



PROTOCOLLO OPERATIVO PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE ALL'APERTO DEL PUGILATO GIOVANILE E AMATORIALE IN EMERGENZA COVID-19

1. Premessa

In premessa si evidenzia che è stato emanato il nuovo protocollo attuativo delle *“Linee-Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere”* ai sensi dell'art. 7 del DPCM del 2 marzo 2021, recanti le misure per il contenimento e il contrasto del diffondersi del virus Covid-19 sull'intero territorio nazionale. Tali linee guida forniscono pertanto indicazioni specifiche volte ad assicurare la prosecuzione delle attività sportive e dell'esercizio fisico alle quali devono attenersi tutti i soggetti che gestiscono, a qualsiasi titolo, siti sportivi, centri di attività motoria, palestre, piscine, o i soggetti che comunque ne abbiano la responsabilità.

Le suddette linee guida prevedono per le zone bianche, gialle e arancioni lo svolgimento dell'attività sportiva di base e dell'attività motoria in genere svolte all'aperto presso centri e circoli sportivi, pubblici e privati, nel rispetto delle norme di distanziamento interpersonale e senza alcun assembramento, in conformità con le linee guida emanate dall'Ufficio per lo sport, sentita la Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI), con la prescrizione che è interdetto l'uso di spogliatoi interni a detti circoli.

In tal senso la F.P.I. ha redatto il presente protocollo al fine di agevolare la ripresa delle attività del settore giovanile e amatoriale (pre-pugilistica) pur considerando che le stesse dovranno svolgersi in modo individuale e all'aperto e nel pieno rispetto di tali linee guida.

Si precisa che questo protocollo non sostituisce in alcun modo le disposizioni delle Autorità Preposte, alle quali ogni singola Organizzazione Sportiva è tenuta al rispetto, e sono valide in funzione delle relative Ordinanze Regionali.

Sono indicazioni di indirizzo, che ogni singola ASD/SSD deve tradurre nell'ambito del proprio contesto, tenendo sempre conto anche di quanto riportato nelle FAQ del Governo sul sito www.sport.governo.it.

In tal senso va rimarcato, comunque, che la responsabilità dell'attività svolta è sempre in capo al legale rappresentante della ASD/SSD compreso eventuale personale tecnico preposto per l'attività specifica. Considerando che tutte le misure preventive e di protezione finalizzate alla gestione del rischio sono a carico dei gestori delle strutture, anche dal punto di vista della responsabilità delle misure adottate, i legali rappresentanti di ogni singolo sodalizio sportivo potranno, laddove valutato necessario, prevedere misure ulteriori ma che siano, in ogni caso, conformi ai requisiti minimi definiti dalle Linee Guida e dal presente documento.

In ogni caso, dovranno tenersi conto delle specifiche normative a vario titolo pubblicate (DPCM, Decreti Leggi, Circolari Ministeriali, Ordinanze Regionali) su eventuali ulteriori misure per il contrasto ed il contenimento sul territorio nazionale e/o regionale della diffusione del virus COVID-19.

2. DEFINIZIONI

Organizzazione Sportiva

Si intende ogni Federazione Sportiva Nazionale (FSN), Disciplina Sportiva Associata (DSA), Ente di Promozione Sportiva (EPS) e relativi nuclei associativi (ASD e SSD costituite ai sensi dell'art. 90 della L. 289/2002 e ss.mm.ii. ed iscritte nel Registro Nazionale istituito ai sensi dell'art. 5, comma 2, lettera c) del D.Lgs. 242/1999 e ss.mm.ii.; società di cui alla L. 91/1981; Gruppi Sportivi di cui all'art. 6 della L. n. 78/2000).

Operatori Sportivi

Per “Operatori Sportivi” si intendono sia l'atleta, giovanile, amatoriale o agonista, che il personale di supporto presenti nel sito sportivo ovvero gli addetti necessari per il corretto svolgimento delle attività sportive

(dirigenti, tecnici di riferimento degli atleti) e per la corretta apertura, gestione e manutenzione del sito sportivo nel quale l'atleta dovrà svolgere tale attività a "porte chiuse".

