ove l'uso dei dispositivi di prevenzione del contagio non sia compatibile con l'attività specifica;
- **Livello 3** – Valutazione di non-contagiosità (tampone 48 ore prima dell'attività).

Si riporta di seguito la tabella, estrapolata dallo Studio, relative a varie discipline, nelle quali vengono descritte le più comuni situazioni riscontrabili in allenamento, la classificazione delle attività nella relativa classe di rischio e le azioni di mitigazioni appropriate.

Attività	Descrizione	Classe di rischio	Azioni di mitigazione	Note
Riscaldamento dinamico	Corsa, sprint, cambi di direzione, salti, affondi,...Con la carrozzina. corse, cambi di ritmo nella spinta, sprint, cambi di direzione	Classe 4	Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali Turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza Evitare disposizione in linea di atleti nelle fasi di corsa Sanificazione della carrozzina a fine allenamento	Attività individuale senza contatto diretto mantenendo le distanze interpersonali
Attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare	Attività in movimento, a stazioni, ... Attività in movimento con la carrozzina, a stazioni,	Classe 4	Formazione di gruppi chiusi e costanti Lavaggio mani prima e dopo l'utilizzo di attrezzi. Sanificazione degli attrezzi (e della carrozzina) a fine allenamento	Attività individuale mantenendo le distanze interpersonali
Allenamento sui fondamentali	Palleggio, passaggio, tiro, ...	Classe 4	Formazione di gruppi chiusi e costanti Lavaggio mani prima dell'allenamento Sanificazione della palla (e della carrozzina) a fine allenamento	Attività individuale o a coppie senza contatto diretto mantenendo le distanze interpersonali
Allenamento su giochi a 2 con contatto.	1c1, 2c2, ...	Classe 6	Sostituzione della strategia di allenamento con attività teorica	
Allenamento su strategie di squadra	Giochi di attacco, difesa, schemi, partite	Classe 7	Sostituzione della strategia di allenamento con attività teorica	
Partita	Gara di campionato	Classe 7	Tampone 48 prima ore dall'evento	Mascherina e distanziamento sociale in panchina

Attività	Descrizione	Classe di rischio	Azione di mitigazione	Note
Riscaldamento dinamico e attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare.	Corsa, sprint, cambi di direzione, salti, affondi, attività in movimento, gambe scherma, attività di pesi con macchinari e attrezzature.	Classe 4	Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali. Turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza. Evitare disposizione in scia nelle fasi di corsa. Lavaggio mani prima e dopo l'utilizzo di attrezzi. Sanificazione degli attrezzi a fine allenamento.	Attività individuale senza contatto diretto mantenendo le distanze interpersonali.
Attività di Allenamento tecnico in palestra con il Maestro o l'Istruttore.	Attività tecnica di simulazione di combattimento e di approfondimento della tecnica di disciplina con l'insegnante	Classe 6	Mantenere la distanza interpersonale tra atleta e insegnante	Attività a coppie su cui si può lavorare per mantenere le distanze interpersonali.
Attività di allenamento tecnico in palestra tra atleti.	Attività tecnica di simulazione di combattimento e di approfondimento della tecnica di disciplina con simulazione di incontri tra atleti	Classe 6	Evitare lo scambio di attrezzi ed avere cura che ogni atleta tocchi solo ed esclusivamente lui il suo materiale. Durante l'attesa indossare i DPI che saranno da indossare anche durante gli incontri nel caso non si riesca a mantenere l'idoneo distanziamento sociale. Mantenere la distanza interpersonale tra gli atleti durante l'attesa. Igiene delle mani al termine di ogni incontro. Sanificazione della palestra e degli spogliatoi.	Evitare la presenza di un numero eccessivo di atleti durante l'allenamento per evitare di transitare dalla Classe 6 alla Classe 8.

## **Prontuario esplicativo delle disposizioni sanitarie, amministrative e tecniche di sostanziale importanza per lo svolgimento delle attività sportive previste dalla vigente normative**

Poiché ogni organizzazione sportiva deve procedere alla valutazione del rischio del proprio sito, il consiglio Direttivo della ASD /SSD può stabilire delle procedure specifiche che valgono per i propri associati, ovviamente nel rispetto delle Linee Guida istituzionali e delle eventuali indicazioni emanate dagli Organismi Sportivi di riferimento.

