



## INDICE

1. RIFERIMENTI NORMATIVI .....	2
2. IDENTIFICAZIONE SOCIETÀ .....	3
3. NUMERI UTILI .....	3
4. AGENTE VIRALE SARS-COV-2 .....	3
4.1 CARATTERISTICHE .....	3
4.2 MODALITÀ DI TRASMISSIONE.....	4
4.3 SINTOMI .....	4
5. DPI NECESSARI .....	5
5.1 Società.....	5
5.2 Allenatore .....	5
5.3 Atleta .....	5
6. MASCHERINE .....	5
6.1   Tipo mascherina consigliato .....	5
6.2   Utilizzo delle mascherine .....	5
7. IGIENIZZAZIONE E SANIFICAZIONE DEGLI AMBIENTI .....	6
7.1   Prodotti da utilizzare .....	6
7.2   Piano di Pulizia .....	6
7.3   Frequenza di pulizia .....	6
7.4   Metodo di pulizia .....	7
7.5   Disinfettanti .....	7
7.6   Cestoni per la raccolta di fazzoletti e tovaglioli di carta .....	7
7.7   Attrezzi/macchinari .....	7
7.8   Areazione locali .....	7
7.9   Sanificazione in caso di presenza di un caso COVID .....	8
8. PRATICHE DI IGIENE PERSONALE .....	9
9. DOCUMENTI/CARTELLI INFORMATIVI NECESSARI .....	9
10.GESTIONE DEGLI SPAZI .....	10
10.1 Ingressi .....	10
10.2 Spogliatoi .....	10
10.3 Bagni .....	10
10.4 Campo di Gioco .....	10
11.LAYOUT DELLA GESTIONE DEGLI SPAZI .....	11
12.COME GESTIRE GLI ALLENAMENTI .....	13
13.PROTOCOLLO PER GLI ALLENATORI .....	12
13.1 Prima della ripresa dell'attività .....	12
13.2 Prima di ogni allenamento .....	12
13.3 Durante allenamento .....	12
13.4 Fine allenamento .....	12
14.PROTOCOLLO PER GLI ATLETI .....	13
14.1 Prima della ripresa dell'attività .....	13
14.2 Prima di ogni allenamento .....	13
15.GESTIONE ALLENAMENTI .....	13
15.1 Prima dell'allenamento .....	13
15.2 Durante allenamento .....	14
15.3 Fine allenamento .....	14
16.MODALITÀ ACCESSO TERZE PERSONE ALL'IMPIANTO .....	14
17.GESTIONE DI UNA EVENTUALE PERSONA SINTOMATICA .....	14
18.TRASFERIMENTI .....	15

rev.0 del 19/04/20 Emissione

rev.1 del 21/04/20 Definizione distanza campo di gioco

rev.2 del 27/04/20 Uscita DPCM Fase 2 - Distanza attesa 1 metro

rev.3 del 05/05/20 revisione completa per adeguamenti a Linee guida Presidente Consiglio Dei Ministri

rev.4 del 16/05/20 Riapertura attività per tutti



## 1. RIFERIMENTI NORMATIVI

- D.Lgs. 9 aprile 2008, n.81 – Testo unico sicurezza sui luoghi di lavoro.
- Decreto legge 23 febbraio 2020, n. 6 - Misure urgenti in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19.
- Circolare del Ministero della Salute 22 febbraio 2020 - 5445 Circolare del Ministero della salute.
- COVID-2019, nuove indicazioni e chiarimenti.
- DPCM dell'11 marzo 2020.
- Protocollo Condiviso dalle Parti Sociali di regolamentazione delle misure per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus Covid-19 negli ambienti di lavoro - 14 marzo 2020.
- Decreto-Legge 17 marzo 2020, n. 18 definito Decreto Cura Italia "Misure di potenziamento del Servizio sanitario nazionale e di sostegno economico per famiglie, lavoratori e imprese connesse all'emergenza epidemiologica da Covid-19".
- DPCM 22 marzo 2020, n. 15130 "Misure urgenti in materia di Contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19".
- DPCM 1° Aprile 2020.
- DPCM 10 Aprile 2020.
- Ordinanza regionale Veneto 13 Aprile 2020.
- Protocollo FMSI per la ripresa delle discipline sportive professionalistiche del 14/04/20.
- DPCM 26 Aprile 2020.
- Rapporto lo sport riparte in sicurezza versione 1 del 26/04/20.
- Prot.3180 del 04/05/20 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 PER L'ESERCIZIO FISICO E LO SPORT 16 maggio 2020. Ufficio per lo sport Presidenza del Consiglio dei Ministri.

**Le indicazioni operative del protocollo verranno aggiornate e migliorate in base agli aggiornamenti normativi.**

**IMPORTANTE:** Tenersi informati sulle disposizioni Nazionali e Regionali relative all'obbligo di mantenimento distanza tra le persone.

Negli ambiti lavorativi, all'atto dell'emissione del documento, la distanza ammessa corrisponde a **1 metro** preferibilmente **2 metri**.

Nel presente documento, questo valore verrà definito "**DISTANZA DA DISPOSIZIONI**".

All'atto dell'emissione del documento, la distanza ammessa nelle zone di attesa, corrisponde a **1 metro**.

Nel presente documento questo valore verrà definito "**DISTANZA D'ATTESA**".

