



ADEMPIMENTI PER L'ATTIVITÀ

LA STRUTTURA (IMPIANTO SPORTIVO), GLI AMBIENTI, GLI SPAZI

- Al fine di prevenire e ridurre il rischio di contagio è necessario procedere preventivamente ad un'analisi della struttura sportiva, degli spazi e degli ambienti che verranno utilizzati per lo svolgimento degli allenamenti e delle attività collaterali. Il distanziamento sociale deve sempre essere garantito e deve essere minimizzata la possibilità di compresenza di più soggetti nello stesso ambiente, tenuto conto del vigente divieto di assembramenti.
- ideare una nuova e diversa circolazione interna delle persone tenuto conto delle caratteristiche della struttura con nuovi percorsi e flussi di spostamento, verificandone la fattibilità e l'idoneità;
 - differenziare, dove possibile, i punti di ingresso e punti di uscita della struttura;
 - valutare le misure tese a minimizzare la possibile compresenza di più soggetti nello
- stesso ambiente (vigente divieto di assembramenti);
- l'uso degli spogliatoi, sono consentiti esclusivamente come servizi igienici, con specifico controllo, pulizia e frequente sanificazione. In ogni caso, l'utilizzo potrà essere consentito soltanto in locali ben areati e mantenendo il distanziamento interpersonale di almeno 2 metri, contingentando gli accessi e limitando il tempo di permanenza allo stretto necessario. I lavabi debbono essere dotati di "dispenser" e di sapone liquido, salviette asciugamani monouso da gettarsi in appositi contenitori con coperchio azionabile a pedalina.

DISPOSIZIONI GENERALI

- L'accesso all'impianto sportivo dovrà essere limitato al minimo e sarà consentito ai soli operatori sportivi impegnati nell'allenamento (siano essi atleti, tecnici, dirigenti, collaboratori). Eventuali accompagnatori (es. genitori o altri famigliari) non avranno accesso all'impianto.
- Per gestire correttamente il check-in dei calciatori e l'espletamento di tutte le procedure di ammissione, dovrà essere individuato un punto di accoglienza. L'individuazione di tale punto dovrà garantire il distanziamento sociale di almeno 1 metro in caso di contemporanea presenza di più soggetti (se ciò non è possibile occorre prevedere anche barriere fisiche di separazione).
Prima che sia consentito l'ingresso un operatore della Società dovrà:
- verificare che sia stata acquisita l'autocertificazione (vedasi modello allegato al presente protocollo) debitamente compilata e sottoscritta, e consegnata all'ingresso nell'impianto sportivo, nella quale si ricorda anche che l'Operatore Sportivo è tenuto



all'automisurazione della temperatura corporea presso il proprio domicilio prima di recarsi presso l'impianto sportivo;

- prendere nota delle presenze (in entrata e successivamente in uscita) Tali informazioni dovranno essere costantemente aggiornate settimanalmente.
- L'ingresso presso l'impianto sportivo non sarà consentito in caso di rilevamento di
- temperatura corporea superiore a 37,5° o di presenza di sintomi (vedi Addendum 1 e figura).
- Nel caso un soggetto all'interno dell'impianto sportivo dovesse manifestare sintomi evidenti di contagio da SARS-COV-2, è necessario:
 - provvedere al suo isolamento in un locale dedicato in attesa dell'intervento dei sanitari per l'espletamento delle procedure di soccorso e di sanità pubblica;
 - pianificare una pulizia profonda e sanificazione dell'area d'isolamento dopo il suo utilizzo.
- Tutta la documentazione e le informazioni raccolte dovranno essere trattate nel rispetto della vigente normativa in tema di Privacy e trattamento dati personali. La documentazione dovrà essere conservata secondo le tempistiche previste dalle linee guida ministeriali.
- Ciascun operatore sportivo (tecnico, atleta, collaboratore) che prenda parte alle attività dovrà essere munito di:
- appositi DPI (guanti monouso e mascherina da utilizzare sempre qualora non sia possibile mantenere un adeguato distanziamento sociale);
- gel igienizzante;
- bottiglia d'acqua/borraccia personale che dovrà essere utilizzata dal singolo
- soggetto, chiusa e riposta in apposito zaino/sacca;
- scarpe da utilizzare soltanto nel corso della seduta di allenamento e da indossare prima dell'inizio e cambiare al termine della stessa.
- Tutti gli oggetti personali adoperati nel corso della seduta, al termine dell'utilizzo, dovranno essere sempre riposti in un apposito zaino/sacca personale e successivamente igienizzati.

