

MANUALE OPERATIVO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE NEL PERIODO DI PANDEMIA COVID-19

Aggiornamento 31 Agosto 2020

PREMESSA

L'attuale emergenza legata all'infezione da Coronavirus (Covid-19) ha imposto a tutta la popolazione, e quindi anche alle persone fisicamente attive o che abitualmente svolgono attività sportiva, scelte di responsabilità per favorire la salvaguardia della salute collettiva.

L'ASD Gymnase per motivi di responsabilità ha prolungato la sospensione delle proprie attività ben oltre la data di possibile ripresa prevista dal DCPM del 17 maggio.

Alla vigilia dell'ulteriore step di normalizzazione determinato dalla riapertura delle Scuole, Il Consiglio Direttivo ha svolto una valutazione dei rischi e ha redatto il presente manuale operativo per favorire la ripresa in sicurezza delle attività sportive di addestramento.

Il documento tiene conto dei vari Protocolli emanati dalle Autorità nazionali e regionali e dalle Federazioni Sportive Nazionali di riferimento.

Le indicazioni del suddetto manuale sono strettamente legate alla fase di emergenza Covid-19, pertanto passibili di modifiche ed adeguamenti, conseguenti all'evolversi della situazione pandemica.

Tuttavia alcune parti e principi guida, potranno essere utili anche ad emergenza superata.

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITA' DI ADDESTRAMENTO

Per accedere alle attività di addestramento organizzate dalla ASD Gymnase occorre essere registrati Frequentatore, in qualità di Socio o di Tesserato alla Federazione Sportiva Nazionale F.I.Ba. o F.I.J.L.K.A.M.

Occorre inoltre aver consegnato un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva e aver sottoscritto l'autocertificazione Covid-19.

Le procedure di domanda di ammissione, di tesseramento sociale e di tesseramento federale devono essere effettuate fisicamente presso la segreteria sociale nei giorni e orari di ricevimento.

Per i minori di età, le domande devono essere compilate da un genitore o da un tutore che ne fa le veci.

MANUALE OPERATIVO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE NEL PERIODO DI PANDEMIA COVID-19

Aggiornamento 31 Agosto 2020

Allo scopo di prevenire assembramenti e per riuscire a mantenere il distanziamento richiesto dalle normative vigenti all'interno degli impianti, le attività di addestramento si svolgono in modo contingentato, prevedendo un numero massimo di partecipanti per ogni singolo turno orario.

Per poter gestire e controllare il numero limite di partecipanti al turno è necessario che i Frequentatori effettuino preventivamente l'abbonamento mensile o la prenotazione alla singola lezione.

L'abbonamento garantisce per l'intero mese il diritto di partecipazione al turno prescelto.

La prenotazione consente di partecipare ad una singola lezione, di accedere alla sala di potenziamento muscolare, di utilizzare un campo da Badminton, alla condizione che ci siano posti disponibili.

I Frequentatori avranno la possibilità di verificare on line la disponibilità in tempo reale nei vari turni del mese in corso e procedere alla prenotazione e al pagamento, tramite applicazione digitale.

CONTROLLO DELLA TEMPERATURA CORPOREA

I Frequentatori possono recarsi in palestra se privi di sintomi influenzali e dopo aver verificato che la propria temperatura corporea non sia superiore a 37,5°. in caso di febbre oltre 37,5° il Frequentatore dovrà rimanere al proprio domicilio e chiamare il proprio medico di famiglia o l'Autorità Sanitaria

Gli operatori della ASD Gymnase hanno facoltà di misurare, senza contatto, la temperatura corporea e di non consentire la partecipazione qualora sia superiore a 37,5°.

La misurazione viene registrata all'ingresso dell'impianto, nel rispetto di sicurezza personale e delle norme vigenti in materia di Privacy.

L'addetto utilizza un termometro digitale infrarossi, indossando i seguenti DPI: visiera, mascherina, guanti monouso.

La ASD Gymnase conserva il registro delle temperature corporee rilevate, da mettere a disposizione della Autorità sanitaria in caso di manifestazione di Covid-19 tra i Frequentatori.

MANUALE OPERATIVO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE NEL PERIODO DI PANDEMIA COVID-19

Aggiornamento 31 Agosto 2020

ACCESSO ALL'IMPIANTO E SUCCESSIVI TRANSITI

Non è possibile accedere in palestra prima dei 10' antecedenti l'inizio del turno in cui si è abbonati o prenotati.

L'ingresso in palestra avviene uno per volta, mantenendo la distanza di un metro nella scivola condominiale, qualora vi siano arrivi contemporanei.

I Frequentatori devono accedere all'impianto indossando una mascherina di protezione, lavare le mani ed attendere nella postazione d'ingresso per la misurazione della temperatura corporea.

I genitori / accompagnatori abitualmente devono fermarsi fuori dalla porta di ingresso per lasciare e riprendere i figli, tranne che non abbiano necessità di effettuare delle pratiche di segreteria.

I genitori / accompagnatori che accedono in palestra devono anch'essi indossare la mascherina ed essere sottoposti alla misurazione della temperatura.

UTILIZZO DELLO SPOGLIATOIO E DEI SERVIZI IGIENICI

I Frequentatori possono cambiarsi in una delle postazioni indicate, mantenendo la mascherina e la distanza interpersonale di un metro.

Qualora le singole postazioni distanziate degli spogliatoi siano già tutte occupate, occorre attendere nell'area di disimpegno l'uscita di uno degli occupanti.

