

PROTOCOLLO ATTIVITA' SPORTIVE

US ACLI FITNESS

12 GIUGNO 2020

1. Premessa	2
2. Documentazione di riferimento	3
3. Indicazioni generali per impianti sportivi indoor	3
4. Norme particolari strutture outdoor	5
5. Gestione dei casi sintomatici	6
6. Modalità di accesso al sito sportivo dai fornitori	6
7. Protocolli discipline sportive specifiche	7
7.1 GINNASTICA PER LA SALUTE E IL FITNESS e BODYBUILDING	7
7.1.1 Sala attrezzi/sala pesi	7
7.1.2 Disposizione attrezzi	8
7.1.3 Corsi di gruppo	9
7.1.4 Spogliatoi	10
8 Allegati	11

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/.

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**
- 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 in 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 Province 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. Protocolli discipline sportive specifiche

7.1 GINNASTICA PER LA SALUTE E IL FITNESS e BODYBUILDING

Lo sport della ginnastica per la salute e il fitness come anche il bodybuilding sono molto versatile e quindi adattabili ad ogni luogo e spazio.

Per permettere alle nostre ASD di iniziare l'attività con un minimo di chiarezza proprio tenendo conto delle norme finora emanate di seguito presentiamo il nostro protocollo con le indicazioni per le singole specialità.

Essendo che molte attività di ginnastica per la salute e il fitness sia praticabili con pochi attrezzi o in alcune specialità anche senza nessuno strumento consigliamo di praticarlo all'aria aperta qualora si abbiano degli spazi da utilizzare in alternativa agli spazi chiusi

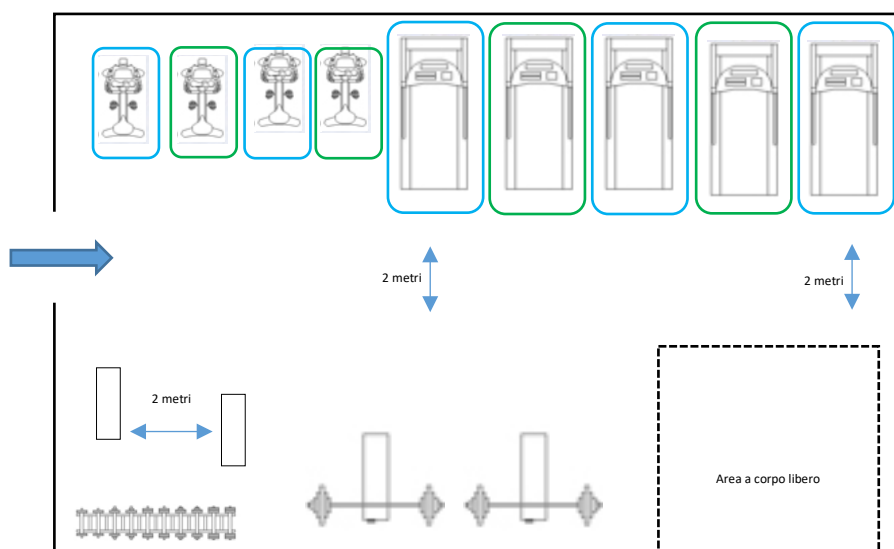
7.1.1 Sala attrezzi/sala pesi

- l'utente/socio/atleta praticante all'ingresso dovrà registrare il suo accesso, igienizzarsi le mani, tenere la mascherina indossata, farsi controllare la temperatura se la struttura è dotata di termoscanner
- l'utente/socio/atleta praticante dovrà cambiarsi le scarpe nel luogo indicato dalla struttura.
- l'utente/socio/atleta praticante una volta in palestra può togliere la mascherina se rimane a due metri di distanza dalle altre persone. Ogni volta che utilizza un attrezzo è buon uso igienizzarsi le mani. Ogni volta che usa una panca o un macchinario cardio è buon uso pulirlo con prodotto e carta messa a disposizione del gestore.
- Se il gestore non è in grado di sanificare i "tappetini per gli esercizi a terra" deve rimuoverli e chiedere agli utenti di dotarsi del proprio tappetino personale.
- Mascherina e guanti vanno utilizzati in fase di necessità, rispetto alle norme sanitarie in vigore, e nelle fasi di non attività sempre nel rispetto delle norme vigenti sia come normativa nazionale che territoriale.
- Il gestore dovrà garantire la pulizia e l'igienizzazione quotidiana di tutti i locali e di tutta l'attrezzatura prima dell'apertura giornaliera.

- Gli istruttori dovranno essere sempre dotati di mascherina ove non possono garantire il distanziamento interpersonale. Possono toglierla se sono distanti almeno due metri dalle altre persone che praticano.
- Le schede di allenamento è opportuno mandarla all'utente/socio/atleta praticante in formato digitale (mail, whatsapp, app gestionale etc.) in modo che ogni praticante la possa vedere dal proprio smartphone.

