

## **PROTOCOLLO ATTIVITA' SPORTIVE**

### **US ACLI ARTI MARZIALI**

**12 GIUGNO 2020**

*REV.1 del 22 giugno 2020*

*REV.2 del 30 luglio 2020*

<b>1. PREMESSA</b> .....	2
<b>2. DOCUMENTAZIONE DI RIFERIMENTO</b> .....	2
<b>3. INDICAZIONI GENERALI PER IMPIANTI SPORTIVI INDOOR</b> .....	3
<b>4. NORME PARTICOLARI STRUTTURE OUTDOOR</b> .....	5
<b>5. GESTIONE DEI CASI SINTOMATICI</b> .....	5
<b>6. MODALITÀ DI ACCESSO AL SITO SPORTIVO DAI FORNITORI</b> .....	6
<b>7. ARTI MARZIALI US ACLI</b> .....	6
<b>7.1. INDICAZIONI TECNICHE/ORGANIZZATIVE</b> .....	7
<b>7.1.1 Attività con contatto</b> .....	7
<b>7.1.2 Norme dell'utente/atleta</b> .....	7
<b>7.1.3 Spogliatoi ed aree chiuse</b> .....	8
<b>7.1.4 Attività senza contatto</b> .....	8
<b>7.1.5 Attività che utilizzano attrezzi</b> .....	10
<b>8 Allegati</b> .....	12

## 1. PREMESSA

Il presente documento è stato redatto da US ACLI al fine di fornire indicazioni e azioni pratiche che possano accompagnare la ripresa delle attività sportive a seguito del lock-down per l'emergenza Covid-19.

Esso non sostituisce e non si sovrappone alle Linee Guida emanate dalla stessa US Acli e ai provvedimenti delle competenti autorità statali, regionali e territoriali, che prevalgono in ogni caso e pertanto non sostituisce la normativa vigente di riferimento alla quale si rimanda.

Il presente documento fornisce indicazioni unicamente agli utenti praticanti, gli atleti, i lavoratori, i datori di lavoro di ASD e SSD, nonché dei gestori di impianti sportivi per lo svolgimento della pratica sportiva con particolare riferimento alle discipline sportive non espressamente regolamentate dalle FSN e DSA nazionali, i protocolli sono reperibili nel sito CONI al percorso [https://www.coni.it/images/speciale\\_covid19/](https://www.coni.it/images/speciale_covid19/).

Si precisa che le indicazioni contenute nel presente documento devono essere applicate dalle ASD/SSD data la responsabilità che ricade sul rappresentante legale della stessa.

Occorre sensibilizzare e rendere consapevoli ogni individuo ad attenersi ad ogni norma indicata dalle ASD e SSD e quindi di prenderne atto per non precludere la sicurezza di ogni persona che gravita nelle organizzazioni sportive.

Le indicazioni di seguito riportate vanno intese come strettamente legate alla fase di emergenza Covid-19, pertanto passibili di modifiche ed adeguamenti, conseguenti all'evolversi della situazione pandemica, sebbene alcune parti consiglieremo di mantenerle anche ad emergenza superata.

Tutto quello non specificato in tale documento deve essere integrato con le disposizioni nazionali, regionali e territoriali definite dall'ufficio sport del governo.

*“sono sospesi gli eventi e le competizioni sportive di ogni ordine e disciplina, in luoghi pubblici o privati. Allo scopo di consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da COVID-19, le sessioni di allenamento degli atleti professionisti e non professionisti degli sport individuali e di squadra, sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse”.*

## 2. DOCUMENTAZIONE DI RIFERIMENTO

- D.Lgs 81/2008 e smi “Testo unico in materia di salute e sicurezza sui luoghi di lavoro”;
- protocollo di regolamentazione sottoscritto tra Governo e parti sociali del 14 marzo 2020 e successivo aggiornamento del 24 aprile 2020 e confermato in Allegato 12 del DPCM del 17/05/2020;
- Rapporto *LO SPORT RIPARTE IN SICUREZZA v1 26 aprile 2020*;
- Linee-Guida ai sensi dell'art. 1, lettere f e g del DPCM del 26 aprile 2020, “Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali” con prot. N. 3180 del 04/05/2020;
- Linee-Guida Emanate ai sensi del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 17 Maggio 2020, art.1, lett. e), “Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport di squadra” LINEE GUIDA PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA DI BASE E L'ATTIVITÀ MOTORIA IN GENERE Emanate ai

sensi del DPCM del 17.05.2020 art. 1 lettera f) da parte della Presidenza del Consiglio dei Ministri Ufficio per lo sport del 19/05/2020;

- le Linee guida per la riapertura delle Attività Economiche e Produttive approvate dalla Conferenza delle Regioni in data 16.5.2020 e riguardanti le seguenti attività non consentite fino al 17 maggio 2020:
- Ordinanza del Presidente della Giunta Regionale Veneto n. 48 del 17 maggio 2020.
- Decreto Presidente della Giunta Regionale del Piemonte n.63-22 maggio 2020
- Protocolli delle FSN e DSA nazionali per lo svolgimento dell'attività sportiva.
- Linee Guida Us Acli

### 3. INDICAZIONI GENERALI PER IMPIANTI SPORTIVI INDOOR

Le presenti indicazioni si applicano agli impianti sportivi, palestre e centri sportivi in genere comprese le attività

Fisiche sia con modalità a corsi che di gioco (senza contatto fisico interpersonale).

