

PROTOCOLLO APPLICATIVO

delle Linee Guida per l'attività sportiva di base e motoria in genere e delle Linee guida per lo svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali e di squadra

Il Protocollo applicativo del Centro Nazionale Sportivo Libertas è predisposto in coerenza con la normativa prevista dal DPCM del 17 maggio 2020, in conformità con le “Linee-Guida per l’attività sportiva di base e l’attività motoria in genere” emanate dall’Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri pubblicate il 20 maggio 2020. Tali Linee Guida integrano le misure già predisposte dall' Ufficio per lo Sport il 3 maggio 2020.

Il Protocollo Libertas è stato predisposto per fornire le indicazioni generali e le azioni di mitigazione necessarie a consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da Covid-19.

A tali Indicazioni devono attenersi tutti i Centri Territoriali Libertas e le realtà affiliate all'Ente, che gestiscono siti sportivi e/o attività sportiva a qualunque titolo, o che ne abbiano la responsabilità, costituendo il quadro di riferimento anche per le ulteriori indicazioni fornite in materia a livello regionale.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

L'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere svolte presso palestre, piscine, centri e circoli sportivi, pubblici e privati, ovvero presso altre strutture ove si svolgono attività dirette al benessere dell'individuo attraverso l'esercizio fisico, sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a decorrere dal 25 maggio 2020.

Le Regioni e le Province Autonome possono stabilire una diversa data anticipata o posticipata a condizione che abbiano preventivamente accertato la compatibilità dello svolgimento delle suddette attività con l'andamento della situazione epidemiologica nei propri territori e che individuino i protocolli o le linee guida applicabili idonei a prevenire o ridurre il rischio di contagio nel rispetto dei principi contenuti nei protocolli o nelle linee guida nazionali anche in settori analoghi.

Le sessioni di allenamento degli atleti degli sport individuali e di squadra, sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale, senza alcun assembramento e a porte chiuse.

E' consentito svolgere attività sportiva o attività motoria all'aperto, anche presso aree attrezzate e parchi pubblici, ove accessibili, purché comunque nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di almeno due metri per l'attività sportiva e di almeno un metro per ogni altra attività, salvo che non sia necessaria la presenza di un accompagnatore per i minori o le persone non completamente autosufficienti, e senza alcun assembramento.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

Gli impianti nei comprensori sciistici sono chiusi. Gli eventi e le competizioni sportive di ogni ordine e disciplina, in luoghi pubblici o privati, sono sospesi.

Il Protocollo fa riferimento alla normativa attuale, pertanto al momento non può considerarsi esaustivo, tenendo conto della continua evoluzione delle indicazioni governative. Il presente documento costituisce un indirizzo generale, sintetico ed immediato sulle misure da adottare, rimandando per tutto ciò che non è espressamente indicato ai provvedimenti emessi e che saranno emanati dalle autorità competenti.

Il Protocollo è redatto tenendo conto che le misure di prevenzione e protezione sono finalizzate alla gestione del rischio di contagio all'interno del sito sportivo, distinguendo tra le indicazioni di carattere generale con rilievo fondamentale per le autorità sanitarie, e le indicazioni di carattere specifico declinate per ogni singola disciplina.

In questo caso, considerata la specificità di ogni disciplina, in riferimento alle indicazioni tecnico-organizzative volte a garantire la sicurezza dello svolgimento della attività da parte di tutti i soggetti affiliati, il Centro Nazionale Sportivo Libertas, in ottemperanza di quanto disposto dal "Regolamento degli Enti di Promozione Sportiva", si ispira a quanto statuito e previsto dalle disposizioni in materia e dai regolamenti delle Federazioni Sportive Nazionali (FSN) così come aggiornati in questa fase.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

Tutti gli atleti/ tesserati nonché le società, associazioni sportive dilettantistiche e circoli, sono tenuti a prendere visione del presente Protocollo, nonché di tutti gli altri provvedimenti emanati dall'esecutivo e da tutte le autorità competenti ed a seguirne scrupolosamente le disposizioni.

Nell'applicazione del Protocollo è necessario tenere conto, tra gli altri, del documento "Linee di orientamento e proposte per la gestione in sicurezza di opportunità organizzate di socialità e gioco per bambini e ragazzi nella fase 2 di emergenza Covid-19" <http://famiglia.governo.it/it>.