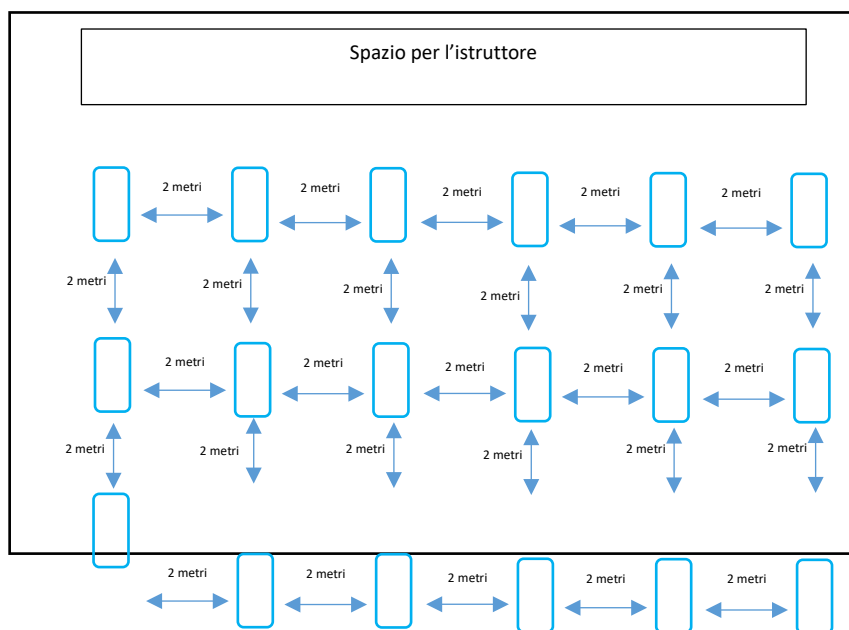
7.1.2 Disposizione attrezzi

- In questa fase Spostare i macchinari in modo da agevolare il lavoro fisico in distanziamento interpersonale di almeno 2 metri. Spesso è sufficiente valutare solo l'orientamento del macchinario valutando dove l'utente nel suo utilizzo produce in una direzione il droplet che non vada in direzione di altri utenti a distanza inferiore ai 2 metri.
- **Gli istruttori possono incentivare gli esercizi a corpo libero dove possibile e compatibile con gli allenamenti in modo da poter gestire meglio le persone nello spazio non rimanendo vincolati in modo esclusivo ad un attrezzo.**
- **Dove non è possibile spostare i macchinari per esigenza di spazi o dove si andrebbe a compromettere ulteriormente la gestione dei flussi si può lavorare a machine alternate come nello schema seguente. Utilizzare in contemporanea i macchinari cardio verdi. Dopo il suo utilizzo mentre vengono igienizzati, si procede ad usare quelli verdi che sono già pronti all'uso**



7.1.3 Corsi di gruppo

- La mascherina si tiene nelle aree comuni. Una volta in sala la si può togliere dove è possibile il distanziamento previsto per legge. La mascherina se tolta completamente va riposta in un sacchetto personale.
- Ogni utente deve avere la sua bottiglietta d'acqua segnata o una borraccia da non condividere con nessuno
- Nelle lezioni più statiche come pilates, yoga e ginnastica dolce far disporre i tappetini in modo che siano garantiti i due metri di distanza tra le persone. Chi volesse agevolare istruttore e utente può predisporre dei segnaposti adesivi sul pavimento.
- Dove non è possibile igienizzare i tappetini comunicare al cliente di portarsi quello personale
- Nei corsi ballati far predisporre le persone distanti due metri una dall'altra. Chi volesse agevolare istruttore e utente può predisporre dei segnaposti adesivi sul pavimento.
- Per le attività come step o con l'utilizzo di pesi e bilancieri garantire l'igienizzazione tra un corso e l'altro. Disporre il materiale già distanziato prima della lezione in modo da l'utente/socio sappia già dove posizionarsi
- Calcolare la capienza massima della propria sala corsi disponendo gli attrezzi. Gestire i corsi con il numero di capienza massima a prenotazione.
- Per i corsi aerobici e ballati considerare circa 8mq a persona, ma in relazione alla sala ed all'attività che l'insegnate svolge è più corretto predisporre gli spazi in relazione agli spostamenti dell'utente/socio.



US ACLI NAZIONALE C.F.: 80215550585

7.1.4 Spogliatoi

- Seguire tutte le norme igieniche previste dal governo
- Garantire tutte le norme di aereazione del locale (tramite finestre o apposito impianto d aereazione/non usare ricircolo)
- Comunicare a tutti gli utenti/soci che negli spogliatoi deve essere garantito il distanziamento di 1 metro.
- Far mantenere la mascherina dall'utente nel locale spogliatoio
- Tutti gli effetti personali di ogni utente/socio devono essere riposti nella borsa e posizionati nell'armadietto ove disponibile. La struttura che non ha gli armadietti deve garantire il posizionamento della borsa e zaino di ogni persona in maniera distanziata in un luogo diverso dallo spogliatoio.
- Utilizzare le docce dove è possibile avere le docce separate da almeno 1,5 metri. Dove non è possibile far utilizzare le docce in modo alternato. In spogliatoio di metraggio molto ridotto esibire un cartello dove la doccia è possibile farla uno per volta.
- Per agevolare l'utente/socio prevedere un sistema di prenotazione di spogliatoio e doccia
- Se il controllo e l'igienizzazione non è possibile mantenerla dal gestore far usufruire degli spogliatoi senza l'utilizzo delle docce per la prima fase di apertura.

8 Allegati



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



http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_443_allegato.pdf

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 APPOSITI 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 COMITO

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 COMU NQUE 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

<http://www.sport.governo.it/media/2136/locandina-18-maggio.pdf>


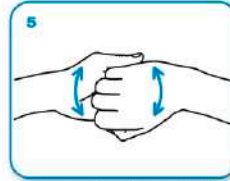


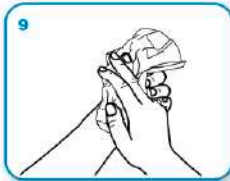


Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



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.



World Health Organization

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.

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 della Regione Piemonte 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 sanitzizzare 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:

	Pulizia con Detergenti []	Ipoclorito di sodio 0,1% [] Soluzioni idroalcoliche 70% []	
--	----------------------------	---	--