

PIANO DI PROTEZIONE COVID-19

SFG Osogna-Lodrino

Versione / data: 31.08.2021

SFG Osogna-Lodrino

1. Premesse

1.1 Situazione iniziale

A partire dal 18 agosto 2021 si avvia la quarta tappa di allentamento delle misure prese in occasione della pandemia di COVID-19. In questo ambito si allenta anche il divieto di raggruppamento in spazi pubblici a condizione che vengano scrupolosamente rispettate le regole di distanza e di igiene e sia garantita la tracciabilità dei contatti stretti (Contact Tracing).

Gli ulteriori passi per l'apertura delle attività di allenamento e di movimento delle organizzazioni sportive consentono un ampliamento delle attività sportive nel rispetto delle indicazioni di carattere sanitario ed epidemiologico dell'Ufficio federale della sanità pubblica.

Il presente piano di protezione è basato sulle direttive per i piani di protezione elaborate da UFSPO/Swiss Olympic, rispettivamente in applicazione ai piani di protezione per le discipline di ginnastica artistica e ritmica elaborate della Federazione Svizzera di Ginnastica.

1.2 Obiettivi

L'obiettivo è la messa in atto di una ripresa progressiva dell'attività sportiva nel rispetto delle direttive sanitarie/epidemiologiche emanate dall'ufficio federale della salute pubblica (UFSP).

La responsabilità della messa in atto dei piani di protezione è di tutti gli attori coinvolti: dirigenza, monitori, ginnasti.

2. Principi di carattere generale nello sport

Il presente piano di protezione si basa sui principi generali di prevenzione contro la diffusione del coronavirus, questi principi sono:

- Partecipazione a gare e allenamenti solo in assenza di sintomi
- Mantenere le distanze (quando possibile mantenendo 1,5 m di distanza)
- Rispetto delle norme di igiene dell'UFSP
- Lista delle presenze (tracciabilità di eventuali stretti contatti – Contact Tracing)
- Indicazione della persona responsabile, rispetto del piano di protezione



A



B



C



D

3. Spiegazioni

A | Nessun sintomo in allenamento

Ginnasti e monitori che presentano sintomi di malattia non sono autorizzati a partecipare agli allenamenti. Sono tenuti a restare a casa rispettivamente a isolarsi, sono pregati di prendere contatto con il proprio medico curante e seguire le sue indicazioni: il gruppo di allenamento deve essere immediatamente informato per tramite dei monitori capo dei sintomi in questione.



B | Mantenere le distanze

Arrivo al / partenza dal luogo di allenamento

Secondo le possibilità per il tragitto andrebbe preferito un mezzo di trasporto individuale.

Nella misura del possibile, per recarsi in palestra si raccomanda di evitare di utilizzare i mezzi pubblici come pure i trasporti collettivi, al fine di poter rispettare la distanza di sicurezza di 1,5 metri: qualora non fosse possibile indossare una mascherina durante il tragitto nel veicolo.



Accesso all'infrastruttura sportiva

- Solo le persone indispensabili all'allenamento hanno accesso all'infrastruttura sportiva. Durante le lezioni o allenamenti solo le seguenti persone possono accedere all'infrastruttura: monitori, ginnasti, funzionari, personale medico, personale di pulizia.
- Gli accompagnatori e le persone esterne (genitori, parenti, amici, ...) possono accedere unicamente in casi straordinari (urgenza / necessità).

/

Lezioni o Allenamenti

Organizzazione:

- ginnasti e monitori arrivano in palestra generalmente poco prima dell'inizio dell'allenamento (circa 10 minuti);
- al termine dell'allenamento, ginnasti e monitori lasciano l'infrastruttura sportiva il più presto possibile, a meno che siano coinvolti anche nella sessione di allenamento successiva;
- al fine di evitare che più gruppi di allenamento si ritrovino assieme, è da prevedere un tempo di attesa di almeno 20 /30 minuti fra differenti blocchi di allenamento.