Qualsiasi soggetto coinvolto nell'esercizio dello sport è ritenuto in ogni caso, consapevole delle conseguenze giuridiche in caso di violazione, a non recarsi al sito sportivo, se sottoposto alla misura della quarantena ovvero positivo al Virus:

- se presenta un sintomo del Virus;
- se ha un membro della famiglia con i sintomi del Virus;
- se è in auto-isolamento perché venuto a contatto con una persona infetta;
- se vive in famiglie in auto-isolamento.<sup>14</sup>

### **Pratiche di igiene anticovid 19 valide per qualsiasi sito sportivo:**

- lavarsi frequentemente le mani, anche con gel disinfettanti;
  - mantenere la distanza interpersonale minima di 1 metro,
  - in caso di attività motoria e sportiva mantenere la distanza interpersonale di 2 mt
  - 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;
  - bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
  - gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati).
- La norma stabilisce il doppio sacchetto per il conferimento nei cassonetti dell'indifferenziata.

### **1) Buone pratiche per ridurre gli assembramenti**

Per ridurre il numero totale delle persone presenti (contando anche istruttori e personale) contemporaneamente nel sito sportivo, è opportuno fare delle simulazioni di spazio utile a persona.

Esempio:

- Non si possono fare sport di contatto. Responsabilizzate gli istruttori che vigilino sulle distanze e sui comportamenti degli atleti.
- Per lo spogliatoio si possono segnare delle delimitazioni sulle panche e uso alternato armadietti per rispettare distanza 1 mt e far entrare un numero di persone in base allo spazio disponibile. Molto facilmente la capienza spogliatoio è minore rispetto al numero di persone che possono allenarsi contemporaneamente, pertanto studiate un modo per

farvi accedere le persone, soprattutto nei momenti di cambio turno o massima affluenza consentita.

## **2) Buone pratiche per pulizia e igiene**

- differenziare ove possibile i punti di ingresso alla struttura dai punti di uscita;
- creare veri e propri percorsi che impediscano il contatto tra le persone anche quando finisce la lezione;
- disinfettare i propri effetti personali e di non dividerli (borracce, fazzoletti, smartphone, attrezzi, ecc.);
- predisporre degli spazi riservati per la posa di bottigliette e borracce degli atleti;
- utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo;
- non toccare oggetti e segnaletica fissa;
- arrivare nel sito già vestiti adeguatamente per attività che andrà a svolgersi o in modo tale da utilizzare spazi comuni per cambiarsi;
- tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti; si raccomanda di non consentire l'uso promiscuo degli armadietti e di mettere a disposizione sacchetti per riporre i propri effetti personali;
- organizzare gli spazi negli spogliatoi e docce in modo da assicurare le distanze di almeno 2 metri (ad esempio prevedere postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere), anche regolamentando l'accesso agli stessi;

## **3) Buone pratiche per pulizia e sanificazione dei locali e attrezzature**

**Pulizia** = si intende la detersione con soluzione di acqua e detergente;

**Sanificazione** = invece la decontaminazione con apposite soluzioni disinfettanti.

Indicazioni su disinfettanti e detergenti si trovano sul sito Ministero della Salute

Nel piano di pulizia occorre includere almeno:

- gli ambienti dedicati alla pratica sportiva;
- le aree comuni;
- le aree ristoro;
- i servizi igienici e gli spogliatoi;
- le docce;
- gli attrezzi e i macchinari sportivi;
- le postazioni di lavoro e allenamento ad uso promiscuo;
- gli ascensori,
- i distributori di bevande e snack, con particolare attenzione alle superfici toccate più di frequente;
- le parti esposte dell'impianto di ventilazione (es. prese e griglie di ventilazione se facilmente raggiungibili).



Si ricorda che la percentuale di cloro attivo in grado di eliminare il virus senza provocare irritazioni dell'apparato respiratorio è lo 0,1% in cloro attivo per la maggior parte delle superfici.

### **Chi deve fare la sanificazione?**

La sanificazione tramite imprese autorizzate che rilasciano apposita certificazione non è obbligatoria; tuttavia - poiché rappresenta un elemento di qualità e sicurezza offerta verso l'utenza - valutare se tra prodotti, macchinari, tempo impiegato e costo richiesto non sia conveniente/opportuno farla fare (almeno all'apertura iniziale).

L'obbligo invece sussiste per gli ambienti dove siano stati riscontrati casi confermati di COVID 19; si veda Ministero della Salute la circolare 5443 del 22/02/2020: in caso di pulizia di ambienti non sanitari ove abbiano soggiornato casi confermati di COVID-19, prescrive che tali operazioni siano eseguite da personale dotato di tutti i DPI e precise norme da seguire (mascherine FFP2 o FFP3, camice monouso, svestizione - smaltimento dei DPI monouso come materiale potenzialmente infetto etc.) ed effettuate da imprese autorizzate ai sensi del D.M. 274/1997, che al termine dell'intervento rilascino apposita certificazione riguardante l'avvenuto intervento, in conformità alle disposizioni in vigore.