All'atto dell'emissione del documento, bisogna attenersi alle linee Guida delle varie Federazioni Sportive.

**PER LA PRATICA DELLO SPORT DI BASE VA DEFINITA UNA DISTANZA INTERPERSONALE DI **2 metri**.**

Nel presente documento questo valore verrà definito "**DISTANZA CAMPO GIOCO**".



PROTOCOLLO settore

## BASE SPORT

PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19



## 2. IDENTIFICAZIONE SOCIETÀ

**A.S.D. DOJO SHOTOKAN KARATE  
Via Capodistria, 5 – 31100 TREVISO  
C.F 94158540263**

**NOME E RECAPITO DIRIGENTE:** Michela De Bortoli

**NOME E RECAPITO COVID-MANAGER (\*):** Michela De Bortoli

**FIGURE CONSIGLIO DIRETTIVO:** Michela De Bortoli – Angelo Anello

**PALESTRE DOVE SVOLGE L'ATTIVITÀ:** Scuola Masaccio – TREVISO – Via Rota, 1

**(\*) COVID-MANAGER:** Figura, definita all'interno della società, che ha il compito di verificare l'applicazione del protocollo e di interagire con dirigenti, allenatori e atleti per gestire qualsiasi problematica relativa al Covid-19; è altresì il referente in occasione di controlli sanitari.

L'obiettivo è di garantire l'attendibilità delle informazioni diffuse ed evitare la circolazione di "fake news". I contenuti riguardano la necessità di contenimento della diffusione del contagio da SARS-CoV-2 e specificatamente la pandemia Covid-19 e le modalità di trasmissione. L'obiettivo è di rendere consapevoli e responsabili tutti gli operatori sportivi della necessità di attuare delle misure di prevenzione e protezione per il contagio da SARS-CoV-2 sulla base del principio "ognuno protegge tutti" (operatori sportivi, familiari e popolazione).

## 3. NUMERI UTILI

Numero Segreteria	<b>0422 422387 – 335 8156169</b>
Numero di pubblica utilità - Covid-19	<b>1500</b>
Numero Ospedale	<b>118</b>

**Accertarsi di avere sempre l'elenco degli atleti e numeri di telefono dei genitori.**

## 4. AGENTE VIRALE SARS-CoV-2

### 4.1 CARATTERISTICHE

I coronavirus (CoV) sono un'ampia famiglia di virus respiratori che possono causare malattie da lievi a moderate. Altri coronavirus umani di originale animale (virus zoonotici) sono stati responsabili nell'ultimo ventennio di epidemie di sindromi respiratorie gravi: la SARS nel 2002/2003 (sindrome respiratoria acuta grave) e la MERS nel 2012 (sindrome respiratoria mediorientale). Sono definiti in tal modo per le punte a forma di corona che sono presenti sulla loro superficie. I coronavirus sono comuni in molte specie animali (domestiche e selvatiche) e possono attraverso passaggi in altre specie animali arrivare ad infettare l'uomo. Nel 2002 si è verificata l'epidemia SARS causata dal virus SARS-CoV-1 e nel 2012 l'epidemia MERS causata dal virus MERS-CoV, entrambi appartenenti alla famiglia Coronaviridae, genere beta. Nel dicembre 2019 viene identificato un nuovo coronavirus umano zoonotico responsabile di gravi patologie infiammatorie polmonari riconducibili a SARS. Nella prima metà del mese di febbraio l'International Committee on

**PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19**

Taxonomy of Viruses (ICTV) ha assegnato al nuovo coronavirus il nome definitivo: "Sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2" (SARS-CoV-2). Nell'11 febbraio 2020 l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha annunciato che la malattia respiratoria causata dal nuovo coronavirus è stata chiamata Covid-19.

**4.2 MODALITÀ DI TRASMISSIONE**

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio caratterizzato da una elevata contagiosità che si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro (*droplets*) espulse dalle persone infette ad esempio tramite: la saliva, tossendo, starnutendo o anche solo parlando; contatti diretti personali; le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate bocca, naso o occhi. Il virus è caratterizzato da una elevata contagiosità. In rari casi il contagio può avvenire attraverso contaminazione fecale. I cd. "droplets", goccioline pesanti, normalmente riescono a percorrere uno spazio non superiore al metro, prima di cadere a terra; questa è la ragione per cui un distanziamento di un metro è considerato sufficiente a prevenire la trasmissione. Occorre però considerare l'incidenza di fattori ambientali.

Lo spostamento d'aria causato dall'atleta e/o il posizionamento in scia, possono facilitare la contaminazione da *droplet* su distanze maggiori rispetto alla misura canonica di distanziamento sociale. In queste circostanze, più elevato è il vento, maggiore sarà il distanziamento richiesto per garantire le condizioni di sicurezza. Normalmente le malattie respiratorie non si tramettono con gli alimenti che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche. Secondo i dati attualmente disponibili, le persone sintomatiche sono la causa più frequente di diffusione del virus. L'OMS considera non frequente l'infezione da nuovo coronavirus prima che si sviluppino sintomi, seppure sono numerose le osservazioni di trasmissione del contagio avvenuti nei due giorni precedenti la comparsa di sintomi. Il periodo di incubazione varia tra 2 e 12 giorni; 14 giorni rappresentano il limite massimo di precauzione. La via di trasmissione più frequente è quella respiratoria, in seconda analisi quella da superfici contaminate con il tramite delle mani e un successivo contatto con le mucose orali, nasali e con le congiuntive.