INDICAZIONI TECNICHE GENERALI E SPECIFICHE

- Le sedute di allenamento dovranno essere organizzate tenuto conto delle indicazioni seguenti:
- l'allenatore e/o tecnico deve sempre indossare la mascherina e deve mantenersi ad almeno 4 metri di distanza dal calciatore;
- è obbligatoria l'igienizzazione dei materiali utilizzati per la seduta di allenamento, prima, e dopo . Anche i palloni dovranno essere correttamente igienizzati;
- valutare il numero massimo di calciatori che è possibile coinvolgere per consentire in ogni momento il rispetto del necessario distanziamento tenuto conto anche della natura dell'attività svolta;



A.S.D. A.S.A.R. ACCADEMIA CALCIO – RICCIONE – MATRF FIGC 80056

- è assolutamente vietata qualsiasi pratica possa incentivare o aumentare la diffusione dei “droplets” (goccioline con il respiro o con la saliva);
- bisogna indossare la mascherina non appena terminato allenamento;
- Mantenere la distanza corretta dagli altri calciatori vengono proposte soltanto attività con assenza di contatto fisico tra i giocatori: giochi di tecnica, sfide motorie a distanza, combinazioni di passaggi, tiri in porta da distanze predefinite, attività individuali di dominio della palla, con limitato impegno fisico. Nello svolgimento delle attività deve inoltre essere
- garantita la distanza di almeno due metri tra un giocatore e l'altro.
- Non è consentito l'accesso agli spazi di gioco a soggetti diversi dai calciatori e dai tecnici che conducono la seduta di allenamento.
- Campi di gioco già predisposti prima dell'inizio dell'attività. Tutti gli spazi necessari per lo sviluppo delle proposte di allenamento devono essere predisposti prima che i giocatori facciano ingresso sul terreno di gioco. Anche gli spostamenti da una stazione all'altra devono essere programmati con attenzione, nel rispetto delle distanze previste. Sono da evitare i tempi di inattività nel passaggio da un'attività a quella successiva; se possibile è preferibile utilizzare gli stessi spazi di gioco per svolgere attività diverse così da permettere ai giocatori di orientarsi con maggiore facilità.
- Ingresso dei giocatori (Gruppi) in campo in modo scaglionato. Se l'impianto di allenamento permette la presenza di più gruppi di atleti in contemporanea (Es. in presenza di più campi di gioco o presenza di più gruppi nello stesso campo di gioco), gli ingressi in campo dei giocatori devono essere scaglionati al fine di limitare la possibilità che si verifichino assembramenti.
- Vietato l'uso di pettorine.
- Ogni giocatore si deve munire di una borraccia personale ad uso esclusivo e la stessa va chiusa dopo ogni utilizzo e riposta in apposito zaino/sacca che andrà posizionato ad almeno 2 metri dagli altri.
- Si ritiene opportuno infine ricordare a tutti gli Operatori Sportivi le norme comportamentali e di igiene della persona:
- Lavare frequentemente le mani utilizzando in alternativa gel igienizzanti, Prima, durante e alla fine della sessione di allenamento l'igiene delle mani rappresenta una misura primaria
- ed efficace di prevenzione.
- Indossare gli appositi DPI come da indicazioni. È sempre necessario indossare la mascherina qualora non sia possibile il rispetto delle distanze previste.
- Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1m o superiore a seconda dell'attività che si sta svolgendo.
- Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani (con attenzione particolare nel corso della seduta di allenamento).
- Starnutire o tossire utilizzando fazzoletti monouso da smaltire subito dopo secondo le disposizioni, se non si ha a disposizione un fazzoletto starnutire nella piega interna del gomito.



- Per soffiarsi il naso è obbligatorio uscire dal rettangolo di gioco, avvicinandosi alla panchina o ad altra postazione fissa, disinfettare le mani, utilizzare un fazzoletto di carta, gettare il fazzoletto in apposito contenitore, disinfettare ancora le mani prima di rientrare in campo.
Smaltire mascherine guanti in modo corretto, sigillandoli e gettandoli negli appositi contenitori.
- Prestare molta attenzione all'utilizzo di servizi igienici curando sempre l'igiene.
- Non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma ricordarsi di riporli
- sempre in appositi zaini/sacche igienizzando o lavando quanto adoperato.
- Non è permesso effettuare lo scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo
- quali a mero titolo esemplificativo bicchieri, maglie da allenamento, borracce, telefoni, etc.