Per garantire la fruizione delle strutture e lo svolgimento delle attività sportive all'interno degli impianti indoor di dovrà garantire quanto segue:

- Predisporre una adeguata **informazione** sulle tutte le misure di prevenzione da adottare.
- Redigere un **programma delle attività il più possibile pianificato** (es. con prenotazione) e regolamentare gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazioni; mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni.
- Potrà essere rilevata la **temperatura** corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura > 37,5 °C.
- Organizzare gli spazi negli spogliatoi e docce in modo da assicurare le distanze di almeno 1 metro (ad esempio prevedere postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere), anche regolamentando l'accesso agli stessi.
- Regolamentare i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi e macchine, anche delimitando le zone, al fine di garantire la distanza di sicurezza:
  - **almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica,**
  - **almeno 2 metri durante l'attività fisica** (con particolare attenzione a quella intensa).
  - **In locale chiuso dove è possibile mantenere la distanza interpersonale compresa tra 1 e 2 metri calcolare almeno la disponibilità di 8 mq a persona ove la regola principale rimane il poter garantire in relazione all'attività svolta 2 metri di distanza tra i partecipanti.**
- Dotare l'impianto/struttura di **dispenser con soluzioni idroalcoliche** per l'igiene delle mani dei frequentatori/clienti/ospiti in punti ben visibili, prevedendo l'obbligo dell'igiene delle mani all'ingresso e in uscita.
- Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, il responsabile della struttura assicura la **disinfezione della macchina** o degli attrezzi usati.
- **Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.**
- Garantire la **frequente pulizia e disinfezione** dell'ambiente, di attrezzi e macchine (anche più volte al giorno ad esempio tra un turno di accesso e l'altro), e comunque la disinfezione di spogliatoi (compresi armadietti) a fine giornata.
- Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- Utilizzare in palestra/in campo **apposite calzature** previste esclusivamente a questo scopo.

- 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 eventualmente a disposizione sacchetti per riporre i propri effetti personali.
- Per quanto riguarda il **microclima**, è fondamentale verificare le caratteristiche di aerazione dei locali e degli impianti di ventilazione e la successiva messa in atto in condizioni di mantenimento di adeguati ricambi e qualità dell'aria indoor. Per un idoneo microclima è necessario:
- garantire periodicamente l'aerazione naturale nell'arco della giornata in tutti gli ambienti dotati di aperture  
verso l'esterno, dove sono presenti postazioni di lavoro, personale interno o utenti esterni (comprese le aule di udienza ed i locali openspace), evitando correnti d'aria o freddo/caldo eccessivo durante il ricambio naturale dell'aria;
- aumentare la frequenza della manutenzione / sostituzione dei pacchi filtranti dell'aria in ingresso  
(eventualmente anche adottando pacchi filtranti più efficienti);
- in relazione al punto esterno di espulsione dell'aria, assicurarsi che permangano condizioni impiantistiche tali da non determinare l'insorgere di inconvenienti igienico sanitari nella distanza fra i punti di espulsione ed i punti di aspirazione;
- attivare l'ingresso e l'estrazione dell'aria almeno un'ora prima e fino ad una dopo l'accesso da parte del pubblico;
- nel caso di locali di servizio privi di finestre quali archivi, spogliatoi, servizi igienici, ecc., ma dotati di ventilatori/estrattori meccanici, questi devono essere mantenuti in funzione almeno per l'intero orario di lavoro;
- per quanto riguarda gli ambienti di collegamento fra i vari locali dell'edificio (ad esempio corridoi, zone di transito o attesa), normalmente dotati di minore ventilazione o privi di ventilazione dedicata, andrà posta particolare attenzione al fine di evitare lo stazionamento e l'assembramento di persone, adottando misure organizzative affinché gli stessi ambienti siano impegnati solo per il transito o pause di breve durata;
- negli edifici dotati di specifici impianti di ventilazione con apporto di aria esterna, tramite ventilazione meccanica controllata, eliminare totalmente la funzione di ricircolo dell'aria;
- Relativamente agli impianti di riscaldamento/raffrescamento che fanno uso di pompe di calore, fancoil, o termoconvettori, qualora non sia possibile garantire la corretta climatizzazione degli ambienti tenendo fermi gli impianti, pulire in base alle indicazioni fornite dal produttore, ad impianto fermo, i filtri dell'aria di ricircolo per mantenere i livelli di filtrazione/rimozione adeguati.
- le prese e le griglie di ventilazione devono essere pulite con panni puliti in microfibra inumiditi con acqua e sapone, oppure con alcool etilico al 75%;
- evitare di utilizzare e spruzzare prodotti per la pulizia detergenti/disinfettanti spray direttamente sui filtri per non inalare sostanze inquinanti, durante il funzionamento.

