

Documento per la ripresa delle attività di allenamento

L'emergenza legata alla diffusione del COVID-19 ha modificato sensibilmente le nostre abitudini in tutte le attività quotidiane. Il lungo periodo di pausa, obbligato dal lock-down, è una sofferenza che i nostri allenatori, dirigenti e atleti stanno provando da tanto tempo.

E per questo è importante permettere la ripresa delle attività sportive, a partire dagli allenamenti, nel rispetto delle normative attuali, sensibilizzando tutti gli utenti nel massimo rispetto di queste disposizioni affinché, una leggerezza, ci riporti a subire la sofferenza della sospensione come nel lock-down.

1 Riferimenti normativi

Per la stesura di questo documento abbiamo preso come riferimenti le normative governative e regionali emesse nel mese di luglio per la ripresa delle attività per gli sport da contatto:

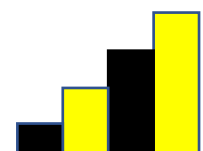
- D.P.C.M. 11/06/2020
- Ordinanza n.579 del 10/07/2020 di Regione Lombardia
- Allegato 1 all'ordinanza n.579 del 10/07/2020 di Regione Lombardia
- Linee guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere (emanate ai sensi del DPCM del 17.05.2020 art.1 lettera F)
- Linee guida. Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport di squadra (emanate ai sensi del DPCM del 17.05.2020 art.1 lettera E)

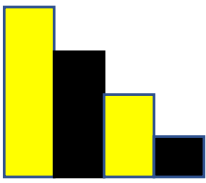
In aggiunta ai documenti emanati dagli enti dello Stato, i riferimenti sono i documenti emanati dalle singole federazioni e dal Centro Sportivo Italiano, come riferimento per la definizione delle norme per le singole discipline sportive:

- Linee guida FIGC (Federazione Italiana Gioco Calcio)
- Linee guida FIPAV (Federazione Italiana Pallavolo)
- Linee guida CSI – emanate da CSI Lombardia del 07/09/2020
- Note sulla possibilità di praticare sport di contatto e di squadra in ambienti parrocchiali.

2 Versione documento

Data	Autore	Ver.	Note
10 Settembre 2020	Giordano Intelvi	1.0	





3 Linee guida

In base ai riferimenti le presenti linee guida riguardano l'accesso agli impianti sportivi per gli allenamenti delle squadre di calcio e pallavolo, per l'attività di avviamento allo sport.

Queste linee guida tengono conto in particolare dell'attenzione a questi aspetti:

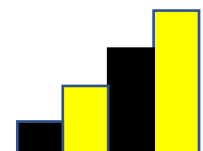
- Le condizioni di salute necessarie per accedere agli allenamenti
- Distinguere il percorso di entrata e di uscita di atleti e operatori
- Definire le aree di attesa prima dell'attività e prima dell'accesso agli spogliatoi
- Il distanziamento di atleti, allenatori e dirigenti nel campo da calcio e negli spogliatoi
- Le procedure di igienizzazione degli spazi e degli attrezzi
- Le disposizioni per l'uso della mascherina e per l'igienizzazione delle mani
- La rilevazione delle presenze all'interno dell'area allenamenti
- La massima riduzione di incontri fra gruppi differenti
- Le procedure da adottare in caso di presenza di sintomi durante l'attività
- L'accoglienza di nuovi atleti in prova

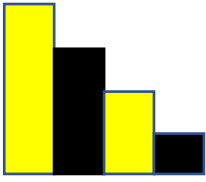
4 Caratteristiche dell'agente virale SARS-CoV-2

I coronavirus (CoV) sono un'ampia famiglia di virus respiratori che possono causare malattie da lievi a moderate. Altri coronavirus umani di originale animale (virus zoonotici) sono stati responsabili nell'ultimo ventennio di epidemie di sindromi respiratorie gravi: la SARS nel 2002/2003 (sindrome respiratoria acuta grave) e la MERS nel 2012 (sindrome respiratoria mediorientale). Sono definiti in tal modo per le punte a forma di corona che sono presenti sulla loro superficie. I coronavirus sono comuni in molte specie animali (domestiche e selvatiche) e possono attraverso passaggi in altre specie animali arrivare ad infettare l'uomo. Nel 2002 si è verificata l'epidemia SARS causata dal virus SARS-CoV-1 e nel 2012 l'epidemia MERS causata dal virus MERS-CoV, entrambi appartenenti alla famiglia Coronaviridae, genere beta. Nel dicembre 2019 viene identificato un nuovo coronavirus umano zoonotico responsabile di gravi patologie infiammatorie polmonari riconducibili a SARS. Nella prima metà del mese di febbraio 2020 l'International Committee on Taxonomy of Viruses (ICTV) ha assegnato al nuovo coronavirus il nome definitivo: "Sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2" (SARS-CoV-2). L'11 febbraio 2020 l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha annunciato che la malattia respiratoria causata dal nuovo coronavirus è stata chiamata COVID-19.

