



**ASD POLISPORTIVA SAN MARCO**

Via Don P. Giudici, 19  
20093 Cologno Monzese – MI  
CF: 02303770966



# **VADEMECUM**

**PER UTILIZZO DELLA STRUTTURA**

**“ CAMPO DI CALCIO A 7 “**

**presso**

**ORATORIO SAN MARCO – Via Don P.Giudici 19**

**COLOGNO MONZESE**



# ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

Via Don P. Giudici, 19  
20093 Cologno Monzese – MI  
CF: 02303770966



## ALLENAMENTI

- Per accedere alla struttura si potrà utilizzare soltanto l'entrata dell'Oratorio di Corso Roma ;
- Gli atleti dovranno presentarsi per gli allenamenti già “pronti e cambiati “e muniti di mascherina indossata;
- Gli accompagnatori dei ragazzi (siano essi genitori, parenti, tutori o delegati dalle famiglie) dovranno **attendere ordinatamente, fuori dalla struttura l'arrivo del responsabile;**
- Ad ogni allenamento dovrà essere consegnata una nuova autocertificazione, debitamente compilata, riportante la data dell'allenamento (vedi copia di autocertificazione allegata al presente VADEMECUM ) ;
- Tali Autocertificazioni dovranno essere raccolte e conservate da ogni responsabile della squadra e dovranno essere conservate ( in un raccoglitore o in un busta portadocumenti di plastica ) per 15 gg ;
- All' ingresso nella struttura verrà misurata la temperatura ( che non dovrà superare i 37,5° per poter accedere all'allenamento ) **provvedendo all'igienizzazione delle mani** con gel a base alcoolica ;
- **L'accesso alla struttura sarà vietato in mancanza di autocertificazione o superamento della soglia di temperatura, l'atleta rimarrà in carico al tutore;**
- **Eventuali accompagnatori degli atleti sono autorizzati ad entrare nella struttura, solo per comprovati motivi. In tal caso dovranno presentare l'autocertificazione;**
- Gli atleti potranno depositare eventuali sacchetti , zainetti o felpe , all'interno degli spogliatoi, **mantenedoli ad una distanza di 1 metro**, utilizzando le panche o gli appendini ( al massimo 2 spazi per ogni panca/appendino quindi al massimo 6 spazi per ogni spogliatoio ) quindi ogni squadra dovrà aprire 2 spogliatoi ;
- **In mancanza di aggiornamenti è vietato l'uso delle docce**
- **Gli atleti dovranno porre particolare attenzione alla gestione della mascherina che non dovrà essere lasciata incustodita in luoghi comuni, ma riposta in busta personale nell'area dedicata ai propri indumenti.**



# ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

Via Don P. Giudici, 19  
20093 Cologno Monzese – MI  
CF: 02303770966



- I ragazzi dovranno accedere allo spogliatoio (così come eventualmente per l'utilizzo dei bagni) uno alla volta evitando sovrapposizioni e le porte degli spogliatoi, così come quelle dei bagni, dovranno sempre essere lasciate aperte per consentire una corretta areazione;
- Gli allenatori prima e durante l'allenamento dovranno mantenere l'uso della mascherina rispettando la distanza di sicurezza almeno di un metro dagli atleti, fatta eccezione, **per casi limitati nel tempo con comprovate esigenze (significativo impegno fisico, accudimento dell'atleta)**;
- I ragazzi dovranno evitare il più possibile contatti o "scambi" ravvicinati durante gli esercizi e limitandosi al solo uso eventuale del pallone di calcio, tutti gli eventuali attrezzi che saranno utilizzati durante gli esercizi dovranno essere "toccati o spostati" soltanto dagli allenatori;
- Nel limite del possibile, sarà consegnata ad ogni ragazzo una "pettorina" PERSONALE che verrà portata a casa dopo l'allenamento, dovrà essere lavata e riportata per l'allenamento successivo;
- Al termine dell'allenamento i ragazzi dovranno procedere uno alla volta al ritiro eventuale del proprio materiale depositato negli spogliatoi, dovranno procedere ad igienizzarsi le mani e avviarsi all'uscita del campo evitando il più possibile gli assembramenti;
- Qualora un atleta durante l'allenamento accusi un problema o un lieve malore di qualsiasi tipo **dovrà sospendere la sessione di allenamento, essere mantenuto isolato**, procedendo ad avvisare il tutore per il recupero. **Se necessario un ricovero al chiuso verrà utilizzato lo spogliatoio dell'arbitro**;

Particolare attenzione dovrà essere posta al termine dell'allenamento alla "sovrapposizione" della successiva squadra che dovrà procedere al proprio allenamento evitando il più possibile "incroci o assembramenti".