#### 4. NORME PARTICOLARI STRUTTURE OUTDOOR

Per le strutture e/o attività che si svolgono campi scoperti e/o parchi attrezzati si raccomanda quanto segue:

- Predisporre una adeguata **informazione** sulle tutte le misure di prevenzione da adottare.
- Redigere un **programma delle attività il più possibile pianificato** (es. con prenotazione) e regolamentare gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazioni; mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni.
- Potrà essere rilevata la **temperatura** corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura > 37,5 °C.
- Organizzare gli spazi negli spogliatoi e docce in modo da assicurare le distanze di almeno 1 metro (ad esempio prevedere postazioni d'uso alternate o separate da apposite barriere), anche regolamentando l'accesso agli stessi.
- **garantire il distanziamento sociale** con ogni mezzo possibile, ad esempio predisponendo piani di evacuazione del campo che evitino aggregazione in caso di interruzione del gioco per maltempo o postazioni di sosta che garantiscano il distanziamento.
- Predisporre gli spazi di attività/gioco e di transito con una adeguata segnaletica, verticale e/o orizzontale che garantisca il distanziamento sociale di chi sta svolgendo l'attività sportiva rispetto a chi sta semplicemente frequentando lo spazio aperto (particolare attenzione se si tratta di parchi e/o aree aperte normalmente al pubblico).

#### 5. GESTIONE DEI CASI SINTOMATICI

- Realizzazione di un luogo dedicato all'isolamento ove ricoverare temporaneamente coloro che dovessero manifestare insorgenza di sintomi riconducibili a Covid-19 durante le attività sportive;
- messa a punto di una procedura per la gestione dell'operatore sportivo o di altra persona presente nel sito sportivo che dovesse manifestare sintomi riconducibili a Covid-19 durante le attività sportive.
- 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, mancanza di odore e olfatto.
- A tal scopo, l'organizzazione sportiva procede immediatamente ad avvertire le autorità sanitarie competenti ai numeri per il Covid-19 forniti dalle Regioni e/o Provincie di appartenenza e procede secondo le istruzioni ricevute.
- Nel caso il soggetto sia successivamente riscontrato positivo al tampone Covid-19, l'organizzazione sportiva si mette a disposizione delle Autorità Sanitarie per la definizione degli eventuali "contatti stretti" e per attuare le eventuali prescrizioni.

## 6. MODALITÀ DI ACCESSO AL SITO SPORTIVO DAI FORNITORI

- Analizzare le modalità di accesso dei fornitori, eventuali mezzi utilizzati, il percorso seguito per raggiungere il sito sportivo;
- Definire e comunicare, con mezzi di informazione preventiva in fase di contratto ed all'atto della interazione nel sito sportivo, ai fornitori/visitatori le modalità di accesso al sito sportivo, i divieti e gli eventuali controlli che saranno eseguiti;
- individuare procedure di ingresso, transito e uscita dei fornitori/visitatori mediante modalità, percorsi e tempistiche predefinite, al fine di ridurre le occasioni di contatto con gli operatori sportivi coinvolti;
- organizzare le forniture in modo da evitare a monte, per quanto possibile, sovrapposizioni di orari e aree coinvolte;
- effettuare un controllo in ingresso tramite portineria/reception in modo da scaglionare l'ingresso dei
- Fornitori/personale esterno che deve operare nelle stesse aree;
- individuare dei luoghi appositi e delle modalità specifiche per le consegne di forniture di piccole dimensioni in modo da limitare il numero di persone esposte e il percorso seguito dai fornitori;
- ove possibile, evitare che gli autisti dei mezzi di trasporto scendano dal proprio mezzo e accedano al sito sportivo, ma gestire le operazioni da remoto e comunque mantenendo la distanza interpersonale minima di sicurezza;
- valutare la necessità di estendere ai fornitori/visitatori i controlli effettuati all'ingresso sugli operatori sportivi (es. registrazione, controllo temperatura, etc.);
- misurare la temperatura corporea in fase di ingresso al sito sportivo;
- consentire l'accesso al sito sportivo soltanto con i dispositivi di prevenzione del contagio tra cui
  - mascherine, visiere, guanti.

## 7. ARTI MARZIALI US ACLI

In questa parte del protocollo si esplicitano le indicazioni per potere svolgere le attività tipiche delle arti marziali e sono state suddivise in 3 tipologie di attività:

1. Attività con contatto (in questa fase non operativa)
2. Attività senza contatto
3. Attività che utilizzano attrezzi (comprese guanti- armi-bastoni....)