ADDENDUM 1

MODALITÀ DI TRASMISSIONE DEL VIRUS SARS-COV-2 E SINTOMI

- Il Virus SARS-COV-2, particolarmente nella fase di circolazione dello stesso tra la popolazione generale o in gruppi ristretti, ha grandi probabilità di essere trasmesso da persona a persona tramite le goccioline respiratorie (droplets) espulse dal naso e dalla bocca dalle persone infette (aria espirata), specie tossendo, starnutando o anche solo parlando vicino ad un'altra persona.
- Questa modalità di trasmissione risulta essere la più frequente e rende la malattia estremamente contagiosa.
- Il contagio può avvenire anche attraverso:
 - le mani, ad esempio toccandosi con le mani contaminate bocca, naso e occhi;
 - il contatto ravvicinato con una persona infetta contagiosa (ad esempio baciandosi, abbracciandosi o stringendosi le mani);
 - il contatto con oggetti o superfici che sono state contaminate da goccioline respiratorie tramite un colpo di tosse o lo starnuto di una persona infetta.
- Il virus non si trasmette attraverso la pelle (se le mani o altra parte del corpo vengono a contatto con il virus, ad esempio dopo un starnuto o un colpo di tosse di un'altra persona, la trasmissione può avvenire soltanto toccandosi la bocca, il naso o gli occhi), quindi è condizione necessaria e sufficiente la continua e corretta igiene personale e soprattutto delle mani.
- I più comuni sintomi del Covid-19 comprendono: febbre, tosse, difficoltà respiratorie, mal di gola, stanchezza, respiro corto, disturbi gastrointestinali e perdita dell'olfatto e del gusto.
- Pertanto, in presenza anche di uno solo dei suddetti sintomi o di una sensazione di malessere generale o si abbia la febbre, per evitare di contagiare i compagni di squadra, i colleghi o altre persone, non ci si dovrà in alcun modo recare al campo di allenamento e si dovrà restare in casa, contattando telefonicamente il Medico di famiglia, attenendosi alle indicazioni ricevute riguardo agli obblighi delle autorità medico sanitarie.



ADDENDUM 2

VADEMECUM RIASSUNTIVO DELLE “COSE” DA FARE

PRIMA DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE

- • Essere liberi dai sintomi per almeno 14 giorni prima di qualsiasi attività.
- • Resta a casa se sei malato o non ti senti bene.
- • Lava e/o disinfetta spesso le mani.
- • Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- • Pratica regolarmente il distanziamento interpersonale
- • Indossa una mascherina per ridurre l'esposizione alle particelle sospese nell'aria.
- • Copri la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- • Porta con te disinfettante per le mani e salviettine disinfettanti.
- • Tieni un elenco delle persone con cui sei stato in contatto stretto ogni giorno.

DURANTE LE ATTIVITÀ SPORTIVE

- • Astenersi dal partecipare a qualsiasi attività se si manifestano sintomi COVID-19.
- • Rispetta tutte le norme consentite approvate nell'impianto sportivo.
- • Lava e/o disinfettare spesso le mani.
- • Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- • Astenersi dai contatti stretti con altri partecipanti (abbracci, strette di mano ecc.)
- • Pratica il distanziamento interpersonale il più spesso possibile.
- • Indossa una mascherina mentre non stai svolgendo attività fisica.
- • Copri la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- • Porta con te disinfettante per le mani e salviettine disinfettanti.
- • Smaltire correttamente i bicchieri, le bottiglie o gli utensili personali utilizzati.
- • Tieni un elenco delle persone con cui eri in contatto durante l'attività.

DOPO LE ATTIVITÀ SPORTIVE

- • Lava e/o disinfetta spesso le mani.
- • Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- • Monitora la tua salute e segnala eventuali sintomi dopo ogni attività.
- • Pratica il distanziamento interpersonale il più spesso possibile.
- • Indossa una mascherina per ridurre l'esposizione alle particelle sospese nell'aria.
- • Copri la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- • Lavare/disinfettare l'attrezzatura e l'abbigliamento utilizzati durante l'attività.