Sito sportivo

Si intende un'area all'aperto (area pubblica o privata) destinata allo svolgimento di esercizi sportivi ovvero per attività sportiva di base e attività motoria all'aperto anche presso aree all'aperto di palestre, fermo restando il distanziamento e che resta interdetto l'uso di eventuali spogliatoi disponibili all'interno delle zone non accessibili della struttura.

Area di allenamento

Si intende la zona all'aperto all'interno del sito sportivo destinata specificatamente al concreto svolgimento dell'attività tecnica e/o di preparazione alle discipline del pugilato, oggetto del presente Protocollo, nel quale possono essere installate specifiche attrezzature di allenamento (coni, clavette, cerchi, eventuali sacchi a terra, ecc...).

3. MANIFESTO

- Prima di essere sportivi si è cittadini
- Richiamo generale alle misure anticontagio come cittadini (rispetto della distanza di sicurezza, divieto di assembramenti, ecc.)
- Richiamo sul rispetto delle norme anticontagio nel tragitto casa/sito sportivo e viceversa

PRIMA DI ALLENARTI

- Devi controllare la temperatura prima di uscire da casa e accertati di non avere sintomi sospetti
- Rispetta le disposizioni Statali, Locali e della palestra o ASD a cui sei associato
- Arriva nel sito già vestito adeguatamente per le attività che andrai a svolgere o in modo tale da utilizzare il meno possibile gli spazi comuni per cambiarti
- Vieni munito di buste sigillanti per la raccolta di rifiuti potenzialmente infetti
- Pulisci a fondo la tua attrezzatura da allenamento (guanti, bende, elastici, paradenti, ...)
- Lava o disinfetta le mani
- Porta nel sito di allenamento apposite calzature esclusivamente a questo scopo
- Porta nel sito di allenamento la tua bottiglia d'acqua e bevi solo da quella

DURANTE L'ALLENAMENTO INDIVIDUALE

- Disinfetta ciclicamente le tue mani dopo ogni esercizio
- Non toccarti la faccia con le mani
- Pulisci e disinfetta le attrezzature dopo averle utilizzate
- Mantieni sempre la distanza di sicurezza dagli altri atleti
- Rispetta il divieto di contatto fisico con gli altri atleti
- Utilizza sempre la borraccia personale
- Saluta e ringrazia senza contatto fisico
- Utilizza sempre i tuoi effetti personali da portare via, o mono uso da smaltire personalmente

DOPO L'ALLENAMENTO

- Detergi a fondo la tua attrezzatura da allenamento (guanti, bende, paradenti, elastici, ...)
- Lava o disinfetta le mani
- Fai la doccia a casa è sospeso l'uso degli spogliatoi e delle docce nell'impianto sportivo

4. MISURE GENERALI DI PREVENZIONE E PROTEZIONE DEL PERSONALE

MODALITÀ DI INGRESSO NEL SITO SPORTIVO

Regole di accesso per atleti e collaboratori incaricati delle attività sportive

Nella organizzazione sportiva, è importante che, ogni atleta, e in generale per tutti gli addetti coinvolti nelle attività sportive, si rendano personalmente responsabili di:

- attuare per le attività sportive ove possibile la riduzione del numero totale delle persone presenti nel sito sportivo, anche tramite turni, riorganizzazione dell'attività, limitazione del numero di accompagnatori, ecc.;
- 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;
- nel sito sportivo e nell'area di allenamento evitare assembramenti, proponendo solo attività individuali e all'aperto;
- attuare ove possibile una nuova e diversa turnazione degli operatori sportivi e anche degli eventuali accompagnatori (atleta/praticante attività motorie-sportive vs. collaboratori di supporto e/o accompagnatori di atleti) anche al fine di creare gruppi distinti e riconoscibili;
- rispettare i lay-out predisposti ed esporre apposita segnaletica;
- ogni atleta deve portarsi il proprio equipaggiamento (funicella, guanti, paradenti, ecc.) il quale non può essere scambiato per nessun motivo;
- organizzare specifici lay-out per compartimentare e dedicare le aree esterne per tipologie di allenamento, predisponendo segnaletica orizzontale (ad esempio tracciando sul pavimento una scacchiera da 3,5x2m=7 mq che sia utilizzata esclusivamente da un solo atleta durante l'esercizio aerobico);
- prediligere ove possibile lo schieramento in riga, mantenendo la distanza di almeno 2 metri tra gli atleti, per quanto riguarda gli esercizi che prevedono di corsa o di preatletismo, prevedere percorsi lineari (ad esempio individuando un corridoio di lavoro per ogni atleta);
- assicurare che tutte le persone (interne ed esterne) che accedono al sito sportivo dell'organizzazione sportiva indossino "mascherine chirurgiche" (*norma UNI EN 14683*);
- richiedere alle persone che frequentano il sito sportivo di controllare quotidianamente la temperatura corporea prima di lasciare il proprio domicilio e recarsi presso il sito in cui si svolge l'allenamento e, in caso di febbre oltre 37,5° o altri sintomi influenzali, di rimanere al proprio domicilio e chiamare il proprio medico di famiglia o l'Autorità Sanitaria;
- ricordare che ciascuno è invitato preferibilmente a recarsi presso gli ambienti sportivi con mezzi di trasporto propri. Per le altre modalità di trasporto (trasporti plurimi o mezzi pubblici) rispettare le prescrizioni dettate dalle pubbliche Autorità;
- ricordare che l'organizzazione sportiva, quale ulteriore misura precauzionale, può prevedere il controllo della temperatura corporea, prima o in corrispondenza dell'accesso pedonale nel rispetto della sicurezza delle persone e delle norme vigenti in materia di Privacy. La misurazione è da effettuarsi, preferibilmente, con dispositivi di rilevazione a distanza quali telecamere termiche (fisse o mobili) o termometri manuali senza contatto. Il collaboratore e/o tecnico, preferibilmente che abbia già avuto una formazione di primo soccorso, che effettua la rilevazione, specificamente formato, deve utilizzare i seguenti DPI specifici, da individuare caso per caso sulla base della tipologia di rilevamento della temperatura (manuale o a distanza):
 - occhiali di protezione;
 - mascherina di protezione;
 - guanti monouso.

ADDETTI COINVOLTI NELL'ORGANIZZAZIONE

Istruttori – Tecnici Sportivi

- Assistono gli atleti GIOVANILI e PRE-PUGILISTICA nella loro attività didattica e sportiva.
- Organizzano le esercitazioni per garantire il mantenimento della massima distanza atleta e atleta, verificando il rispetto dei livelli massimi di affollamento nell'area di allenamento (almeno 7 mq per ciascun atleta) facendo particolare attenzione alla scelta delle esercitazioni per ridurre al minimo i rischi di contatto.
- Educano gli atleti al rispetto delle norme di sicurezza.

Personale di reception

- Deve utilizzare la mascherina e fornisce informazioni e svolge le pratiche amministrative (iscrizioni, rinnovi, pagamenti, ecc.) e deve essere protetto dalla clientela da schermo in plexiglas.

- I pagamenti dovrebbero essere eseguiti preferibilmente in forma elettronica con terminale POS manovrabile in autonomia dal cliente, incentivando i pagamenti di tipo *contactless*.
- La clientela non deve accedere allo spazio retrostante il desk. In caso di reception in situazioni di *open space* devono essere apportati i necessari correttivi per tutelare il personale (es. spostare la reception all'interno di ufficio chiuso, installare protezioni aggiuntive per l'area desk).
- In caso di presenza di più operatori desk, spazi e mansioni devono essere organizzati in maniera da garantire il rispetto della distanza interpersonale di 1 metro e comunque essere dotati di mascherine chirurgiche.

MODALITÀ DI ACCESSO DI SOGGETTI ESTERNI

Accompagnatori, genitori, visitatori, potenziali clienti, ecc.

L'accesso agli esterni va limitato al massimo. L'accesso va limitato alle situazioni non rimandabili al termine dell'emergenza e necessarie per lo svolgimento dell'attività sportiva in corso e di servizi/installazioni ad essa correlati. Ai soggetti esterni si applicano tutte le disposizioni previste internamente, con l'aggiunta di quanto di seguito riportato.

Accesso di soggetti esterni

Valutata la necessità del loro accesso, i soggetti esterni (parenti, accompagnatori, potenziali clienti, ecc.) vanno adeguatamente informati circa le disposizioni in essere presso la ASD/SSD. L'informativa può essere trasmessa in occasione dell'ingresso nel sito sportivo (es. per visitatori, genitori e accompagnatori), in tal caso l'attività va registrata su apposito registro informativo.