Assistenza dei monitori:

Il contatto fisico è ora autorizzato durante gli allenamenti in tutte le discipline sportive. Questo vale anche per le attività sportive in cui è previsto un contatto fisico stretto e costante; per contatto fisico stretto si intende un contatto duraturo (più di 15 minuti) o il non rispetto ripetuto della distanza di sicurezza di 1,5 metri senza misure di protezione.

Di conseguenza è ora permesso all'allenatore di aiutare/assicurare un ginnasta (l'allenatore si trova a meno di 1,5 metri dall'atleta): le assistenze di principio vanno limitate allo stretto indispensabile.

Gruppi di lezione o allenamento:

Non c'è un numero massimo di persone per la composizione dei gruppi di lezione o allenamento.

La composizione dei gruppi deve rimanere invariata nel tempo per quanto possibile.

Non c'è un numero massimo di gruppi di allenamento per sessione, è necessario tuttavia tenere conto della superficie e organizzazione della palestra in modo che sia possibile mantenere le distanze tra i differenti gruppi di allenamento.



C | Rispetto delle norme di igiene

Igiene personale

Prima dell'allenamento:

- all'entrata in palestra, tutti devono disinfettare le mani o lavarle molto bene.

Durante la lezione o allenamento:

- per evitare la contaminazione degli attrezzi, è consigliato allenarsi in tenuta di gara, maglietta o maglietta tecnica;
- dato che gli allenamenti sono organizzati a rotazioni, è raccomandato di disinfettare le mani o lavarle molto bene ad ogni rotazione.

Dopo la lezione o l'allenamento:

- all'uscita dalla palestra, tutti devono disinfettare le mani o lavarle molto bene.

Attrezzi

Tutto il materiale sportivo (tappetini e tappeti da 16 cm inclusi) di proprietà della struttura verrà sanificato dopo l'utilizzo da parte della Società che provvederà all'acquisto del materiale vario.



Infrastruttura

La pulizia degli spazi dell'infrastruttura sportiva è effettuata in accordo con i gestori delle infrastrutture utilizzate.

In caso di occupazione della palestra da parte di più gruppi di persone (della stessa società) alla fine della lezione o allenamento di un gruppo si procederà alla sanificazione come da punti precede.

D | Indicazione della persona responsabile, rispetto del piano di protezione

Il Presidente Massimo Mariotti è l'istanza responsabile del piano coronavirus (tel. +41 79 247 66 56 o mariotti.max@bluewin.ch).



Il responsabile del piano coronavirus:

- è incaricato della messa in atto e del rispetto del piano di protezione;
- informa tutte le persone coinvolte delle presenti disposizioni;
- è interlocutore all'interno e all'esterno per quanto concerne il piano di protezione;
- si assicura che le regole di comportamento di Swiss Olympic (manifesto) siano affisse all'entrata e in altri luoghi opportuni nell'infrastruttura.

I monitori

- applicano il presente piano di protezione pianificando le lezioni e gli allenamenti nel rispetto dei cinque punti A-E

Tutti:

- si attengono alle regole di distanziamento e alle misure di igiene in vigore;
- si disinfettano le mani o le lavano molto bene quando arrivano o lasciano l'infrastruttura sportiva;
- applicano attentamente le regole del presente piano di protezione, dando prova di spirito di solidarietà e grande responsabilità.

4. Comunicazione

La dirigenza comunica il presente piano via e-mail a tutte le istanze coinvolte:

- monitori/collaboratori
- ginnasti per tramite dei genitori
- gestori delle infrastrutture sportive interessate

I monitori capo:

- in collaborazione con la dirigenza della SFG Osogna-Lodrino, comunicano ai ginnasti l'organizzazione degli allenamenti (giorni, orari, gruppi, ...)
- comunicano le nuove disposizioni verbalmente a tutti i ginnasti