5 Modalità di trasmissione

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio caratterizzato da una elevata contagiosità che si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro (droplets) espulse dalle persone infette ad esempio tramite: la saliva, tossendo, starnutando o anche solo parlando; contatti diretti personali; le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate bocca, naso o occhi. Il virus è caratterizzato da una elevata contagiosità. In rari casi il contagio può avvenire attraverso contaminazione fecale. I cd. "droplets", goccioline pesanti, normalmente riescono a percorrere uno spazio non superiore al metro, prima di cadere a terra; questa è la ragione per cui un distanziamento di un metro è considerato sufficiente a prevenire la trasmissione. Occorre però considerare l'incidenza di fattori ambientali. Lo spostamento d'aria causato dall'atleta e/o il posizionamento in scia, possono facilitare la contaminazione da droplet su distanze maggiori rispetto alla misura canonica di distanziamento sociale. In queste circostanze, più elevato è il vento, maggiore sarà il





ASD USGORLA1954



distanziamento richiesto per garantire le condizioni di sicurezza. Prime evidenze sono state registrate in merito alla possibilità che esso si possa diffondere anche via aerosol; in ragione di quest'ultima circostanza nel rapporto "Imprese Aperte, Lavoratori Protetti" si è ritenuto riferirsi al distanziamento di circa 2 m. Normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche. Secondo i dati attualmente disponibili, le persone sintomatiche sono la causa più frequente di diffusione del virus. L'OMS considera non frequente l'infezione da nuovo coronavirus prima che si sviluppino i sintomi, seppure sono numerose le osservazioni di trasmissione del contagio avvenuti nei due giorni precedenti la comparsa di sintomi. Il periodo di incubazione varia tra 2 e 12 giorni; 14 giorni rappresentano il limite massimo di precauzione. La via di trasmissione più frequente è quella respiratoria, in seconda analisi quella da superfici contaminate con il tramite delle mani e un successivo contatto con le mucose orali, nasali e con le congiuntive.

6 Sintomi

I sintomi più comuni di un'infezione da coronavirus nell'uomo includono febbre, tosse, difficoltà respiratorie. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave (ARDS), insufficienza renale, fino al decesso. I coronavirus umani comuni di solito causano malattie del tratto respiratorio superiore da lievi a moderate, come il comune raffreddore, che durano per un breve periodo di tempo. I sintomi possono includere: rinorrea (naso che cola); cefalea (mal di testa); tosse; faringite (gola infiammata); febbre; sensazione generale di malessere.

Come altre malattie respiratorie, l'infezione da nuovo coronavirus può causare sintomi lievi come rinite (raffreddore), faringite (mal di gola), tosse e febbre, oppure sintomi più severi quali polmonite con difficoltà respiratorie anche molto gravi. Di comune riscontro è la presenza di anosmia (diminuzione/perdita dell'olfatto) e ageusia (diminuzione/perdita del gusto), che sembrano caratterizzare molti quadri clinici. In alcuni casi l'infezione può essere fatale. Le persone più suscettibili alle forme gravi sono gli anziani e quelle con malattie preesistenti. Le patologie preesistenti più frequenti nei soggetti deceduti sono malattie cardiovascolari, ipertensione arteriosa, diabete mellito di tipo 2 e malattie respiratorie croniche, quali la broncopneumopatia cronica ostruttiva. Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli del raffreddore comune e del virus dell'influenza, è possibile, in caso di sospetto, effettuare esami di laboratorio per confermare la diagnosi.

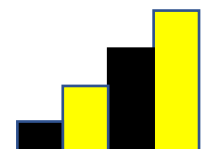
7 Organizzazione

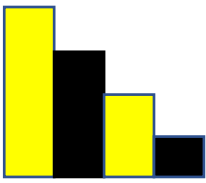
NON E' CONSENTITO L'USO DEGLI SPOGLIATOI PRIMA DELL'ALLENAMENTO, GLI ATLETI DOVRANNO GIUNGERE AL CAMPO INDOSSANDO GIA' L'ABBIGLIAMENTO DI ALLENAMENTO, EVENTUALMENTE COPRENDOSI CON UNA TUTA.

E' FONDAMENTALE CHE IL PIANO ALLENAMENTI SIA CONCORDATO FRA TUTTE LE SQUADRE DI CALCIO E SIA TALE DA EVITARE IL PIU' POSSIBILE L'INIZIO E LA FINE CONCOMITANTE DELLE SESSIONI DI ALLENAMENTO DI PIU' DI UNA SQUADRA CERCANDO DI OSSERVARE DELLE FINESTRE DI ALMENO 15 MINUTI PER DIMINUIRE IL PIU' POSSIBILE ASSEMBRAMENTI NELL'AREA DI TRIAGE O ACCOGLIENZA.