Le indicazioni di seguito riportate vanno intese come strettamente legate alla fase di emergenza Covid-19, pertanto passibili di modifiche ed adeguamenti, conseguenti all'evolversi della situazione pandemica, sebbene alcune parti e principi guida, potranno essere utili anche ad emergenza superata. Si precisa, inoltre, che le indicazioni contenute nel presente documento sono da porre in essere nel pieno rispetto dei provvedimenti delle competenti autorità statali e regionali, come sopra menzionato, e che lo loro applicazione è di completa responsabilità di ogni Organizzazione Sportiva (ASD/SSD) che ricade sul rappresentante legale della stessa.

Il presente protocollo va inteso come una traccia, come un contributo a disposizione e pertanto non sostituisce la normativa di riferimento nazionale, regionale o territoriale alla quale si rimanda.

## 7.1. INDICAZIONI TECNICHE/ORGANIZZATIVE

### 7.1.1 Attività con contatto

- Occorre garantire il mantenimento della distanza interpersonale minima di almeno 1 metro in caso di assenza di attività fisica e, per tutti i momenti in cui la disciplina sportiva lo consente, di almeno 2 metri durante l'attività fisica, **fatta eccezione per le attività di contatto previste in specifiche discipline.**
- Il registro dei presenti nella sede dell'attività di allenamento o della competizione sportiva (es. atleti, staff tecnico, dirigenti sportivi, massaggiatori, fisioterapisti, etc) dovrà essere mantenuto per almeno 14 giorni.

### 7.1.2 Norme dell'utente/atleta

- Gli spazi vanno rimodulati nell'ottica del distanziamento sociale con adeguato distanziamento evidenziato, se possibile, con segnaletica a terra (orizzontale).
- L'accesso alla sede dell'attività sportiva (sede dell'allenamento o della gara) potrà avvenire solo in assenza di segni/sintomi (es. febbre, tosse, difficoltà respiratoria, alterazione di gusto e olfatto) per un periodo precedente l'attività pari almeno a 3 giorni. Inoltre, all'accesso dovrà essere rilevata la temperatura corporea: in caso di temperatura > 37.5 °C non sarà consentito l'accesso.
- adeguata informazione, comprensibile anche per gli atleti di altra nazionalità - corretta prassi igienica individuale (frequente igiene delle mani con prodotti igienizzanti; starnutire/tossire evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani; non condividere borracce, bottiglie, bicchieri)
- tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti
- Nella gestione dell'entrata e dell'uscita dei soggetti coinvolti, vanno assicurati orari scaglionati e laddove possibile, prevedere una zona di entrata ed una di uscita dedicate.
- Gli atleti vanno informati circa le norme preventive necessarie allo svolgimento dell'allenamento, in particolare quelle relative all'igiene respiratoria, all'uso della mascherina e al distanziamento sociale;
- Prima dell'allenamento, durante e alla fine dello stesso gli atleti devono igienizzare mani
- Al termine di ogni allenamento l'area va opportunamente sanificata/igienizzata se è uno spazio chiuso
- Ogni atleta deve essere dotato di:
  - gel idroalcolico
  - mascherina di ricambio
  - fazzoletti usa e getta
  - bottiglia d'acqua/borraccia personale
  - riporre i propri oggetti personali dentro la borsa personale e/o sacchetto usa e getta
  - quanto eventualmente indicato dalla normativa territoriale e/o dalla struttura sportiva in cui si accede.

- Va sempre tenuta aggiornata la scheda di presenza degli atleti e dei loro potenziali contatti

### **7.1.3 Spogliatoi ed aree chiuse**

- Gli spazi vanno rimodulati nell'ottica del distanziamento sociale con adeguato distanziamento evidenziato, se possibile, con segnaletica a terra (orizzontale).
- Regolare e frequente pulizia e disinfezione di aree comuni, spogliatoi, docce, servizi igienici, attrezzature e macchine utilizzate per l'esercizio fisico;
- Mantenere il distanziamento interpersonale indicandolo sulle panche degli spogliatoi
- Nel caso le docce non garantiscano il metro di distanza tra gli individui utilizzarle in maniera alternata
- Lo spogliatoio essendo un luogo chiuso necessita per ogni individuo del mantenere la mascherina. La si può togliere nel momento della doccia
- Tutti gli indumenti e oggetti personali devono essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli appositi armadietti;
- Per chi non riesca a garantire la pulizia e la disinfestazione degli spogliatoi consigliamo di tenerli chiusi e garantire solo l'utilizzo del campo sportivo. Sono però necessari i servizi igienici mantenuti aperti agli utenti garantendo una regolare e frequente pulizia e disinfestazione.
- In merito al ricambio d'aria negli ambienti interni, in ragione dell'affollamento e del tempo di permanenza degli occupanti, dovrà essere verificata l'efficacia degli impianti al fine di garantire l'adeguatezza delle portate di aria esterna secondo le normative vigenti. In ogni caso, l'affollamento deve essere correlato alle portate effettive di aria esterna.
- Per gli impianti di condizionamento, è obbligatorio, se tecnicamente possibile, escludere totalmente la funzione di ricircolo dell'aria. In ogni caso vanno rafforzate ulteriormente le misure per il ricambio d'aria naturale e/o attraverso l'impianto, e va garantita la pulizia, ad impianto fermo, dei filtri dell'aria di ricircolo per mantenere i livelli di filtrazione/rimozione adeguati.
- Se tecnicamente possibile, va aumentata la capacità filtrante del ricircolo, sostituendo i filtri esistenti con filtri di classe superiore, garantendo il mantenimento delle portate.
- Nei servizi igienici va mantenuto in funzione continuata l'estrattore d'aria.