Tali indicazioni prevedono, almeno:

- l'identificazione del referente interno;
- le procedure di ingresso, transito ed uscita, inclusa l'individuazione e l'utilizzo degli ingressi, dei percorsi e delle aree di sosta o carico/scarico dedicate e chiaramente identificate, i tempi massimi di permanenza al fine di ridurre le occasioni di contatto tra le persone presenti;
- l'eventuale verifica, prima dell'accesso, della temperatura corporea secondo le modalità previste;
- il mantenere indossati i DPI in dotazione per tutta la durata della loro permanenza all'interno delle competenze dell'Organizzazione sportiva;
- l'impossibilità di accedere senza l'adozione di tutte le misure previste nel presente protocollo, inclusa la dotazione di DPI e senza la sottoscrizione della dichiarazione e dell'informativa privacy (vedi Allegato 1 autodichiarazione stato salute e informativa) che attesta l'assenza di condizioni che ne precludano l'accesso (contatto con soggetti risultati positivi al Covid-19 negli ultimi 14 giorni, presenza di sintomi simil-influenzali quali febbre, tosse, lacrimazione, difficoltà respiratorie, raffreddore, alterazione della percezione degli odori/sapori);
- il rispetto della distanza sociale di sicurezza di almeno 1 metro;
- il permanere nelle aree di attesa allo scopo predisposte.

Come indicato al punto precedente, tutte le persone esterne che accedono ai locali e alle pertinenze della ASD/SSD devono indossare "mascherine chirurgiche" (UNI EN 14683) prima dell'ingresso. Le modalità di accesso devono essere segnalate/comunicate, in caso di non rispondenza dovrebbe essere negato l'accesso. L'accesso dei soggetti esterni va contingentato e, se possibile, preventivamente programmato, per evitare la presenza contemporanea di più soggetti.

Accesso di genitori, accompagnatori, visitatori

A genitori, accompagnatori, visitatori è fatto divieto:

- di posteggio di cicli, passeggini, monocicli, monopattini o quanto altro possa essere di intralcio al layout stabilito;
- di consumo di alimenti e bevande al di fuori della zona relax o di attesa individuata;
- di transito nelle aree non autorizzate.

Tutte le informazioni relative all'accesso di soggetti esterni, inclusi casuali, tempi di permanenza, soggetti incontrati e dichiarazioni, sono registrate a cura del referente incaricato su un apposito modulo/documento.

5. DISPOSIZIONE E GESTIONE SPAZIO SPORTIVO

Si elencano le procedure da attivare:

- Distanziare attrezzi per garantire gli spazi necessari per il rispetto della distanza di sicurezza delimitando le zone di rispetto e i percorsi (prevedere una persona ogni 7 mq) con distanza minima fra le persone non inferiore a 2 metri.
- Igienizzazione di attrezzi al termine di ogni seduta di allenamento individuale, anche a cura dell'utente.
- Fare in modo che ogni praticante possa disporre di igienizzante in quantità adeguata (gel e salviette monouso) in prossimità degli attrezzi affinché, prima e dopo ogni esercizio, avvenga l'igienizzazione degli attrezzi usati.
- Gli attrezzi che non possono essere sanificati non devono essere usati.
- È tassativo portare ed usare apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.

6. PULIZIA E SANIFICAZIONE

Quali superfici pulire e sanificare

Superfici che vengono toccate più spesso con le mani (elenco orientativo e non esaustivo):

- Superfici di appoggio (specialmente nelle aree comuni)
- Superfici utilizzate da utenti esterni
- Attrezzature sportive (grandi attrezzi e piccoli attrezzi)
- Sacchi, funicelle, guanti, ecc.
- Aree di allenamento (zona sacchi, ecc.).

Attività di sanificazione ordinaria

Ha come finalità la sanificazione di superfici, oggetti, ecc. attraverso l'impiego di prodotti specifici, opportunamente applicati o sanificati (ipoclorito di sodio 0,1% o soluzioni idroalcoliche con concentrazione di alcool di almeno il 70% per superfici che possono essere danneggiate da ipoclorito di sodio), che garantiscono l'eliminazione dei microrganismi patogeni. L'efficacia della sanitizzazione ordinaria è massima a fine di ogni attività e di seguito all'attività di pulizia dettagliata. La sanificazione può essere effettuata SOLO dopo aver provveduto alla pulizia con acqua e detergente neutro. Per ulteriori dettagli: Circolare del Ministero della Salute n. 5443 del 22 febbraio 2020. Le procedure e i prodotti da utilizzare per la sanificazione devono rispettare quanto previsto dalla circolare n. 5443 del 22 febbraio 2020 del Ministero della Salute.