**4.3 SINTOMI**

I sintomi più comuni di un'infezione da coronavirus nell'uomo includono febbre, tosse, difficoltà respiratorie. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave (ARDS), insufficienza renale, fino al decesso. I coronavirus umani comuni di solito causano malattie del tratto respiratorio superiore da lievi a moderate, come il comune raffreddore, che durano per un breve periodo di tempo. I sintomi possono includere: rinorrea (naso che cola); cefalea (mal di testa); tosse; faringite (gola infiammata); febbre; sensazione generale di malessere, diarrea.

Come altre malattie respiratorie, l'infezione da nuovo coronavirus può causare sintomi lievi come rinite (raffreddore), faringite (mal di gola), tosse e febbre, oppure sintomi più severi quali polmonite con difficoltà respiratorie anche molto gravi. Di comune riscontro è la presenza di anosmia (diminuzione/perdita dell'olfatto) e ageusia (diminuzione/perdita del gusto), che sembrano caratterizzare molti quadri clinici. In alcuni casi l'infezione può essere fatale. Le persone più suscettibili alle forme gravi sono gli anziani e quelle con malattie preesistenti. Le patologie preesistenti più frequenti nei soggetti deceduti sono malattie cardiovascolari, ipertensione arteriosa, diabete mellito di tipo 2 e malattie respiratorie croniche, quali la broncopneumopatia cronica ostruttiva. Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli del raffreddore comune e del virus dell'influenza, è possibile, in caso di sospetto, effettuare esami di laboratorio per confermare la diagnosi.

L'unico esame in grado di determinare la presenza di un'infezione attiva, ove non si ricorra all'isolamento virale mediante coltura, è ad oggi il tampone rinofaringeo con ricerca mediante Real Time-PCR (RT-PCR) dell'acido nucleico virale.

I test sierologici, secondo le indicazioni dell'OMS, non possono sostituire il test diagnostico molecolare su tampone, tuttavia possono fornire dati epidemiologici riguardo la circolazione virale nella popolazione anche lavorativa. Circa l'utilizzo dei test sierologici nell'ambito della sorveglianza sanitaria per l'espressione del giudizio di idoneità, allo stato attuale, quelli disponibili non sono caratterizzati da una sufficiente validità per



## PROTOCOLLO settore BASE SPORT



### PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

tale finalità. In ragione di ciò, allo stato, non emergono indicazioni al loro utilizzo per finalità sia diagnostiche che prognostiche nei contesti occupazionali, né tantomeno per determinare l'idoneità del singolo lavoratore.

## 5. DPI NECESSARI

### 5.1 Società

- Termometro a distanza o apposita documento di autodichiarazione di essersi misurati la temperatura a casa.
- Guanti monouso.
- Disinfettante in ingresso.
- Disinfettante in bagno.
- Disinfettante a bordo campo di gioco.
- Contenitori chiusi per smaltimento mascherine e guanti usati.

### 5.2 Allenatore

- Termometro personale.
- Guanti monouso.
- Mascherina.

### 5.3 Atleta

- Mascherina da utilizzare per allenamento (se ritenuto opportuno dall'allenatore).

## 6. MASCHERINE

### 6.1 Tipo mascherina consigliato

- Mascherina Chirurgica (o "fai da te") idonea per l'età dell'atleta.

#### *Art. 16 -Ulteriori misure di protezione a favore dei lavoratori e della collettività –Decreto CURA ITALIA*

1. Per contenere il diffondersi del virus COVID-19, fino al termine dello stato di emergenza di cui alla delibera del Consiglio dei ministri in data 31 gennaio 2020, sull'intero territorio nazionale, per i lavoratori che nello svolgimento della loro attività sono oggettivamente impossibilitati a mantenere la distanza interpersonale di un metro, sono considerati dispositivi di protezione individuale (DPI), di cui all'articolo 74, comma 1, del decreto legislativo 9 aprile 2008, n. 81, le mascherine chirurgiche reperibili in commercio, il cui uso è disciplinato dall'articolo 34, comma 3, del decreto-legge 2 marzo 2020,n.9.
2. Ai fini del comma 1, fino al termine dello stato di emergenza di cui alla delibera del Consiglio dei ministri in data 31 gennaio 2020, gli individui presenti sull'intero territorio nazionale sono autorizzati all'utilizzo di mascherine filtranti prive del marchio CE e prodotte in deroga alle vigenti norme sull'immissione in commercio.

### 6.2 Utilizzo delle mascherine

Si riporta di seguito un piccolo **Vademecum dell'OMS** per un corretto utilizzo delle mascherine.

#### Vademecum dell'Oms:

- 1 Prima di indossare una mascherina, pulire le mani con un disinfettante a base di alcol o con acqua e sapone.
- 2 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.
- 3 Evitare di toccare la mascherina mentre la si utilizza e, se necessario farlo, pulire prima le mani con un detergente a base di alcool o acqua e sapone.
- 4 Sostituire la mascherina con una nuova non appena è umida e non riutilizzare quelle monouso.
- 5 Per togliere la mascherina, rimuoverla dagli elastici senza toccare la parte anteriore del dispositivo.
- 6 Dopo averla tolta, buttarla immediatamente in un contenitore chiuso e pulire in modo adeguato le mani.