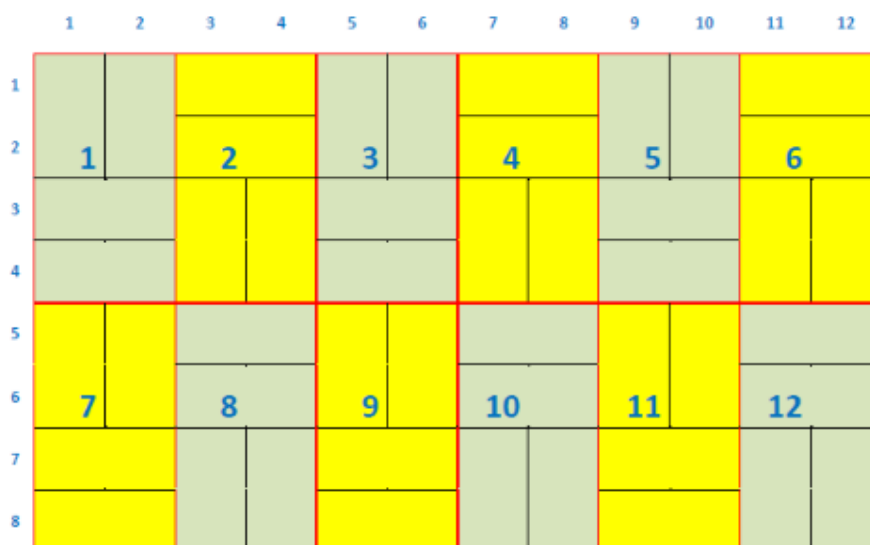
### **7.1.4 Attività senza contatto**

- Gli spazi vanno rimodulati nell'ottica del distanziamento sociale con adeguato distanziamento evidenziato, se possibile, con segnaletica a terra (orizzontale) o con il supporto dei tatami per identificare le aree di ogni praticante.
- Nella gestione dell'entrata e dell'uscita dei soggetti coinvolti, vanno assicurati orari scaglionati e laddove possibile, prevedere una zona di entrata ed una di uscita dedicate.
- Gli atleti vanno informati circa le norme preventive necessarie allo svolgimento dell'allenamento, in particolare quelle relative all'igiene respiratoria, all'uso della mascherina e al distanziamento sociale;
- Prima dell'allenamento e alla fine dello stesso gli atleti devono igienizzare mani e piedi, nel caso di utilizzo dei tatami questa operazione dovrà essere effettuata prima di scendere dai tatami e prima di risalirvi;
- Al termine di ogni allenamento l'area va opportunamente sanificata/igienizzata
- Ogni atleta deve essere dotato di:
  - gel idroalcolico
  - mascherina di ricambio
  - fazzoletti usa e getta
  - bottiglia d'acqua/borraccia personale