Gestione dei rifiuti.

È vietato abbandonare rifiuti. Attenzione: in caso di "sanificazione straordinaria" come peraltro previsto dalla Circolare n. 5443 del 22 febbraio 2020 del Ministero della Salute, i rifiuti devono essere trattati ed eliminati come materiale infetto corrispondenti al codice CER 18.01.03* HP 9 e categoria ADR UN 3291. Devono essere previsti opportuni contenitori identificati per la raccolta esempio di:

- fazzoletti di carta usa e getta;
- salviettine igienizzanti;
- mascherine e guanti;
- bottiglie di plastica;
- ecc.

7. DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE

Il legale rappresentante dell'Organizzazione sportiva o persona da lui delegata deve fornire ad ogni insegnante tecnico, collaboratore, ecc. un numero adeguato, di mascherine protettive, che dovranno essere utilizzate in conformità a quanto previsto dalle Autorità competenti. Si ricorda che le "mascherine" sono efficaci se indossate da tutti (non dagli atleti nell'esercizio dell'attività motoria) e nel rispetto della distanza di sicurezza di almeno 2 metri tra tutti i partecipanti alla sessione. Si ricorda inoltre che è essenziale assicurare una efficace igiene personale delle mani e di altre parti del corpo es. i piedi, esposte a contatti con superfici potenzialmente contaminate. L'impiego dei guanti è in particolare raccomandato alle persone addette al ricevimento (es. front office, segreteria) coinvolte nella manipolazione di eventuale documentazione

cartacea. È fatto divieto di abbandonare o lasciare incustoditi guanti o mascherine, in quanto materiale potenzialmente contaminato e che espone al rischio di infezione gli addetti alla nettezza urbana e tutti gli altri soggetti che accidentalmente potrebbero venire a contatto con le mascherine o i guanti abbandonati. Per la raccolta e lo smaltimento di guanti e mascherine sono previsti appositi contenitori rifiuti.

8. GESTIONE FLUSSI

Per ciò che concerne la gestione degli ingressi e dello spazio nell'area di allenamento adibito all'attività sportiva e la relativa densità di affollamento fare riferimento a quanto precedentemente indicato in merito ai lay-out per compartimentare e dedicare le aree per tipologie di allenamento (**es. almeno 7 mq ad atleta** durante l'esercizio aerobico). Devono comunque essere garantite tutte le altre condizioni di sicurezza, distanza di sicurezza, flussi in uscita, in ingresso. Limitare l'accesso all'area di allenamento al numero di addetti strettamente necessari allo svolgimento delle sedute di allenamento.

9. ATTIVITÀ PREVENTIVA ATLETI E OPERATORI SPORTIVI

Autodichiarazione

Per ciò che concerne l'attività da svolgere nei siti sportivi all'aperto, come da indicazioni della FMSI (PROTOCOLLO FMSI PER LA RIPRESA DELL'ATTIVITÀ SPORTIVA DEGLI ATLETI - *Allegato 2*), tutti gli Atleti devono essere in possesso della specifica certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) o di particolare ed elevato impegno cardiovascolare (D.M. 24/04/13), in corso di validità.

Gli atleti alla ripresa degli allenamenti devono presentare un'autodichiarazione (*Allegato 1*) attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza nonché per tutti gli usi previsti, ivi compresa l'attività di controllo a cui sono preposte le autorità locali. Nel caso di atleti minorenni l'autodichiarazione dovrà essere firmata da chi ha la potestà genitoriale.

10. NORME GENERALI

Ogni singola ASD o SSD è tenuta alla corretta applicazione di quanto previsto ai punti 6, 7 e 8 delle "Linee-Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere" ai sensi del DPCM del 02/03/2021 art. 17 comma 2, in considerazione della specifica configurazione giuridica legata alla propria attività. La Federazione non si assume alcuna responsabilità in relazione ad eventuali contaminazioni che dovessero verificarsi anche in presenza della puntuale applicazione delle indicazioni di cui al presente documento.

