



ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

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



VADEMECUM RIASSUNTIVO



ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

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



Vademecum riassuntivo delle azioni da porre in essere e dei comportamenti da osservare

Nell'invitare tutti i soggetti interessati e coinvolti ad un'attenta e puntuale lettura del Protocollo Nazionale e delle Disposizioni applicative di dettaglio occorre assicurarsi sempre che l'Operatore di Accoglienza verifichi il rispetto delle raccomandazioni indicate, prima, durante e al termine dell'attività sportiva per poter intervenire prontamente in caso di inadempienza.

La tutela della salute e le azioni di prevenzione e di contenimento della diffusione del contagio da COVID-19, rappresentano sul piano sociale e su quello della tutela dei tesserati, un aspetto fondamentale della ripresa della normale convivenza e della pratica dell'attività sportiva organizzata.

Il presente vademecum rappresenta un sunto dei comportamenti e delle azioni da porre in essere da parte di tutti i soggetti partecipanti all'attività sportiva organizzata e può essere considerato quale indicazione generale per la predisposizione, da parte delle società sportive, della check list a supporto dell'Operatore di Accoglienza.

ATTIVITA' DA PORRE IN ESSERE A CARICO DEL GESTORE DELL'IMPIANTO O DALLA SOCIETA' SPORTIVA IN CASO DI GESTIONE DIRETTA

- Riorganizzare gli spazi e regolare gli accessi in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazione;
- Predisporre l'adeguata infografica e cartellonistica;
- Identificare e possibilmente formare l'OPERATORE di ACCOGLIENZA;
- Rilevare la temperatura corporea a tutti i soggetti che accedono: in caso di temperatura > 37.5° C l'accesso all'impianto non dovrà essere consentito;
- Ritirare ed archiviare in ordine cronologico per un periodo di 14 giorni il modulo di autocertificazione COVID-19 da tutti i soggetti che accedono all'impianto;
- Dotare l'impianto/struttura di dispenser con soluzioni idroalcoliche e di gel igienizzanti per l'igiene delle mani;
- Procedere a calendarizzare (anche più volte al giorno) la frequente pulizia e disinfezione delle aree spogliatoio, delle docce, dei servizi igienici, delle aree comuni, di tutte le attrezzature e i macchinari utilizzati. Occorrerà inoltre provvedere alle opere di pulizia e sanificazione come previsto dai protocolli vigenti ai vari livelli.
- Per poter riutilizzare lo spogliatoio occorre provvedere ad arieggiare e pulire il locale per un tempo congruo al ricambio d'aria – suggeriti 20/30 minuti -, tra una partita e l'altra.

OBBLIGHI A CURA DEGLI USUFRUITORI DELL'IMPIANTO (ATLETI, ALLENATORI e DIRIGENTI)

- Astenersi dal recarsi all'impianto sportivo qualora si siano manifestati o fossero in corso sintomi con temperatura corporea > a 37.5° C per un periodo precedente all'attività pari almeno a 3 gg. e di non aver avuto contatti negli ultimi 14 gg. con persone risultate positive al Covid-19, per quanto di loro conoscenza;
- Non accedere all'impianto sportivo in presenza di temperatura corporea rilevata > a 37.5° C o di segni/sintomi per un periodo precedente di almeno 3 gg. e di non aver avuto contatti negli ultimi 14 gg. con persone risultate positive al Covid-19, per quanto di loro conoscenza;



ASD POLISPORTIVA SAN MARCO

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



- Consegnare all'entrata al Gestore dell'impianto o all'Operatore di accoglienza l'autocertificazione Covid-19 compilata e sottoscritta;
- Utilizzare la mascherina ove richiesto e laddove non sia possibile mantenere la distanza interpersonale di 1 metro;
- Non condividere borracce, bottiglie (usare confezioni monouso), bicchieri e non scambiare con altri atleti/utenti oggetti quali: pettorine, asciugamani, accappatoi o altri effetti personali;
- Igienizzarsi le mani ove richiesto e comunque prima di ogni accesso al campo di gioco e agli spogliatoi;
- Entrare negli spogliatoi e nelle docce a piccoli gruppi, in relazione alla dimensione degli stessi, al fine di mantenere sempre la distanza interpersonale di almeno 1 metro;
- Astenersi da contatti stretti con altri partecipanti (abbracci, strette di mano, gruppi motivazionali, esultanze, etc.), sia prima, durante e al termine della gara;
- Conferire subito negli appositi contenitori rifiuti come bottigliette, cerotti, garze, mascherine e fazzoletti, o altro;
- Non attardarsi nelle docce durante le operazioni di igiene personale e negli spogliatoi e negli spazi comuni al termine della gara, mantenendo sempre la distanza interpersonale di almeno 1 metro. Laddove ciò non sia possibile, indossare la mascherina.

COMPORAMENTI IGIENICO SANITARI DA SEGUIRE

- Lavare, igienizzare e disinfettare spesso le mani;
- Non toccare mai il viso, gli occhi o la 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;
- Portare con sé disinfettante e gel igienizzante per le mani;
- 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;
- Mantenere la distanza interpersonale minima di 1 metro in caso di attività metabolica a riposo; mantenere altresì la distanza interpersonale minima adeguata all'atto motorio, all'intensità dell'esercizio fisico e alle altre misure di mitigazione disponibili;
- Non consumare cibo negli spogliatoi.