



C.E.F. "MARIO CORRIAS"

Associazione Sportiva Dilettantistica
Via M. Bianco, 19 - 21047 SARONNO (VA)
Tel. 029622570 / 3295476136
Codice fiscale 94001010126
<http://www.ginnasticacorrias.it>
e-mail: segreteria@ginnasticacorrias.it
P.E.C.: ginnasticacorrias@pec.it

Protocollo di sicurezza anti-contagio Covid-19 per la ripresa dell'attività sportiva

(aggiornato al 18/09/2020)

Questo protocollo è stato elaborato attenendosi alle linee guida per la ripresa dell'attività sportiva emanate dalla Federazione Ginnastica d'Italia.

Le indicazioni contenute nel protocollo potranno essere modificate se e quando ci saranno nuove indicazioni governative/federali in materia di contenimento della diffusione del contagio da COVID-19.

ACCESSO AGLI IMPIANTI SPORTIVI

L'accesso agli impianti sportivi è consentito solo agli atleti tesserati e allo "staff societario", costituito da dirigenti, allenatori, collaboratori e volontari fondamentali allo svolgimento di attività nell'impianto sportivo, debitamente informati dalla Società sulle modalità di gestione del protocollo.

Non sono pertanto ammessi accompagnatori o genitori all'interno dell'impianto sportivo.

Al termine dell'allenamento gli atleti usciranno dall'ingresso o da uscita secondaria segnalata.

Il tutto dovrà avvenire nel rispetto del distanziamento sociale di un 1 mt tra le persone.

AUTOCERTIFICAZIONE

Il primo giorno di accesso alla palestra, gli atleti e i componenti dello "staff societario" dovranno presentarsi con la scheda di AUTOCERTIFICAZIONE COVID 19 per valutazione infezioni vie respiratorie debitamente compilata e sottoscritta (**per i minori firmata da entrambi i genitori**) attestante l'assenza dei sintomi da infezione SARS-COV-2 e dei rischi di contagio per quanto di propria conoscenza.

L'autocertificazione sarà consegnata al responsabile tecnico incaricato e sarà conservata secondo le modalità previste dalla normativa sulla Privacy vigente presso la sede della Società.

In assenza di autocertificazione compilata non sarà possibile partecipare all'attività sportiva nella palestra.

Nei giorni successivi di sedute di allenamento o corso non si dovrà presentare l'autocertificazione e ciascuno sarà tenuto ad auto-monitorarsi dal punto di vista clinico.

Qualora in qualunque momento fosse rinvenuta la sintomatologia tipica da COVID 19 ossia febbre oltre 37,5°, presenza di tosse, dispnea, rinorrea, congiuntivite, faringodinia (mal di gola), iposmia (riduzione/assenza di olfatto), ageusia (riduzione/assenza di gusto), spossatezza e malessere generale, l'interessato dovrà darne notifica tempestivamente all'Associazione tramite il tecnico di riferimento e contemporaneamente al medico di fiducia o medico di base per l'attivazione delle procedure di indagine più approfondite.

ACCESSO / UTILIZZO DELLA PALESTRA

I soggetti autorizzati all'accesso devono arrivare indossando apposita mascherina; la stessa potrà essere tolta solo all'inizio dell'allenamento e rimessa alla fine per l'uscita. **La mascherina andrà messa in busta chiusa** e riposta sopra la borsa per eventuali necessità di utilizzo. Negli spazi comuni e per recarsi ai servizi igienici è necessario indossare la mascherina.

Verrà controllata la temperatura corporea; non sarà consentito l'accesso a coloro che presentino una temperatura superiore ai 37,5°.

Vanno sanificate le mani tramite dispenser presenti all'ingresso

Verrà compilato apposito registro presenze giornaliero con ora di ingresso e uscita di tutti coloro che accedono all'impianto. Le presenze verranno conservate per 14 giorni.

Gli atleti e i tecnici devono arrivare in palestra con abbigliamento adeguato all'attività sportiva, in quanto gli spogliatoi non saranno accessibili.