## PROTOCOLLO settore BASE SPORT



### PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

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.

## 7. IGIENIZZAZIONE E SANIFICAZIONE DEGLI AMBIENTI

### 7.1 Prodotti da utilizzare

L'utilizzo di semplici disinfettanti è in grado di uccidere il virus annullando la sua capacità di infettare le persone.

*A causa della possibile sopravvivenza del virus nell'ambiente per diverso tempo, i luoghi devono essere sottoposti a completa pulizia con acqua e detergenti comuni prima di essere utilizzati.*

*Per la decontaminazione, si raccomanda l'uso di ipoclorito di sodio 0,1% dopo la pulizia. Per le superfici che possono essere danneggiate dall'ipoclorito di sodio, utilizzare etanolo al 70% dopo pulizia con un detergente neutro. (Circolare nr. 5445 del 22/02/20 - Ministero della salute)*

Consultare le **schede di sicurezza** dei prodotti che si utilizzano per l'igienizzazione, al fine di verificare la concentrazione dei principi sopra indicati.

Si **SCONSIGLIA** in questa fase l'utilizzo di soluzioni a base di ipoclorito di sodio con percentuali diverse da quelle indicate, in quanto vanno diluite rispetto al prodotto acquistato. La procedura di diluizione può essere complessa e pericolosa per chi la svolge.

È importante la concentrazione di alcol poiché la massima permeazione sul virus si ha con alcol al 70% e non è corretto il pensiero che maggior concentrazione corrisponda a maggior capacità sanitizzante.

### 7.2 Piano di Pulizia

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).

L'elaborazione di istruzioni specifiche in merito alla pulizia di dette componenti va strutturata sulla tipologia di impianto per garantire una corretta pulizia.

### 7.3 Frequenza di pulizia

Si devono igienizzare **almeno giornalmente** tutte le superfici con cui possono venire in contatto gli atleti.

Devono essere puliti e igienizzati accuratamente i locali comuni, quali spogliatoi e servizi igienici **almeno giornalmente**. La disinfezione di spogliatoi (compresi armadietti) a **fine giornata**.

La periodicità della sanificazione dovrà invece essere stabilita dal Gestore dell'impianto o dal Legale rappresentante dell'organizzazione sportiva, in relazione alle caratteristiche ed agli utilizzi dei locali, attrezzi, macchinari ed eventuali mezzi di trasporto. Tale valutazione dovrà tenere in considerazione:

- livello di diffusione del virus a livello nazionale e locale (livello di allerta);
- livello di affollamento e destinazione d'uso dei locali;
- tipologia di attività svolta nel locale;
- accesso ed eventuale stazionamento di personale esterno o di accompagnatori;



## PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

- vicinanza dell'operatore all'attrezzatura;
- impiego di dispositivi che riducono il contatto;
- impossibilità di lavaggio frequente delle mani durante l'impiego;
- attività che aumentano la probabilità di emissione di aerosol/goccioline di sudore (es. uso di microfono, attività metabolica intensa, etc.).

#### 7.4 Metodo di pulizia

La pulizia deve essere svolta con utilizzo di guanti in nitrile che poi vanno gettati in apposito contenitore.

La pulizia potrà essere operata con panni puliti in microfibra inumiditi con acqua e sapone, ipoclorito di sodio 0,1%, oppure con alcool etilico al 70-75% con successiva asciugatura, pulizia ed eventuale sostituzione dei filtri con altri più efficienti. In linea generale:

- per le superfici toccate più di frequente utilizzando panni diversi per ciascun tipo di oggetto/superficie (porte, maniglie, finestre, vetri, tavoli, interruttori della luce, servizi igienici, rubinetti, lavandini, scrivanie, sedie, tasti, tastiere, telecomandi, stampanti) le attività di pulizia devono essere effettuate con cadenza giornaliera almeno due volte al giorno;
- per gli strumenti individuali di lavoro/attività sportiva, la pulizia giornaliera a fine turno può essere effettuata dal lavoratore/utilizzatore stesso, al quale deve essere messo a disposizione idoneo detergente e fornita adeguata informazione;
- ad ogni cambio turno/atleta per attrezzi, macchinari e postazioni comuni di lavoro/attività sportiva.

#### 7.5 Disinfettanti

*Si raccomanda pertanto di posizionare appositi distributori di gel alcolici con una concentrazione di alcol al 60-85%. (Circolare nr. 5445 del 22/02/20 - Ministero della salute)*

I disinfettanti vanno collocati:

- All'ingresso
- All'uscita
- Fuori del bagno
- A bordo campo di gioco

#### 7.6 Cestoni per la raccolta di fazzoletti e tovaglioli di carta

Devono essere accessoriati delle necessarie buste di plastica e dovranno essere predisposti nei servizi igienici e in numero sufficiente all'interno delle aree sportive, come pure nei restanti locali utilizzati.

Trattandosi di rifiuti anche di origine organica, i sacchi, all'atto della loro rimozione dai cestini dovranno essere chiusi ermeticamente e collocati all'interno di un ulteriore sacco, anch'esso chiuso e gettato nei contenitori della raccolta indifferenziata.

#### 7.7 Attrezzi / Macchinari

- 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).