La sanificazione può essere fatta da un socio della ASD (predisporre verbale) ed è obbligatoria almeno una volta al giorno (dipende dalla metratura e dal numero di persone che frequentano), utilizzando i prodotti previsti (a base di cloro e/o alcool, candeggina o ad altri prodotti disinfettanti ad attività virucida, concentrandosi in particolare sulle superfici toccate più di frequente (ad esempio porte, maniglie, tavoli, servizi igienici etc). Tali adempimenti devono essere ordinariamente registrati supporto cartaceo o informatico, con auto-dichiarazione. (La pratica di registrare su appositi fogli gli orari e giorni delle pulizie generali e specifiche può essere anche fatta dal Gestore della palestra per sua organizzazione ma anche per farla vedere in caso di controlli da parte delle autorità competenti).

### **4) Buone pratiche per l'informazione e la sicurezza**

Ogni organizzazione sportiva deve procedere alla valutazione del rischio del proprio sito:

- È facoltativo richiedere di rilevare la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura > 37,5 °C. Meglio sincerarsi della condizione di salute del socio/atleta.
- Mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni (in modo da poter avvisare le persone qualora qualcuno risultasse positivo al Covid19).
- Predisporre una adeguata cartellonistica di informazione sulle tutte le misure di prevenzione da adottare, mettendole bene in vista nel sito sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché negli spogliatoi e nei servizi igienici.

### **5) Buone pratiche nei confronti dei lavoratori/istruttori**

Tra i più importanti aspetti legati all'informazione, fatti salvi quelli legati al particolare contesto della disciplina sportiva di riferimento, il collaboratore tecnico deve essere informato circa:

- l'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37,5°) o altri sintomi influenzali (tosse, difficoltà respiratorie) mettendone al corrente il proprio medico di medicina generale e il medico sociale;

- l'obbligo di comunicare eventuali contatti con persone positive al virus avuti nei 14 giorni precedenti, rimanendo al proprio domicilio secondo le disposizioni dell'autorità sanitaria;
- l'obbligo di avvisare tempestivamente e responsabilmente il datore di lavoro/gestore del sito sportivo/rappresentante dell'organizzazione sportiva dell'insorgere di qualsiasi sintomo influenzale, successivamente all'ingresso nel sito sportivo durante l'espletamento della prestazione, avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti;
- l'adozione delle misure cautelative per accedere nel sito sportivo e, in particolare, durante l'espletamento della prestazione:
  - mantenere la distanza di sicurezza;
  - rispettare il divieto di assembramento;
  - osservare le regole di igiene delle mani;
  - utilizzare adeguati Dispositivi di Protezione Individuale (DPI).

### **INAIL - L'infortunio sul lavoro per Covid 19 non è collegato alla responsabilità penale e civile del datore di lavoro**

Il datore di lavoro (nel nostro caso il Rappresentante Legale della ASD) risponde penalmente e civilmente delle infezioni di origine professionale, solo se viene accertata la propria responsabilità per dolo o per colpa.

In riferimento al dibattito in corso sui profili di responsabilità civile e penale del datore di lavoro per le infezioni da Covid-19 dei lavoratori per motivi professionali, è utile precisare che dal riconoscimento come infortunio sul lavoro non discende automaticamente l'accertamento della responsabilità civile o penale in capo al datore di lavoro.

### **Conclusioni**

Appare necessario che, per la ripresa delle attività, l'ASD si attenga al rispetto delle norme contenute nei Provvedimenti emanati dal Governo, dalle Regioni, dagli altri Enti territoriali, nonché nelle Linee Guida dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri e nel presente Protocollo.

Si sottolinea, altresì, la necessità che l'ASD si adoperi per porre in essere tutti gli adempimenti di loro competenza ai sensi della legislazione vigente in materia di sicurezza, protezione dei dati personali, sicurezza sul lavoro e in ambito sanitario, alla luce della situazione di emergenza in atto.

In relazione ai protocolli specifici delle singole discipline si rimanda a quelli redatti dalle singole Federazioni Sportive Nazionali e delle Discipline Sportive Associate ed Enti di Promozione Sportiva che potrà essere consultato nella apposita raccolta sul sito: <https://www.coni.it/it/speciale-covid-19>.

A tal proposito, si sottolinea che, essendo la normativa in menzione in continua evoluzione, anche il presente Protocollo potrà essere soggetto a modifiche, integrazioni ed aggiornamenti che saranno prontamente condivisi e pubblicati sul sito dell'ASD.

**Allegati:**

- All. 01 - C-19 modello dichiarazione ripresa attività
- All. 02- C-19 modello autodichiarazione stato di salute
- Linee Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere
- Linee Guida sulle modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali
- FMSI (Federazione Medico Sportiva Italiana) Linee Guida di ripartenza per sport non agonistici
- locandina "Lo Sport riparte in Sicurezza"