- La squadra "entrante" dovrà presentarsi almeno 5/10 min prima della fine del precedente allenamento, effettuare tutte le procedure sopraindicate, utilizzando i rimanenti 2 spogliatoi liberi per l'eventuale deposito del materiale personale e al termine delle procedure utilizzare uno spazio "neutro" in fondo al campo di calcio in attesa che l'allenamento precedente abbia termine e che i ragazzi del precedente allenamento siano usciti dalla struttura;



# ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

Via Don P. Giudici, 19  
20093 Cologno Monzese – MI  
CF: 02303770966



## GARE

Per quanto riguarda la disputa delle gare , fermo restando il Vademecum di cui sopra , si fa riferimento integrale al “ **PROTOCOLLO E DISPOSIZIONI APPLICATIVE DI DETTAGLIO** “ emesso dal C.S.I. REGIONE LOMBARDIA PER IL CALCIO A 7

In particolare si prega prendere nota soprattutto delle indicazioni sotto riportate :

- Applicazione delle procedure di accoglienza dell'eventuale arbitro ;
- Disposizioni modificate per l'entrata in campo delle squadre che , una volta schierate in campo ad inizio gara , solamente con gli atleti titolari che inizieranno la gara ( sempre con attenzione ad un distanziamento di almeno 1 mt ) non dovranno procedere allo scambio dei saluti con l'arbitro e con la squadra avversaria ;
- Disposizioni di attenzione al distanziamento da affrontare al momento della “ **CHIAMATA A RICONOSCIMENTO DEGLI ATLETI , E DEI DIRIGENTI** “ ;
- Disposizioni di attenzione e distanziamento per tutti gli atleti “ **RISERVE** “ che aspettano in panchina ;
- Allontanamento immediato agli spogliatoi per gli atleti “sostituiti“ e che non dovranno più eventualmente rientrare in partita ;
- Attenzione alle operazione di distanziamento degli atleti al termine della gara. Tali atleti dovranno accedere agli spogliatoi in modo “frazionato“ evitando il più possibile “ **assembramenti**” con gli altri atleti della squadra avversaria ;

**TALE VADEMECUM HA VALORE MOMENTANEO E SARA' OGGETTO DI MODIFICHE QUALORA LE DISPOSIZIONI A LIVELLO NAZIONALE , REGIONALE E DI FEDERAZIONE CSI SUBISSERO EVENTUALI MODIFICHE .**



# ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

Via Don P. Giudici, 19  
20093 Cologno Monzese – MI  
CF: 02303770966



## **DISPOSIZIONI IN MATERIA DI SANIFICAZIONE E PULIZIA DELLA STRUTTURA “ SPOGLIATOI , SEGRETERIA , BAGNI , MAGAZZINO E MATERIALE SPORTIVO IN USO PER L’ALLENAMENTO ( palloni , cinesini , pettorine etc... )**

**SEGRETERIA DEL CAMPO DI CALCIO –** Al suo interno verrà posizionato un **TERMOMETRO SCANNER** per la misurazione della temperatura e un **DISPENSER** per l’igienizzazione della mani ;

**BAGNI + SPOGLIATOIO ARBITRO + MAGAZZINO –** In ogni bagno , nello spogliatoi dell’Arbitro e in magazzino , verrà posizionato un **DISPENSER** per il lavaggio delle mani e **ROTOLO DI CARTA** usa e getta per asciugarsi ;

- Ogni responsabile della squadra dovrà provvedere al termine del proprio Allenamento alla **igienizzazione** dei 2 locali spogliatoi utilizzati dalla propria squadra a mezzo di **BIDONCINO SPRUZZATORE** ed **EVENTUALMENTE DEI LOCALI BAGNI UTILIZZATI** lasciando sempre successivamente le porte spalancate ;
- Ogni responsabile al termine dell’Allenamento ( si consiglia magari di utilizzare l’eventuale momento della partitella ) dovrà provvedere alla **igienizzazione** dei Palloni e delle eventuali attrezzature utilizzate sempre tramite lo **SPRUZZATORE** di cui sopra procedendo all’asciugatura degli stessi con la carta dei rotoli che hanno a disposizione nel locale magazzino;