#### 7.8 Areazione locali

- Favorire il ricambio d'aria negli ambienti interni ed escludere totalmente, per gli impianti di condizionamento, la funzione di ricircolo dell'aria.



- 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.

### 7.9 Sanificazione in caso di presenza di un caso COVID

Si dovranno inoltre prevedere procedure specifiche di intervento e sanificazione nel caso di operatore sportivo o persona terza con manifestazione evidente di sintomi; nel caso di stazionamento nei siti sportivi di una persona con sintomi, occorre:

- prevedere un intervento straordinario di sanificazione/decontaminazione dei locali frequentati, compreso il locale utilizzato per il suo isolamento. L'intervento degli operatori per la sanificazione deve essere preceduto da un'aerazione completa dei locali;
- a causa della possibile sopravvivenza del virus nell'ambiente e sulle superfici per diverso tempo, i luoghi e le aree frequentati dalla persona, nonché le attrezziutilizzate e le superfici toccate di frequente, dovranno essere sottoposti a completa pulizia con acqua e detergenti comuni prima di essere riutilizzati;
- dopo la pulizia con detergente neutro, si dovrà procedere con la decontaminazione da effettuare con disinfettanti a base di ipoclorito di sodio 0,1% o con etanolo al 70-75% per le superfici che possono essere danneggiate dall'ipoclorito di sodio;
- durante le operazioni di pulizia con prodotti chimici, bisogna assicurare la ventilazione degli ambienti.

Tutte le operazioni di pulizia devono essere condotte da personale che indossa DPI secondo disposizioni e procedure specifiche dell'attività stessa. I rifiuti prodotti dalle attività di pulizia/sanificazione/decontaminazione dell'ambiente, come gli stracci e i DPI monouso impiegati, devono essere trattati ed



## PROTOCOLLO settore BASE SPORT



### PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

eliminati come materiale potenzialmente infetto. I rifiuti devono essere trattati ed eliminati come materiale infetto categoria B (UN 3291), corrispondenti al codice CER 18.01.03\* HP 9 e categoria ADR UN 3291.

**QUALORA LA STRUTTURA NON SIA DI PROPRIETÀ, O IN GESTIONE, ACCERTARSI CHE TALI ATTIVITÀ VENGANO SVOLTE DAL RESPONSABILE DELLA PALESTRA.**

### 8. PRATICHE DI IGIENE PERSONALE

- lavarsi frequentemente le mani;
- indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti per ciascuna situazione/sport, in base al carico metabolico e in base alla indossabilità del dispositivo stesso;
- mantenere la distanza interpersonale minima di **1 metro**, preferibilmente **2**, in caso di attività metabolica a riposo. Per esempio, per gli atleti in caso di attesa, riposo e inoltre per tutti gli operatori sportivi;
- mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'atto motorio, al carico metabolico e alle altre misure di mitigazione disponibili;
- 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 rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati);
- non consumare cibo negli spogliatoi;
- disinfeccare i propri effetti personali e di non condividerli (fazzoletti, attrezzi, ecc.);
- arrivare nel sito già vestiti adeguatamente alla attività che andrà a svolgersi in modo tale da utilizzare per breve periodo gli spazi comuni per cambiarsi;
- munirsi di buste sigillanti per la raccolta di rifiuti potenzialmente infetti;
- utilizzare in palestra **apposite calzature** previste esclusivamente a questo scopo;
- non toccare oggetti e segnaletica fissa.

### 9. DOCUMENTI/CARTELLI INFORMATIVI NECESSARI

- Il presente protocollo da consegnare anche all'amministrazione Comunale
- cartelli accesso palestra con indicazione dei percorsi;
- cartelli regole base COVID;
- cartello zona misurazione febbre;
- zona spogliatoi - cartello regole generali relative allo svolgimento dell'allenamento;
- cartello regole bagni e come lavarsi le mani;
- strisce che consentano il rispetto della "**DISTANZA D'ATTESA**" nella zona di ingresso;
- cartelli uscita palestra con indicazione dei percorsi;
- documento di formazione allenatori/personale presente in palestra;
- documento di avvenuta lettura da parte di genitori/atleti dei protocolli ai quali attenersi;
- Piano pulizia Palestra;
- Autodichiarazione ripresa attività;
- documento di registrazione dell'idoneità dell'atleta all'accesso in palestra.



## 10. GESTIONE DEGLI SPAZI

### 10.1 Ingressi

- Definire la zona di ingresso degli atleti che permetta di sostare a "DISTANZA D'ATTESA".
- Gli atleti devono entrare con propria mascherina chirurgica e sostare in prossimità della zona di misurazione della temperatura (può essere anche in un'area all'interno della struttura, ma prima della zona spogliatoi e del campo di gioco).
- Definire la zona di uscita degli atleti. Qualora si disponga di un unico accesso, provvedere a rivedere gli orari in modo che non ci sia contatto tra chi esce e chi entra.

### 10.2 Spogliatoi

La zona dove si cambiano gli atleti deve essere studiata in modo che venga rispettata la DISTANZA DA DISPOSIZIONI tra atleti.

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.

**IMPORTANTE:** richiedere agli atleti di riporre le proprie cose nella propria borsa in modo da tenere in ordine la propria postazione.