Misure di carattere generale preventivo considerate minime e fondamentali

ASD / SSD e Circoli

1. Indicazioni chiare delle procedure informative affisse nel sito sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché negli spogliatoi e nei servizi igienici con indicazione delle condotte da seguire.
2. Distanziamento interpersonale, di almeno 1 metro preferibilmente 2 (vedere quanto previsto per le singole discipline sportive).
3. Igiene delle mani del personale (anche per il tramite dell'utilizzo di dispenser di detergente) e delle superfici, e la prevenzione della dispersione di droplets tramite l'utilizzo di mascherine e visiere.
4. Gestione di presenze contingentate, per limitare la possibilità di diffusione del contagio, favorendo orari di ingresso scaglionati e garantire la tracciabilità delle presenze dei soggetti nel sito sportivo.
5. Turnazione degli operatori sportivi e anche degli eventuali accompagnatori.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

6. Tutela sanitaria in ambito sportivo (nel rispetto della normativa vigente in tema di certificazione medico sportiva sanitaria, anche in questa fase di Covid 19)
7. Indicazioni sulle corrette modalità e tempi di aerazione dei locali.
8. Differenziazione ove possibile, dei punti di ingresso alla struttura dai punti di uscita;
9. Pulizia giornaliera e periodica sanificazione.
10. In base alle specifiche esigenze, attuare una nuova e diversa modalità della circolazione interna.
11. Per ciascun luogo di interesse, simulare i percorsi ed i flussi di spostamento delle persone tra un luogo e l'altro, per valutare eventuali assembramenti anche in ingresso ed uscita.
12. Valutare i luoghi di sosta degli atleti (esempio bordo-campo, panchina, bordo piscina, zona di gioco).
13. Analizzare le modalità di accesso dei fornitori, eventuali mezzi utilizzati, il percorso seguito per raggiungere il sito sportivo



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

Atleti tesserati

1. Lavarsi frequentemente le mani e non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani.
2. 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.
3. 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.
4. Mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'atto motorio, al carico metabolico e alle altre misure di mitigazione disponibili.
5. 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.
6. 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.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

7. Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate.
8. Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati).
9. Non consumare cibo negli spogliatoi (laddove ne sia consentito l'utilizzo).

Piscine e Palestre Indicazioni integrative

In ottemperanza delle Linee guida per la riapertura delle attività economiche e produttive della Conferenza delle Regioni e delle Province autonome del 16 maggio 2020" al DPCM del 17/5/2020 che ha indicato alcuni indirizzi operativi specifici validi per due settori di attività sportiva presi in esame, ossia piscine e palestre, occorre ricordare sempre che la sorveglianza sanitaria prevista in tema di normativa sulla sicurezza nei luoghi di lavoro deve essere rispettata anche in questa fase di riapertura.

Pertanto, il Medico Competente, oltre agli obblighi derivanti dalle sue mansioni, deve anche collaborare con il responsabile del sito sportivo in merito alla valutazione del rischio ed alla predisposizione di misure di tutela della salute dei lavoratori nonché alla formazione e informazione rivolte agli stessi.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

Tali misure - di seguito integralmente riportate - sono finalizzate a fornire uno strumento sintetico e immediato di applicazione delle misure di prevenzione e contenimento di carattere generale, per sostenere un modello di ripresa delle attività economiche e produttive compatibile con la tutela della salute di utenti e lavoratori e vanno sempre considerate integrative o come “addendum” al documento di valutazione dei rischi redatto da ogni sito sportivo.

PISCINE

1. Predisporre una adeguata informazione sulle misure di prevenzione.
2. I frequentatori devono rispettare rigorosamente le indicazioni impartite dagli istruttori e assistenti ai bagnanti.
3. Il gestore dovrà prevedere opportuna segnaletica, incentivando la divulgazione dei messaggi attraverso monitor e/o maxi-schermi, per facilitare la gestione dei flussi e la sensibilizzazione riguardo i comportamenti, mediante adeguata segnaletica.
4. Potrà essere rilevata la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura > 37,5 °C.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

5. Divieto di accesso del pubblico alle tribune.
6. Divieto di manifestazioni, eventi, feste e intrattenimenti.
7. Redigere un programma delle attività il più possibile pianificato in modo da dissuadere eventuali condizioni di aggregazione da regolamentare i flussi degli spazi di attesa e nelle varie aree per favorire il rispetto del distanziamento sociale di almeno 1 metro, ad eccezione delle persone che in base alle disposizioni vigenti non siano soggette al distanziamento interpersonale; detto ultimo aspetto afferisce alla responsabilità individuale. Se possibile prevedere percorsi divisi per l'ingresso e l'uscita.
8. Privilegiare l'accesso agli impianti tramite prenotazione e mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni.
9. Organizzare gli spazi e le attività nelle aree 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).
10. 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.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

11. Dotare l'impianto/struttura di dispenser con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani dei frequentatori/clienti/ospiti in punti ben visibili all'entrata, prevedendo l'obbligo di frizionarsi le mani già in entrata. Altresì prevedere i dispenser nelle aree di frequente transito, nell'area solarium o in aree strategiche in modo da favorire da parte dei frequentatori l'igiene delle mani.

12. La densità di affollamento nelle aree solarium e verdi è calcolata con un indice di non menodi 7 mq di superficie di calpestio a persona. La densità di affollamento in vasca è calcolata con un indice di 7 mq di superficie di acqua a persona. Il gestore pertanto è tenuto, in ragione delle aree a disposizioni, a calcolare e a gestire le entrate dei frequentatori nell'impianto.