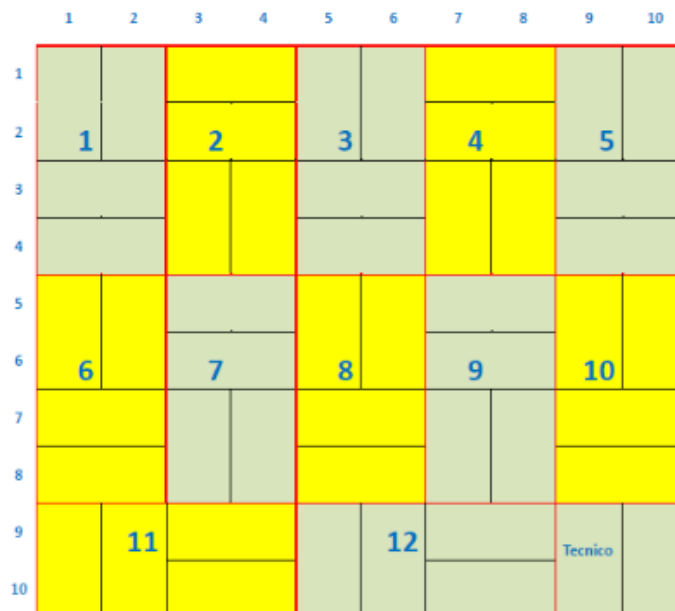


- riporre i propri oggetti personali dentro la borsa personale e/o sacchetto usa e getta
- quanto eventualmente indicato dalla normativa territoriale e/o dalla struttura sportiva in cui si accede.
- Va sempre tenuta aggiornata la scheda di presenza degli atleti e dei loro potenziali contatti
- suddividere la superficie in modo visibile in postazioni di almeno **8 m<sup>2</sup>** per ogni atleta, con almeno **2 m** di distanza tra due atleti, in particolare in caso di utilizzo del tatami (vedi **Esempio 1** ed **Esempio 2**). È importante garantire la distanza tra ogni partecipante tenendo in forte considerazione lo spazio frontale tra gli individui e in caso di attività in movimento nello spazio considerare la scia dei praticanti ove i metri in tal caso devono essere 5 (come nella corsa)
- L'istruttore o il maestro devono organizzare nuovamente i gruppi più numerosi in più sessioni di pratica in modo da garantire le distanze interpersonali all'interno della stessa sessione di allenamento.
- In caso non sia possibile suddividere i gruppi in più sessioni per esigenze organizzative il maestro o istruttore potrà far praticare un numero di atleti garantendo le distanze ed un gruppo con la mascherina ai margini della palestra che attenderanno il loro turno di pratica. Alla fine dell'esercitazione svolta dai primi i due gruppi si invertiranno garantendo a tutti di poter fare attività in sicurezza e secondo le regole del distanziamento.

### Esempio 1 area di 8 x 12



### Esempio 2 area di 10 x 10



#### 7.1.5 Attività che utilizzano attrezzi

- Gli spazi vanno rimodulati nell'ottica del distanziamento sociale con adeguato distanziamento evidenziato, se possibile, con segnaletica a terra (orizzontale).
- Nella gestione dell'entrata e dell'uscita dei soggetti coinvolti, vanno assicurati orari scaglionati e laddove possibile, prevedere una zona di entrata ed una di uscita dedicate.
- Gli atleti vanno informati circa le norme preventive necessarie allo svolgimento dell'allenamento, in particolare quelle relative all'igiene respiratoria, all'uso della mascherina e al distanziamento sociale;
- Prima dell'allenamento e alla fine dello stesso gli atleti devono igienizzare mani e piedi, nel caso di utilizzo del tatami questa operazione dovrà essere effettuata prima di scendere dal tatami e prima di risalirvi;
- Prima dell'allenamento e al termine dello stesso gli attrezzi dovranno essere igienizzati/sanificati; si consiglia l'utilizzo di attrezzi personali.
- È fatto assoluto divieto di scambiarsi gli attrezzi durante l'allenamento
- Al termine di ogni allenamento gli attrezzi e l'area vanno opportunamente sanificata/igienizza
- Ogni atleta deve essere dotato di:
  - gel idroalcolico
  - mascherina di ricambio

- fazzoletti usa e getta
  - bottiglia d'acqua/borraccia personale
  - riporre i propri oggetti personali dentro la borsa personale e/o sacchetto usa e getta
  - quanto eventualmente indicato dalla normativa territoriale e/o dalla struttura sportiva in cui si accede.
- Va sempre tenuta aggiornata la scheda di presenza degli atleti e dei loro potenziali contatti
  - suddividere la superficie in modo visibile in postazioni di almeno **8 m<sup>2</sup>** per ogni atleta, con almeno **2 m** di distanza tra due atleti
  - In caso di utilizzo di bastoni, spade e/o altri oggetti di dimensioni particolari di lunghezza pari e/o superiore al metro si consigliano, ove possibile, postazioni di almeno **12 m<sup>2</sup>** e di portare la distanza tra gli atleti a **m 2,50**. È importante garantire la distanza tra ogni partecipante tenendo in forte considerazione lo spazio frontale tra gli individui e in caso di attività in movimento nello spazio considerare la scia dei praticanti ove i metri in tal caso devono essere 5 (come nella corsa)
  - L'istruttore o il maestro devono organizzare nuovamente i gruppi più numerosi in più sessioni di pratica in modo da garantire le distanze interpersonali all'interno della stessa sessione di allenamento.
  - In caso non sia possibile suddividere i gruppi in più sessioni per esigenze organizzative il maestro o istruttore potrà far praticare un numero di atleti garantendo le distanze ed un gruppo con la mascherina ai margini della palestra che attenderanno il loro turno di pratica. Alla fine dell'esercitazione svolta dai primi i due gruppi si invertiranno garantendo a tutti di poter fare attività in sicurezza e secondo le regole del distanziamento.

8 Allegati



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



[http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_opuscoliPoster\\_443\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_443_allegato.pdf)



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  
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 (BORRACCHE,  
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



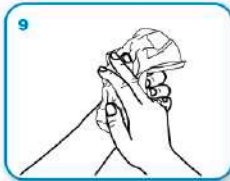


## Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**

 <p>0</p> <p>Bagna le mani con l'acqua</p>	 <p>1</p> <p>applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani</p>	 <p>2</p> <p>friziona le mani palmo contro palmo</p>
 <p>3</p> <p>il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa</p>	 <p>4</p> <p>palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro</p>	 <p>5</p> <p>dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro</p>
 <p>6</p> <p>frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa</p>	 <p>7</p> <p>frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa</p>	 <p>8</p> <p>Risciacqua le mani con l'acqua</p>
 <p>9</p> <p>asciuga accuratamente con una salvietta monouso</p>	 <p>10</p> <p>usa la salvietta per chiudere il rubinetto</p>	 <p>11</p> <p>...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.</p>

**WORLD ALLIANCE**  
for PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpital Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.  
October 2006, version 1.