### 10.3 Bagni

- I bagni devono essere puliti a fine giornata.
- L'accesso va effettuato nel rispetto delle distanze e va definito il numero massimo in modo da evitare assembramenti.
- Mettere appositi cartelli che invitino a lavarsi accuratamente le mani.

### 10.4 Campo di Gioco

- Il numero degli atleti presenti in campo di gioco va calcolato in riferimento a quanto riportato nella "DISTANZA CAMPO GIOCO".
- Durante l'allenamento va comunque fatto rispettare agli atleti, l'obbligo della DISTANZA DA DISPOSIZIONI.
- Fino a nuove disposizioni Ministeriali o Regionali, per le attività che non permettono di rispettare la DISTANZA DA DISPOSIZIONI, l'**allenatore deve valutare se gli atleti possono svolgere l'esercizio con uso di mascherina**. Qualora sia possibile, l'atleta deve utilizzare mascherina chirurgica (diversa da quella utilizzata per entrare in palestra). Se non è possibile svolgere l'attività con la mascherina, l'allenamento deve essere strutturato in modo da mantenere la DISTANZA DA DISPOSIZIONI.
- Gli allenatori, durante gli allenamenti con atleti di età prescolare, hanno l'obbligo di indossare la mascherina in quanto possono avere maggiore contatto con i bambini.



# PROTOCOLLO settore BASE SPORT



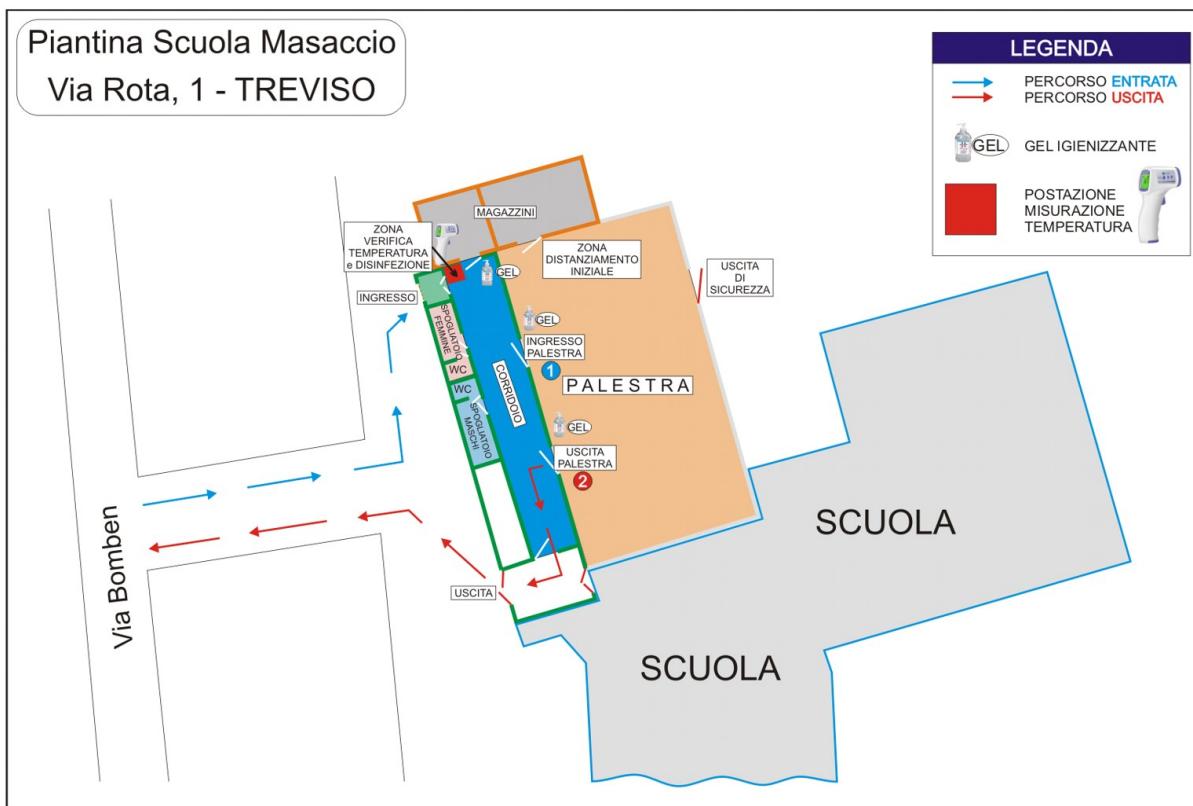
## PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

### 11. LAYOUT DELLA GESTIONE DEGLI SPAZI

**ALLEGATO DISEGNO RAFFIGURANTE LA DISTINZIONE DELLE VARIE ZONE PRESENTI NELLA STRUTTURA UTILIZZATA DALL'ASSOCIAZIONE.**

Le zone che devono essere facilmente individuabili sono:

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| • <b>Ingresso Scuola</b>              | Retro in Via Bomben (percorso <b>AZZURRO</b> ) |
| • <b>Zona misurazione temperatura</b> | Quadro <b>ROSSO</b>                            |
| • <b>Accesso palestra</b>             | <b>Porta 1</b>                                 |
| • <b>Uscita palestra</b>              | <b>Porta 2</b>                                 |
| • <b>Uscita Scuola</b>                | Retro in Via Bomben (percorso <b>ROSSO</b> )   |



### NOTA:

NEGLI ALLENAMENTI IN SPAzi APERTi VERRÀ APPLICATO LO STESSO "PROTOCOLLO BASE SPORT".