Indice

- 1. PREMESSA**
- 2. DEFINIZIONI (Organizzazione Sportiva, Operatori Sportivi, Sito Sportivo, Area Allenamento)**
- 3. MANIFESTO - PROTOCOLLO OPERATIVO**
- 4. MISURE GENERALI DI PREVENZIONE E PROTEZIONE DEL PERSONALE**
 - **Modalità di ingresso nel sito sportivo**
 - **Modalità di accesso di soggetti esterni**
- 5. DISPOSIZIONE E GESTIONE SPAZIO SPORTIVO**
- 6. PULIZIA E SANIFICAZIONE DEGLI AMBIENTI**
- 7. DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE**
- 8. GESTIONE FLUSSI**
- 9. ATTIVITÀ PREVENTIVA ATLETI E OPERATORI SPORTIVI**
- 10. NORME GENERALI**
- 11. ALLEGATO 1 – AUTODICHIARAZIONE STATO SALUTE E INFORMATIVA**
- 12. LOCANDINA**

Allegato 1:

AUTODICHIARAZIONE STATO SALUTE E INFORMATIVA

Spettabile

ASD / SSD / _____ sede _____

Oggetto: auto-dichiarazione proprio stato di salute

Il sottoscritto _____, nato il ____/____/____
a _____ (____), residente in _____ (____),
via _____ utenza telefonica _____,
email _____,
in caso di atleti minori: genitore di _____,
nato il ____/____/____ a _____ (____)
residente in _____ (____) via _____

sotto la propria responsabilità,

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 ove è ubicato il vostro sito sportivo;
- che il proprio accesso nel vostro sito sportivo rientra in uno dei casi consentiti dai medesimi provvedimenti;
- di non essere sottoposto alla misura della quarantena ovvero di non essere risultato positivo al Covid-19;
- negli ultimi 14 giorni di non aver avuto contatto con soggetti risultati positivi al Covid-19;
- di non presentare sintomatologia da infezione respiratoria e febbre (maggiore di 37,5° C);
- di aver preso visione dei contenuti del vostro Manuale Operativo in termini di contrasto alla infezione da virus SARS CoV-2;

altre dichiarazioni: _____

Data, ____/____/____

Firma del dichiarante
(del genitore nel caso di atleti minorenni)

Allegato 2:

Norme igienico-sanitarie e buone prassi a cura della FMSI (versione al 30/04/2020)

Trattasi di alcune semplici, ma fondamentali norme igienico-sanitarie, da considerare da parte delle organizzazioni sportive e dei custodi degli impianti sportivi sia negli spogliatoi, sia nei locali comuni e nei servizi igienici degli impianti, atte a prevenire la diffusione del coronavirus durante le gare e negli allenamenti. Tali norme vanno esposte ben visibili a tutti e rispettate non solo dagli atleti, ma anche da accompagnatori, arbitri, allenatori, dirigenti, massaggiatori, spettatori e addetti ai lavori.

1) Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchiere né in gara né in allenamento, utilizzando sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata, e non scambiare con i compagni altri oggetti (asciugamani, accappatoi, ecc.).

2) Evitare di consumare cibo negli spogliatoi.

3) Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi o in ceste comuni.

4) Buttare subito negli appositi contenitori fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.

5) Lavarsi accuratamente le mani il più spesso possibile: il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.

6) Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.

7) Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia negli spogliatoi, sia nei servizi igienici.

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

9) Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto -preferibilmente monouso - o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca.

10) Arieggiare tutti i locali il più spesso possibile.

11) Disinfettare periodicamente tavoli, panche, sedie, attaccapanni, pavimenti, rubinetti, maniglie, docce e servizi igienici con soluzioni disinfettanti a base di candeggina (ipoclorito di sodio) o cloro, solventi, etanolo al 70%, acido peracetico e cloroformio.

12) In caso di attività sportiva in vasca, richiedere un costante monitoraggio dei parametri chimici (cloro o altre soluzioni disinfettanti) e dei parametri fisici (tra cui, il pH o la temperatura, che influisce sul livello di clorazione).