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

[http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_opuscoliPoster\\_193\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_193_allegato.pdf)

**Esempi di cartellonistica:**





**INDOSSARE LA  
MASCHERINA**



**LAVARSI  
FREQUENTEMENTE  
LE MANI**



**MANTENERE  
LA DISTANZA DI  
ALMENO 1 METRO**



**STARNUTIRE  
E TOSSIRE  
NEL GOMITO**



**NON TOCCARSI  
LA FACCIA**



Spettabile ASD / SSD / APS \_\_\_\_\_ sede \_\_\_\_\_

**Oggetto: auto-dichiarazione proprio stato di salute**

Il sottoscritto \_\_\_\_\_, nato il \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ a \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), residente in \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), via \_\_\_\_\_ e domiciliato in \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_),  
via \_\_\_\_\_,

utenza telefonica \_\_\_\_\_, email \_\_\_\_\_, **sotto la propria responsabilità,**

**OPPURE IN CASO DI MINORE PRATICANTE:**

Il sottoscritto \_\_\_\_\_, nato il \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ a \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), residente in \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), via \_\_\_\_\_ e \_\_\_\_\_

**che esercita la responsabilità genitoriale per l'atleta minore \_\_\_\_\_, nato il \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ a \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), residente in \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), via \_\_\_\_\_**

**DICHIARA**

- di essere a conoscenza delle misure di contenimento del contagio vigenti alla data odierna ed adottate ai sensi degli artt. 1 e 2 del D.L. 25 marzo 2020, n. 19, concernenti le limitazioni alle possibilità di spostamento delle persone fisiche all'interno di tutto il territorio nazionale, nonché delle ulteriori limitazioni disposte con provvedimenti del Presidente delle Regione \_\_\_\_\_ ove è ubicata la Vostra Palestra/Centro sportivo/piscina;
- che l'accesso nella Vostra Palestra/Centro sportivo/piscina rientra in uno dei casi consentiti dai medesimi provvedimenti del governo e demandato agli enti di promozione sportiva ed alle federazioni per quanto concerne la pratica dei corsi sportivi;
- di non essere sottoposto alla misura della quarantena ovvero di non essere risultato positivo al Covid-19;
- di segnalare immediatamente qualsiasi variazione delle proprie condizioni di salute;
- di non essere sottoposto a sorveglianza sanitaria e ad isolamento fiduciario;
- negli ultimi 14 giorni di non aver avuto contatto con soggetti risultati positivi al Covid-19;
- di non presentare nessuna sintomatologia da infezione respiratoria e febbre (maggiore di 37,5° C) ed inoltre di non presentare Tosse, Astenia, Dispnea, Mialgie, Diarrea, Anosmia, Ageusia (perdita di olfatto e gusto);
- di aver preso visione dei contenuti del vostro Manuale Operativo in termini di contrasto alla infezione da virus SARS CoV-2;
- di prestare il proprio consenso al trattamento dei dati personali contenuti nella presente dichiarazione\*

altre dichiarazioni: \_\_\_\_\_

*\* le informazioni di cui sopra saranno trattate in conformità al Regolamento n. 679/2016/UE (Regolamento generale sulla protezione dei dati personali) per le finalità di prevenzione da Covid-19 di cui all'informativa resa ai sensi dell'art. 13 del predetto Regolamento.*

Data, \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Firma del dichiarante \_\_\_\_\_

## **INFORMATIVA DA ESPORRE NELLA BACHECA DELLA ASD/SSD/APS**

### **Informativa per il trattamento dati in conseguenza dell'emergenza Covid-19 ai sensi e per gli effetti di cui all'articolo 13 del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR)**

La presente informativa resa ai sensi dell'art. 13 GDPR riguarda il trattamento dei dati personali, anche particolari (c.d. sensibili), che si rende necessario per tutti coloro (Interessati al trattamento) che, a qualsiasi titolo (atleti, accompagnatori, insegnanti tecnici, consulenti, visitatori etc.), accedono ai locali e pertinenze della Società Sportiva \_\_\_\_\_, in seguito all'adozione di specifiche misure a tutela della salute PER PREVENIRE la diffusione del Virus Covid-19.