### SPAzi APERTi

Per definire le distanze verranno utilizzati dei segnaposto (cinesini) a distanza di 2,5m.

Negli allenamenti non è previsto contatto fisico, gli esercizi di motoria a terra verranno fatti solamente in modalità OnLine (Videoconferenza).



## 12. COME GESTIRE GLI ALLENAMENTI

- Definire orario ingresso atleti in palestra (meglio specificare un arco di tempo. Esempio 15 minuti)
- concedere agli allenatori il tempo necessario per svolgere tutte le attività nel migliore dei modi. Importante è rendere sicure e facilmente accessibili le procedure da svolgere dal momento dell'ingresso dell'atleta, fino all'uscita dalla palestra.
- Ove sia necessario sovrapporre gli orari dei gruppi, accertarsi di avere le figure e gli spazi necessari per evitare il contatto tra atleti di diversi gruppi
- Essendo impegnative le attività da svolgere, valutare, in riferimento al numero degli atleti, se siano sufficienti le figure presenti in palestra.
- Provvedere eventualmente a integrare le risorse o ridefinire gli orari.
- Definire un piano di ripartenza per rendere applicabile, verificabile e modificabile il Protocollo Adottato
- Provvedere al continuo confronto tra le figure coinvolte per definire delle azioni correttive qualora emergano delle difficoltà nell'applicazione del protocollo

## 13. PROTOCOLLO PER GLI ALLENATORI

### 13.1 Prima della ripresa dell'attività

- Consegna da parte dei Dirigenti dei DPI necessari per svolgere le attività.
- Consegna del presente protocollo.
- Formazione sui contenuti del protocollo.
- Sottoscrizione del verbale di avvenuta formazione.

### 13.2 Prima di ogni allenamento

- Non è consentito l'accesso in palestra se l'allenatore è stato in zone a rischio o ha avuto contatti con persone positive al virus nei precedenti 14 giorni.
- Due ore prima dell'accesso in palestra, l'allenatore deve verificare la propria temperatura corporea con il termometro in dotazione. Se questa supera il limite **di 37,5°** avvisare subito il responsabile della società, che provvederà a definire se sostituire l'allenatore o annullare l'allenamento. L'allenatore che presenta sintomi NON deve presentarsi in palestra, ma deve rimanere a casa e chiamare il proprio medico di base.
- All'accesso in palestra, prima dell'inizio attività, riverificare la temperatura con il termometro presente in sede.
- Se il tecnico lamenta, durante l'orario di lavoro, dei sintomi anche lievi, si dovrà procedere ad una nuova misurazione della temperatura corporea; qualora essa superi la temperatura ammessa deve essere avvisato immediatamente il responsabile della società. Il tecnico verrà invitato a lasciare la palestra, contattare il proprio medico di base o i numeri regionali e nazionali di riferimento e a porsi in isolamento domiciliare.

### 13.3 Durante allenamento

- Disinfettarsi spesso le mani, in particolar modo a cambio turno
- Se risultasse necessario avvicinarsi all'atleta a meno della DISTANZA DA DISPOSIZIONI, indossare la mascherina.

### 13.4 Fine allenamento

- Provvedere a pulire con apposito disinfettante tutti gli attrezzi utilizzati nell'allenamento.
- Verificare che gli spogliatoi siano puliti.



## PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

## 14. PROTOCOLLO PER GLI ATLETI

### 14.1 Prima della ripresa dell'attività

- Formazione sui contenuti del presente protocollo e consegna ad atleti e famiglie.
- Sottoscrizione del protocollo da parte dell'atleta o, se minorenne, da uno dei genitori.
- Sottoscrizione dell'autodichiarazione per la ripresa delle attività che avverrà nelle seguenti modalità:

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della specifica certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) o di particolare ed elevato impegno cardiovascolare (D.M. 24/04/13), in corso di validità.

Gli atleti vengono divisi in due gruppi in base a una autodichiarazione attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza.

Gli Atleti vengono suddivisi in:

1. Atleti COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.
2. Atleti COVID- e atleti asintomatici nel periodo della pandemia.

Per gli Atleti di cui al Gruppo 1, si esegue lo stesso screening previsto per gli Atleti Professionisti COVID+ e sintomatici di cui sopra.

Gli atleti COVID+ dovranno osservare un periodo individuale di graduale ripresa nei successivi 15 gg prima di iniziare gradualmente gli allenamenti e sotto l'attento controllo del Medico sociale o, in assenza, del Medico di Medicina Generale. Il Medico potrà, a suo giudizio, ampliare test ed esami.

### 14.2 Prima di ogni allenamento

- Non è consentito l'accesso in palestra se l'atleta è stato in zone a rischio o ha avuto contatti con persone positive al virus nei precedenti 14 giorni.
- Non è consentito l'accesso in palestra se l'atleta avverte sintomi febbrili.