Gli atleti e i tecnici ripongono gli effetti personali (comprese le scarpe) nelle proprie borse/zaini che dovranno essere depositati negli spazi predisposti.

Non è consentito consumare cibo all'interno della palestra.

Le sedute di allenamento e i corsi verranno organizzati in modo tale da rispettare l'opportuno distanziamento interpersonale previsto dalle linee guida della Federazione Ginnastica d'Italia.

INFORTUNIO

In caso di infortunio o bisogno di assistenza diretta la persona preposta dovrà munirsi di DPI (guanti, mascherina), prelevare da sopra la borsa della persona infortunata la busta contenente la mascherina e portarla all'atleta perché estragga il DPI e lo indossi. Dopo tale operazione sarà possibile procedere nella gestione dell'infortunio secondo le consuete modalità anche se a distanza inferiore a 1 mt..

IGIENE E PULIZIA

Nella Palestra Lattuada di Saronno in Via Monte Bianco 19 la sanificazione delle aree comuni, degli spazi ove si svolge l'attività sportiva, di attrezzi e macchine, di spogliatoi e servizi igienici sarà effettuata giornalmente dal nostro personale addetto. In tutti gli altri impianti tale attività sarà garantita dall'amministrazione comunale o ente preposto.

Sono posizionati all'ingresso e nelle zone strategiche dispenser di gel igienizzante per le mani.

Eventuali attrezzi a uso promiscuo potranno essere utilizzati, una persona alla volta, previa igienizzazione delle mani. Al termine di ogni sessione d'allenamento questi oggetti verranno igienizzati con soluzione disinfettante.

UTILIZZO DEI SERVIZI IGIENICI

Possono essere utilizzati i servizi igienici posti presso gli spogliatoi.

Chi vuole usufruire dei citati servizi igienici dovrà:

- accertarsi che non vi siano altre persone, sia nei servizi igienici sia negli spogliatoi; in caso contrario dovranno attendere che i locali si liberino
- disinfettare accuratamente le mani con il gel disinfettante prima e dopo l'utilizzo dei servizi igienici.

Dopo ogni utilizzo i servizi dovranno essere sanificati con una soluzione adeguata a base di alcool o cloro.

Per tutto quanto non sopra contemplato valgono le indicazioni e prescrizioni del "Protocollo delle attività di contenimento rischio di contagio COVID 19" emanato dalla Federazione Ginnastica d'Italia.



C.E.F. "MARIO CORRIAS"

Associazione Sportiva Dilettantistica
Via M. Bianco, 19 - 21047 SARONNO (VA)
Tel. 029622570 / 3295476136
Codice fiscale 94001010126
<http://www.ginnasticacorrias.it>
e-mail: segreteria@ginnasticacorrias.it
P.E.C.: ginnasticacorrias@pec.it

PROTOCOLLO PER TECNICI CORRIAS

DA SEGUIRE PER CONTENIMENTO RISCHIO CONTAGIO COVID-19

I tecnici preposti devono:

INGRESSO PALESTRA

1. Al loro ingresso (con mascherina indossata) igienizzarsi le mani e misurarsi a vicenda la temperatura e, solo per la prima volta firmare autocertificazione (da far avere poi in segreteria)
2. Far entrare gli atleti **uno alla volta** controllando che abbiano la mascherina indossata (I genitori non possono assolutamente accedere alla palestra e pertanto, per qualsiasi motivo, devono attendere fuori dal cancello e chiamare eventualmente il tecnico al telefono)
3. Fargli igienizzare le mani e misurare la temperatura. Nel caso di temperatura superiore a 37,5, attendere un minuto e riprovarla. Se il dato non diminuisce il soggetto non può accedere alla palestra (riconsegnare al genitore l'atleta). In presenza di raffreddore o tosse, anche se la temperatura non è superiore a 37,5 gli atleti non possono accedere alla palestra.
4. **Al primo accesso dell'atleta farsi consegnare l'autocertificazione** che poi dovrà essere recapitata in segreteria. In assenza di autocertificazione non consentire l'accesso alla palestra.
5. Segnare su Registro Presenze l'ingresso di tutti (sia tecnici che atleti che collaboratori) compilato con i vari dati richiesti e conservarlo per 14 giorni.
6. Controllare che l'atleta **deponga tutti i suoi effetti personali** (comprese le scarpe) nella propria borsa/zaino individuale da lasciare:
 - per palestra Lattuada all'ingresso nell'armadio bianco a cubi
 - per le altre palestre sulle panche, o sulle sedie, o a bordo palestra cercando di distanziarli almeno di un metro;che non ci siano effetti personali deposti fuori dalle borse/zaino. (Se l'atleta ha dimenticato propria borsa/zaino consegnargli sacchetto di plastica che forniremo noi come scorta).
7. Controllare che l'atleta riponga l'occorrente personale che gli serve in fase di allenamento (esempio borraccia, paracalli, ciabatte per accedere ai bagni, sacchetto magnesio ecc.) in sacchetti monouso personali compresa la mascherina (questi sacchetti in palestra Lattuada verranno posizionati negli scaffali a cubi di plastica).

DURANTE ALLENAMENTO:

8. Controllare che gli atleti siano sui posti eventualmente contrassegnati per il distanziamento. Per l'allenamento a corpo libero gli atleti dovranno mantenere il **distanziamento di 2 metri** (distanza obbligatoria in fase di attività fisica). Ogni tecnico deve vigilare e controllare.
9. Controllare che gli atleti mantengano un metro di distanza l'uno dall'altro oppure indossino la mascherina chirurgica nelle fasi in cui non si stanno allenando.
10. Durante l'allenamento **i tecnici dovranno indossare la mascherina chirurgica e in fase di assistenza quella FFP2** e igienizzarsi spesso le mani (soprattutto ogni cambio di assistenza degli atleti).
11. Far igienizzare **mani e piedi** agli atleti **prima di salire sugli attrezzi e quando scendono.**
12. Riempire la **scatola/sacchetto personale di ogni atleta con magnesio** in quanto non potrà essere utilizzata quella in comune.
13. Controllare che gli atleti utilizzino la mascherina per l'accesso ai bagni.
14. Dopo ogni utilizzo dei **bagni spruzzare soluzione igienizzante** a base di cloro o alcol che si trova negli spogliatoi.

USCITA ATLETI:

15. Controllare che gli atleti indossino la mascherina e che portino con sé il sacchetto con gli effetti personali (non potrà essere lasciato nulla in palestra).

SANIFICAZIONE GIORNALIERA:

16. Per le palestre presso le scuole all'inizio dell'allenamento aerare i locali dove e come possibile, sanificare con prodotto a base di alcool o perossido le zone dove gli atleti devono deporre i loro effetti personali, eventuale materiale che verrà utilizzato in fase di allenamento (es: tappeti, cerchi, coni, bastoni ecc.) e i servizi igienici.
17. Per la palestra Lattuada alla fine di ogni sezione di allenamento "sanificare" con carta monouso e una soluzione a base di alcol gli eventuali tappetini da 5 cm (accatastati all'inizio della striscia rossa) che sono stati utilizzati durante l'allenamento e riposizionarli all'inizio della striscia (IMPORTANTE: ALLA FINE DI OGNI TURNO) e a fine serata prima di lasciare la palestra "sanificare" i tappetoni che si trovano nella buca con soluzione al perossido d'idrogeno che si trova nello spruzzatore a pressione.