Il TITOLARE del TRATTAMENTO, ai sensi degli artt. 4 e 24 del Reg. UE 2016/679, è indicare nome del Legale rappresentante dell'organizzazione sportiva e/o DPO incaricato, con sede legale in \_\_\_\_\_, che potrà essere contattato alla seguente e-mail: \_\_\_\_\_

*Ai sensi di quanto previsto dagli artt. 37 – 39 del Reg. UE 2016/679, si è inoltre provveduto a nominare il RESPONSABILE della PROTEZIONE dei DATI – DATA PROTECTION OFFICER (di seguito RPD/DPO), i cui contatti sono: e-mail: \_\_\_\_\_; telefono: \_\_\_\_\_ (qualora nominato).*

La TIPOLOGIA di DATI TRATTATI oggetto della presente informativa è la seguente:

- nome e cognome, residenza o domicilio, data e luogo di nascita dell'Interessato;
- dati attinenti al suo stato di salute, compresa la misurazione della temperatura corporea (c.d. febbre);
- dati attinenti all'eventuale stato di quarantena dell'Interessato;
- dati attinenti ai suoi contatti stretti ad alto rischio di esposizione a Covid-19, negli ultimi 14 giorni, con soggetti sospetti o risultati positivi al Covid-19.

La FINALITÀ del TRATTAMENTO è costituita dalla necessità di tutelare la salute e prevenire il contagio da Covid-19. In particolare, ai fini di prevenzione, il collaboratore e/o tecnico incaricato ed istruito assumerà le informazioni suddette e misurerà, mediante appositi strumenti, la temperatura corporea (c.d. febbre) dell'Interessato.

In merito alla NATURA del CONFERIMENTO dei dati si comunica che lo stesso è obbligatorio, giacché il rifiuto comporterà l'impossibilità per l'Interessato di accedere in palestra. Per quanto concerne i DESTINATARI o le CATEGORIE di DESTINATARI dei DATI, si comunica che i dati personali trattati saranno comunicati a soggetti debitamente istruiti sia qualora operino ai sensi dell'art. 29 o dell'art. 28 GDPR, sia qualora si configurino quali autonomi titolari del trattamento. Nello specifico: segreteria o Presidenza, che si occupa della gestione dell'atleta e degli Insegnanti tecnici.

Con riferimento alla misurazione della temperatura corporea ed alla salute dell'Interessato, il Titolare non effettua alcuna registrazione del dato. L'identificazione dell'Interessato, i dati sulla salute e la registrazione del superamento della soglia di temperatura potrebbero avvenire solo qualora fosse necessario documentare le ragioni che hanno impedito l'accesso. In tal caso, l'interessato sarà informato della circostanza.

Salvo quanto sopra, i dati personali non saranno oggetto di diffusione, né di comunicazione a terzi, se non in ragione delle specifiche previsioni normative (es. in caso di richiesta da parte dell'Autorità sanitaria per la ricostruzione della filiera degli eventuali contatti stretti di un operatore sportivo risultato positivo al Covid-19). I dati saranno trattati per il tempo strettamente necessario a perseguire la citata finalità di prevenzione dal contagio da Covid-19 e conservati non oltre il termine dello stato d'emergenza stabilito dalla legge. Per quanto concerne la possibilità di TRASFERIMENTO DATI verso un PAESE EXTRA UE, si comunica che i dati personali non saranno trasferiti in Paesi fuori dall'Unione Europea. L'Interessato potrà far valere i DIRITTI di cui agli artt. 15 e seg. GDPR, rivolgendosi direttamente al Titolare o al DPO/RPD (se nominato) ai contatti sopra riportati. In particolare, ha il diritto, in qualunque momento di ottenere, da parte del Titolare, l'accesso ai propri dati personali e richiedere le informazioni relative al trattamento, nonché limitare il loro trattamento. Nel caso in cui ritenga che il trattamento dei dati personali effettuato dal titolare avvenga in violazione di quanto previsto dal GDPR, ha il diritto di proporre reclamo alla Autorità di controllo – Garante Italiano (<https://www.garanteprivacy.it/>).

## REGISTRO FORMATIVO

con riferimento a quanto previsto dai protocolli emanati dalle Autorità competenti in materia di contrasto al contagio da SARS-Cov-2 (Covid-19), si esegue la formazione prevista, con particolare attenzione a:

1. Comportamenti da seguire
2. Corrette procedure di lavaggio delle mani e di igiene personale
3. Come indossare mascherine e DPI
4. Perché pulire e sanitzare ambienti, attrezzature, locali, servizi e quanto necessario (come, quando, ecc.)
5. Come e perché registrare e documentare le attività. Corrette modalità di registrazione
6. Come e perché vigilare e prevenire comportamenti pericolosi
7. altro:

LUOGO:	DATA:	ORARIO:
NOME E COGNOME PARTECIPANTE		FIRMA

## REGISTRO PULIZIE / SANITIZZAZIONI

Descrizione del locale / ambiente / attrezzatura / accessori / ... trattati:

DATA E ORARIO	DESCRIZIONE		FIRMA OPERATORE
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	
	Pulizia con Detergenti [ ]	Ipoclorito di sodio 0,1% [ ] Soluzioni idroalcoliche 70% [ ]	