## 15. GESTIONE ALLENAMENTI

### 15.1 Prima dell'allenamento

- Arrivare in palestra, nell'orario comunicato, accompagnati da un adulto e indossando la mascherina.
- Entrare in palestra utilizzando l'area identificata come ingresso.
- Disinfettarsi le mani.
- Mettersi in fila nella zona di misurazione temperatura, rispettando le DISTANZE D'ATTESA
- Al proprio turno ad ogni atleta verrà verificata la temperatura corporea o fatta firmare Autodichiarazione di aver verificato la temperatura a casa; qualora essa superi il limite di **37,5°**, se minorenne, dovrà essere avvisato immediatamente un genitore. L'atleta verrà invitato a lasciare la palestra, contattare il proprio medico di base o i numeri regionali e nazionali di riferimento e a porsi in isolamento domiciliare.
- Se l'atleta è idoneo a svolgere l'attività, potrà recarsi nella zona spogliatoio in modo autonomo, mentre l'adulto dovrà uscire dalla palestra.
- L'atleta deve provvedere a cambiarsi e a riporre la mascherina, rispettando le norme igieniche.
- L'atleta deve mettere tutti i beni personali, in ordine, nella propria borsa.
- Prendere la bottiglietta di acqua e fazzoletti e portarli a bordo campo di gioco.
- Prima dell'allenamento disinfettarsi nuovamente le mani.
- Se necessario l'utilizzo della mascherina durante l'allenamento, provvedere a tenerla vicino alla propria bottiglietta d'acqua.



## PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

**15.2 Durante allenamento**

- Mantenere le distanze consentite sia durante l'allenamento che quando ci si avvicina all'allenatore.
- Se necessario andare in bagno, chiedere il consenso all'allenatore che ha il compito di evitare assembramenti.
- Se l'atleta lamenta, durante l'allenamento, dei sintomi FEBBRILI anche lievi, seguire il protocollo al capitolo 14.

**15.3 Fine allenamento**

- Provvedere a riporre l'eventuale mascherina usata ad allenamento rispettando le norme igieniche.
- Provvedere a cambiarsi nella propria area.
- Prima di uscire indossare la mascherina.
- Gli atleti di età inferiore ai 14 anni vanno accompagnati all'uscita dall'allenatore che provvederà a verificare la presenza del genitore.
- Evitare di far entrare i genitori in palestra a fine allenamento.

**16. MODALITÀ ACCESSO TERZE PERSONE ALL'IMPIANTO**

Il responsabile della società, qualora dovrà far accedere terze persone ai locali dovrà:

- 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, ...);
- 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).

**17. GESTIONE DI UNA EVENTUALE PERSONA SINTOMATICA**

Nel caso in cui un atleta presente in campo di gioco sviluppi sintomi febbrili e/o sintomi di infusione respiratoria (tosse, difficoltà a respirare, ...), l'allenatore dovrà seguire le seguenti istruzioni:

- Isolamento dell'atleta;
- avvertire i familiari;
- avvertire le autorità sanitarie competenti e i numeri di emergenza per il COVID-19 presenti al capitolo 3;
- attenersi alle procedure che verranno indicate dagli organi competenti.



## PROTOCOLLO settore BASE SPORT



### PER IL CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS COVID-19

La società collaborerà con le autorità sanitarie per la definizione degli eventuali “contatti stretti” di una persona presente in palestra che sia stata riscontrata positiva al tampone COVID-19, al fine di permettere l’applicazione delle necessarie e opportune misure di quarantena.

Ciò al fine di permettere alle autorità di applicare le necessarie e opportune misure di quarantena. Nel periodo dell’indagine, la società si atterrà alle indicazioni dell’autorità sanitaria.

#### 18. TRASFERIMENTI

- Sui mezzi utilizzati per trasferimenti di atleti, indossare le mascherine di protezione quando la distanza con altre persone è inferiore DISTANZA DA DISPOSIZIONI.
- Nella guida dei mezzi usare guanti in nitrile.
- Durante il viaggio si raccomanda il continuo ricambio di aria all’interno dell’abitacolo.
- I guanti utilizzati vanno gettati in apposito contenitore. Il sacco, quando pieno va gettato nella plastica. Qualora venga segnalato un caso di contaminazione, il sacco va smaltito come rifiuto contaminato.
- Le mascherine non più utilizzabili vanno gettate in apposito contenitore chiuso. Qualora venga segnalato un caso di contaminazione, il sacco va smaltito come rifiuto contaminato.

#### PROMEMORIA DEI MATERIALI DA AVERE SEMPRE AL SEGUITO

1. Registro Allievi: Presenze e Temperatura Corporea.
2. Foglio Unico per Autocertificazione Allenatori Temperatura Corporea, con data e firma multipli.
3. Foglio Unico per Autocertificazione Allievi Temperatura Corporea, con data e firma multipli.
4. Elenco Telefoni Genitori Allievi.
5. Piantina Palestra Masaccio.
6. Cartelli Indicazioni Varie.
7. Termometro Contactless, Guantini e Mascherine.
8. Contenitori per smaltimento Guantini e Mascherine.
9. Disinfettanti mani, Alcol e Detergenti mani.
10. Detergente Disinfettante Spray per superfici.
11. Rotolone Carta e/o Salviette Igieniche.
12. Sacchetti per Vestiti / Oggetti Personalini.
13. \_\_\_\_\_
14. \_\_\_\_\_
15. \_\_\_\_\_
16. \_\_\_\_\_
17. \_\_\_\_\_
18. \_\_\_\_\_
19. \_\_\_\_\_
20. \_\_\_\_\_
21. \_\_\_\_\_