13) Gli atleti che manifestino sintomi evidenti di infezione respiratoria in atto e/o febbre devono immediatamente abbandonare il resto della squadra - e, possibilmente, isolarsi - e avvisare il medico sociale nelle squadre professionistiche o il responsabile medico della federazione nei raduni federali, che provvederà a rivolgersi - se ne sussistesse l'indicazione - al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso. In tutte le altre categorie, l'atleta -fermo restando che deve immediatamente abbandonare il resto della squadra e, possibilmente, isolarsi - deve rivolgersi telefonicamente al proprio medico curante (Medico di medicina generale per gli adulti, Pediatra di libera scelta per i minori), che potrà invitare l'atleta stesso a rivolgersi al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.

14) Per chi non fosse ancora vaccinato contro l'influenza, consigliare il più rapidamente possibile il vaccino antiinfluenzale, in modo da rendere più semplice la diagnosi e la gestione dei casi sospetti. Da monitorare anche la sintomatologia gastrointestinale (non necessariamente tipica).

15) Informarsi dagli atleti e dal personale societario se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del proprio ambito familiare con persone rientrate da zone a rischio o in quarantena.

- 16) Utilizzare la visita medico-sportiva quale fondamentale strumento di screening, attraverso un'attenta anamnesi ed esame obiettivo per l'individuazione di soggetti potenzialmente a rischio immunitario o con sintomatologia.
- 17) In caso di raduni nazionali di atleti o di manifestazioni di circuito internazionale autorizzate anche all'estero, prevedere sempre la presenza di un Medico di Federazione che possa valutare clinicamente, a livello preventivo, tutti i partecipanti, identificando eventuali soggetti a rischio e adottando le più idonee misure di isolamento, seguendo adeguate procedure gestionali secondo gli indirizzi del Ministero della Salute.
- 18) Con riferimento ai Medici Sociali e, in particolare, a quelli delle squadre professionistiche o degli atleti professionisti ai sensi della Legge 23 marzo 1981, n. 91 e comunque di tutte quelle Società i cui atleti svolgono attività a livello internazionale, monitorare con attenzione i Paesi verso cui si è diretti o da cui si rientra, secondo le indicazioni del Ministero della Salute.
- 19) Favorire la presenza negli spogliatoi sempre dello stesso personale autorizzato, limitando il numero di accessi.
- 20) Limitare agli addetti strettamente necessari allo svolgimento della gara l'accesso al campo.
- 21) In occasione dei controlli antidoping, predisporre -oltre a salviette monouso per la copertura del tavolo soluzioni disinfettanti per il lavaggio delle mani da utilizzarsi solo dopo il controllo, mentre prima del controllo il lavaggio delle mani deve avvenire solo con acqua in conformità alle disposizioni WADA.
- 22) I Responsabili Sanitari/Medici Sociali delle squadre professionistiche devono prestare particolare attenzione ad anamnesi, esame obiettivo e rilevazione della temperatura durante gli allenamenti e nei ritiri pre-gara a tutto il personale addetto alla squadra, ai tecnici e agli atleti stessi, con relativo costante aggiornamento della scheda sanitaria di questi ultimi. Inoltre, i Medici Sociali delle due squadre, prima della gara, devono effettuare un briefing per uno scambio di informazioni da svolgersi nel rispetto del segreto professionale.
- 23) I Responsabili Sanitari/Medici Sociali delle squadre professionistiche devono verificare preventivamente le condizioni igieniche di tutti gli spogliatoi, ivi compresi quelli della squadra ospitante, degli arbitri e dei raccattapalle, nonché la sala predisposta per i controlli antidoping.
- 24) I Responsabili Sanitari/Medici Sociali delle squadre professionistiche devono partecipare attivamente all'organizzazione delle trasferte, verificando ogni miglior aspetto logistico e prevedendo eventuali dispositivi di protezione a fini preventivi, e devono altresì assicurare la propria presenza per tutta la durata della trasferta.
- 25) Una particolare e responsabile attenzione deve essere prestata ai settori giovanili, previo adeguamento alle disposizioni governative e alle indicazioni federali, sensibilizzando le Federazioni stesse ad assumere indirizzi univoci e coordinati.
- 26) è consigliabile che il personale sanitario e parasanitario, medico e dei massaggiatori, che viene in costante contatto con gli atleti e, in particolare, con quelli delle squadre professionistiche, non operi contestualmente in ambienti o effettui attività esterne che possono essere a rischio di contagio.
- 27) Fermo restando le limitazioni di cui al precedente punto 2 circa la necessità di evitare di consumare cibo negli spogliatoi, per quanto riguarda gli sport professionistici identificare appositi spazi per la reintegrazione post-gara.
- 28) è consigliabile evitare la presenza di operatori televisivi per le riprese all'interno degli spogliatoi nei momenti pre-gara, trovando condivisa soluzione ove esistano obbligazioni contrattuali specifiche negli sport professionistici.