C.E.F. "MARIO CORRIAS"

Associazione Sportiva Dilettantistica
Via M. Bianco, 19 - 21047 SARONNO (VA)
Tel. 029622570 / 3295476136
Codice fiscale 94001010126
<http://www.ginnasticacorrias.it>
e-mail: segreteria@ginnasticacorrias.it
P.E.C.: ginnasticacorrias@pec.it

PROTOCOLLO PER ATLETI CORRIAS

DA SEGUIRE PER CONTENIMENTO RISCHIO CONTAGIO COVID-19

INGRESSO ATLETI:

- Gli atleti devono arrivare in palestra con mascherina indossata e con abbigliamento adeguato all'attività sportiva in quanto non si potrà accedere agli spogliatoi
- I genitori non possono assolutamente accedere alla palestra, gli atleti saranno assistiti dagli istruttori sia per l'ingresso in palestra che per l'uscita
- Gli atleti entrano uno alla volta e si igienizzano le mani (il gel igienizzante si trova all'ingresso) prima di fare qualsiasi attività
- Ad ogni atleta verrà misurata la temperatura; nel caso fosse superiore a 37,5°, dopo circa un minuto verrà riprovata e, se il dato non diminuisse, il soggetto non potrà accedere alla palestra (verrà riconsegnato ai genitori)
- L'atleta deve consegnare al primo ingresso in palestra l'**AUTOCERTIFICAZIONE (che si allega o scaricabile dal sito www.ginnasticacorrias.it) firmata da entrambi i genitori; SENZA AUTOCERTIFICAZIONE NON SI POTRÀ ACCEDERE ALLA PALESTRA.**
- Qualora l'atleta facesse assenze per "malattia", al suo ritorno in palestra dovrà:
 - riconsegnare l'autocertificazione aggiornata
 - portare il certificato medico del pediatra/medico di medicina generale che attesti che l'atleta può rientrare in palestra poiché è stato seguito il percorso diagnostico-terapeutico e di prevenzione per Covid o, in assenza del certificato medico, **AUTODICHIARAZIONE AI SENSI DELL'ART. 46 D.P.R. N. 445/2000 (modulo fornito dalla società in allegato o scaricabile dal sito www.ginnasticacorrias.it)**
- L'accesso giornaliero verrà registrato sul Registro Presenze dall'incaricato della società secondo i termini di legge
- L'atleta depone tutti i suoi effetti personali (comprese le scarpe) nella propria borsa/zaino individuale che lascerà:
 - all'ingresso per quanto riguarda la palestra Lattuada,
 - negli spazi indicati dagli istruttori in tutte le altre palestre.

è assolutamente vietato:

- lasciare effetti personali deposti fuori dalle borse/zaino. (Se l'atleta ha dimenticato la propria borsa/zaino gli verrà consegnato un sacchetto di plastica dove riporre il tutto)
- recarsi negli spogliatoi
- Gli atleti dovranno avere un sacchetto di plastica monouso dove riporre l'occorrente personale che gli serve in fase di allenamento (esempio borraccia, paracalli, magnesio, piccoli attrezzi, ecc.) e la mascherina chirurgica; all'interno della palestra questi sacchetti verranno posizionati dove indicato dagli istruttori

DURANTE ALLENAMENTO:

- nelle fasi in cui non si stanno allenando e quando si recano ai servizi igienici devono indossare la mascherina chirurgica

- per l'allenamento a corpo libero gli atleti dovranno mantenere il distanziamento di 2 metri (distanza obbligatoria in fase di attività fisica). Ogni tecnico vigilerà e controllerà che gli atleti rispettino le distanze;
- prima di salire sugli attrezzi o sulla pedana e quando scendono **devono igienizzarsi mani e piedi** (in palestra troveranno gel igienizzanti)
- gli atleti di ginnastica artistica non potranno utilizzare la magnesia in comune ma dovranno avere una scatola/sacchetto personale che non potranno lasciare in palestra ma dovranno portarla ogni giorno a casa
- nel caso di utilizzo di piccoli attrezzi forniti dalla società questi verranno sanificati ad inizio allenamento prima di essere consegnati agli atleti, i quali non potranno scambiarseli

USCITA ATLETI:

- gli atleti indossando la mascherina escono uno alla volta dalla palestra portando con sé il sacchetto con gli effetti personali compreso eventualmente il contenitore per la magnesia, mettono le scarpe, prendono la loro borsa personale ed escono.