All'interno degli spogliatoi occorre cambiare rapidamente le scarpe e riporre eventuale vestiario non utilizzato in allenamento all'interno della propria borsa chiusa.

Solo i genitori /accompagnatori di Frequentatori del turno CAS 5/7 anni hanno deroga ad accedere negli spogliatoi per l'assistenza, mantenendo la mascherina protettiva, indossando guanti mono uso e rispettando le distanze di 1 metro.

I Frequentatori hanno facoltà di utilizzare i servizi igienici in caso di necessità. Non è invece permesso l'utilizzo delle docce, sia per motivi di sicurezza sia per consentire le procedure di sanificazione al termine di ogni turno.

MANUALE OPERATIVO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE NEL PERIODO DI PANDEMIA COVID-19

Aggiornamento 31 Agosto 2020

UTILIZZO DELLE SALE DI ALLENAMENTO

Si entra nelle sale di allenamento subito dopo essere usciti dagli spogliatoi, evitando di tornare verso la via di ingresso/uscita.

Nella sala di allenamento occupare una delle postazioni segnate a terra mantenendo la distanza di 2 metri.

Nella sala di allenamento occorre portare una piccola sacca in cui sono contenuti telo personale, fazzoletti mono uso, borraccia personale.

Nel caso sia necessario togliere la mascherina, deve essere riposta all'interno della propria sacca.

Dietro istruzioni dell'istruttore potranno svolgersi esercitazioni che richiedono il cambio di postazione, mantenendo la distanza di 2 metri.

Negli esercizi in cui si utilizzano i tappetini o le panchette è necessario stendere sopra il proprio telo personale.

I Frequentatori hanno facoltà di utilizzare i nebulizzatori messi a disposizione per sanificare le attrezzature da utilizzare.

USCITA DALL'IMPIANTO

Dopo la seduta di allenamento i Frequentatori possono spostarsi solo verso gli spogliatoi e cambiarsi il più rapidamente possibile per favorire l'ingresso delle persone in attesa e gli interventi di sanificazione.

Si accede agli spogliatoi uno per volta, secondo l'ordine stabilito dall'Istruttore.

Non è consentito consumare cibo negli spogliatoi.

Si esce dagli spogliatoi uno per volta, indossando la mascherina e dirigendosi esclusivamente verso l'uscita.

I minori possono uscire dall'impianto solo in presenza di un genitore in attesa presso la scivola condominiale, altrimenti devono attendere l'arrivo in sala di attesa, mantenendo la distanza di almeno 1 mt. da eventuali altre persone nella stessa zona.

MANUALE OPERATIVO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE NEL PERIODO DI PANDEMIA COVID-19

Aggiornamento 31 Agosto 2020

NORME IGIENICHE GENERALI DA ADOTTARE

Non toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate

Utilizzare polsini o fasce elastiche tergisudore

Utilizzare nelle sale di allenamento scarpe con soles pulite e disinfettate

In caso di improvviso sintomi di tosse o starnuto girarsi verso una parete, dando le spalle alle persone presenti e utilizzare un fazzoletto o la piega del braccio per tamponare la fuoriuscita di saliva.

In caso di gocciolamento del naso, evitare di toccarlo con la mano o il braccio e utilizzare un fazzoletto mono uso.

Dopo l'uso, i fazzoletti devono essere più volte piegati, lasciando la parte bagnato all'interno, e gettarli all'interno degli appositi cestini disposti in palestra.

Anche guanti e mascherine non devono essere abbandonati o lasciati incustoditi, in quanto materiale potenzialmente contaminato. Vanno quindi conservati nella propria sacca o gettati negli appositi cestini.

GESTIONE DI UNA PERSONA SINTOMATICA

Qualora un Frequentatore durante gli allenamenti manifestasse malessere, insorgenza di febbre, tosse o difficoltà respiratorie verrà isolato in sala di attesa e si procederà ad avvisare le Autorità sanitarie.

Nel caso lo stesso Frequentatore risultasse positivo al tampone Covid-19, l'ASD Gymnase fornirà all'Autorità Sanitaria le informazioni necessarie per le eventuali prescrizioni.

MANUALE OPERATIVO PER LE ATTIVITA' SPORTIVE NEL PERIODO DI PANDEMIA COVID-19

Aggiornamento 31 Agosto 2020

ATTIVITA' DI PULIZIA E SANIFICAZIONE

Le attività di pulizia e sanificazione ordinaria vengono svolte giornalmente dai componenti dello Staff

Alla fine di ogni singolo turno vengono sanificati le sale di allenamento, gli spogliatoi, la sala di attesa, i corridoi e la postazione di segreteria.

All'inizio e alla fine di ogni giornata vengono sanificati gli aspiratori.

Le pavimentazioni e la materassina vengono sanificate con soluzione di ipoclorito di sodio 0,1%. Le attrezzature e gli oggetti di maggior utilizzo (maniglie, rubinetti, appendini, ecc.) vengono sanificati con soluzioni idroalcoliche (con concentrazione di alcool al 70%).

In caso di presenza di una persona affetta da Covid-19 all'interno dei locali, si procede alla pulizia e sanificazione straordinaria, nonché alla adeguata ventilazione dei locali, secondo le disposizioni della circolare n. 5443 del 22 Febbraio 2020 del Ministero della Salute.

Tutte le attività di pulizia e sanitizzazione, ordinarie o straordinarie, vanno registrate da parte degli incaricati