13. Regolamentare la disposizione delle attrezzature (sedie a sdraio, lettino) attraverso percorsi dedicati in modo da garantire il distanziamento sociale di almeno 1,5 m tra persone non appartenenti allo stesso nucleo familiare o conviventi.

14. Al fine di assicurare un livello di protezione dall'infezione assicurare l'efficacia della filiera dei trattamenti dell'acqua e il limite del parametro cloro attivo libero in vasca compreso tra 1,0 -1,5 mg/l; cloro combinato $\leq 0,40$ mg/l; pH 6.5 –7.5. Si fa presente che detti limiti devono rigorosamente essere assicurati in presenza di bagnanti.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

La frequenza dei controlli sul posto dei parametri di cui sopra è non meno di due ore. Dovranno tempestivamente essere adottate tutte le misure di correzione in caso di non conformità, come pure nell'approssimarsi del valore al limite tabellare.

15. Prima dell'apertura della vasca dovrà essere confermata l'idoneità dell'acqua alla balneazione a seguito dell'effettuazione delle analisi di tipo chimico e microbiologico dei parametri di cui alla tabella A dell'allegato 1 all'Accordo Stato Regioni e PP.AA. 16.01.2003, effettuate da apposito laboratorio. Le analisi di laboratorio dovranno essere ripetute durante tutta l'apertura della piscina al pubblico a cadenza mensile, salvo necessità sopraggiunte, anche a seguito di eventi occorsi in piscina, che possono prevedere una frequenza più ravvicinata.

16. Si rammentano le consuete norme di sicurezza igienica in acqua di piscina: prima di entrare nell'acqua di vasca provvedere ad una accurata doccia saponata su tutto il corpo; è obbligatorio l'uso della cuffia; è vietato sputare, soffiarsi il naso, urinare in acqua; ai bambini molto piccoli far indossare i pannolini contenitivi.

17. Regolare e frequente pulizia e disinfezione delle aree comuni, spogliatoi, cabine, docce, servizi igienici, cabine, attrezzature (sdraio, sedie, lettini, incluse attrezzature galleggianti, natanti etc.).



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

18. Le attrezzature come ad es. lettini, sedie a sdraio, ombrelloni etc. vanno disinfettati ad ogni cambio di persona o nucleo familiare. Diversamente la sanificazione deve essere garantita ad ogni fine giornata. Evitare l'uso promiscuo di oggetti e biancheria: l'utente dovrà accedere alla piscina munito di tutto l'occorrente.

19. Le piscine finalizzate a gioco acquatico in virtù della necessità di contrastare la diffusione del virus, vengano convertite in vasche per la balneazione. Qualora il gestore sia in grado di assicurare i requisiti nei termini e nei modi del presente documento, attenendo il distanziamento sociale, l'indicatore di affollamento in vasca, i limiti dei parametri nell'acqua, sono consentite le vasche torrente, toboga, scivoli morbidi.

20. Per piscine ad uso collettivo inserite in strutture già adibite in via principale ad altre attività ricettive (es. pubblici esercizi, agrituristiche, camping, etc.) valgono le disposizioni del presente documento, opportunamente vagliate e modulate in relazione al contesto, alla tipologia di piscine, all'afflusso clienti, alle altre attività presenti etc.

21. Si raccomanda ai genitori/accompagnatori di avere cura di sorvegliare i bambini per il rispetto del distanziamento e delle norme igienico-comportamentali compatibilmente con il loro grado di autonomia e l'età degli stessi.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

22. Le vasche che non consentono il rispetto delle indicazioni suesposte per inefficacia dei trattamenti (es, piscine gonfiabili), mantenimento del disinfettante cloro attivo libero, o le distanze devono essere interdette all'uso. Pertanto si suggerisce particolare rigoroso monitoraggio nei confronti delle vasche per bambini.

23. Tutte le misure dovranno essere integrate nel documento di autocontrollo in un apposito allegato aggiuntivo dedicato al contrasto dell'infezione da SARS-CoV-2.

PALESTRE

1. Predisporre una adeguata informazione sulle tutte le misure di prevenzione da adottare.
2. 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.
3. Potrà essere rilevata la temperatura corporea, impedendo l'accesso in caso di temperatura $> 37,5^{\circ}\text{C}$.
4. 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.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

5. 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: o almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica, o almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).
6. 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.
7. Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, il responsabile della struttura assicura la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati.
8. Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati.
9. 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.
10. Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
11. Utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

12. 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.

13. 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;



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

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;

14. 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.



Misure per il contrasto ed il contenimento della diffusione del Covid-19

15. 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%;
16. Evitare di utilizzare e spruzzare prodotti per la pulizia detergenti/disinfettanti spray direttamente sui filtri per non inalare sostanze inquinanti, durante il funzionamento.
17. 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.