PROTOCOLLO FMSI PER LA RIPRESA DELL'ATTIVITÀ SPORTIVA DEGLI ATLETI

Si precisa che tutti gli esami e i test sotto riportati devono essere svolti nel rispetto delle raccomandazioni emanate dalla Federazione Medico Sportiva: "Covid-19 e visita medico sportiva di idoneità", pubblicate anche sul sito www.sport.governo.it.

ATLETI DILETTANTI

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della specifica certificazione di idoneità agonistica (D.M. 18/02/82) o non agonistica (D.M. 24/04/13) o di particolare ed elevato impegno cardiovascolare (D.M. 24/04/13), in corso di validità.

Gli atleti vengono divisi in due gruppi in base all'autodichiarazione attestante la presenza ovvero l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio per gli altri per quanto di propria conoscenza:

1. **Atleti COVID+** accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili tra i quali, a titolo non esaustivo, temperatura corporea > 37,5 °C, tosse, astenia, dispnea, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia.
2. **Atleti COVID-** e atleti asintomatici nel periodo della pandemia.

Per gli Atleti di cui al Gruppo 1, si esegue lo stesso screening previsto per gli Atleti Professionisti COVID+ e sintomatici di cui sopra.

Gli atleti Covid+ dovranno osservare un periodo individuale di graduale ripresa nei successivi 15 gg prima di iniziare gradualmente gli allenamenti e sotto l'attento controllo del Medico sociale o, in assenza, del Medico di Medicina Generale. Il Medico potrà, a suo giudizio, ampliare test ed esami.



I CONSIGLI DELLA FPI

AGGIORNAMENTO

PRIMA DI ALLENARTI

1. CONTROLLA LA TEMPERATURA PRIMA DI USCIRE E ACCERTATI DI NON AVERE SINTOMI SOSPETTI



2. RISPETTA LE DISPOSIZIONI STATALI, LOCALI E DELLA PALESTRA O CLUB A CUI SEI ASSOCIATO



3. PULISCI A FONDO LA TUA ATTREZZATURA DA ALLENAMENTO (GUANTI, BENDE, ELASTICI...)



4. ARRIVA NEL SITO GIÀ VESTITO ADEGUATAMENTE ALL'ATTIVITÀ CHE ANDRAI A SVOLGERE



5. VIENI MUNITO DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



6. LAVA O DISINFETTA LE MANI



7. PORTA IN PALESTRA APPOSITE CALZATURE ESCLUSIVAMENTE A QUESTO SCOPO



8. PORTA IN PALESTRA LA TUA BOTTIGLIA D'ACQUA E BEVI SOLO DA QUELLA



MENTRE TI ALLENI

1. DISINFETTA CICLICAMENTE LE TUE MANI DOPO OGNI ESERCIZIO



2. NON TOCCARTI LA FACCIA CON LE MANI



3. PULISCI E DISINFETTA LE ATTREZZATURE DELLA PALESTRA DOPO AVERLE UTILIZZATE



4. MANTIENI SEMPRE LA DISTANZA DI SICUREZZA DAGLI ALTRI ATLETI



5. SALUTA E RINGRAZIA SENZA CONTATTO FISICO



6. UTILIZZA SEMPRE I TUOI EFFETTI PERSONALI DA PORTARE VIA, O MONOUSO DA SMALTIRE PERSONALMENTE



DOPO L'ALLENAMENTO

1. DETERGI A FONDO LA TUA ATTREZZATURA DA ALLENAMENTO (GUANTI, BENDE, ELASTICI)



2. LAVA O DISINFETTA LE MANI



3. FAI LA DOCCIA A CASA O UTILIZZALA IN MANIERA CONTINGENTATA E SENZA CONTATTO DENTRO IL TUO CENTRO SPORTIVO