E' ALTRESI' FONDAMENTALE VALUTARE DELLE FINESTRE DI ALMENO 15 MINUTI FRA LA FINE DELL'ALLENAMENTO PRECEDENTE E QUELLO SUCCESSIVO PER AGEVOLARE IL PIU' POSSIBILE LO SCAMBIO FRA I GRUPPI SENZA INCONTRO FRA GLI STESSI.

INOLTRE E' FONDAMENTALE CHE IL TEMPO NECESSARIO ALL'IGIENIZZAZIONE DELLE ATTREZZATURE ALL'INIZIO DI OGNI ALLENAMENTO SIA CONSIDERATO ALL'INTERNO DELLA





ASD USGORLA1954



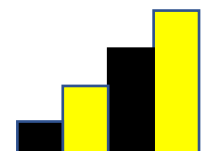
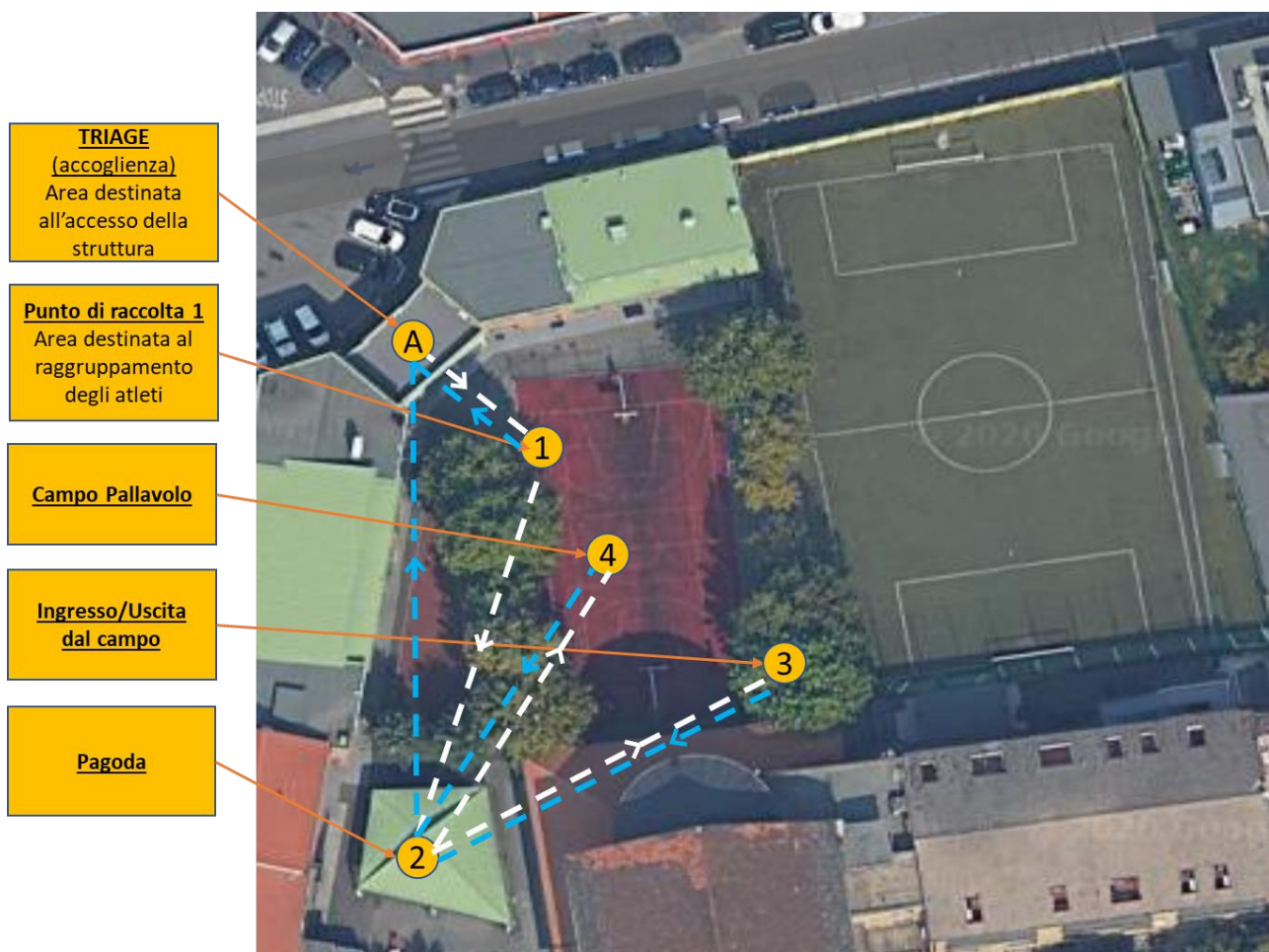
SESSIONE STESSA E CHE VENGA EFFETTUATO IN COLLABORAZIONE CON GLI ATLETI (QUALSIASI ETA' ABBIANO), ANCHE CON FUNZIONE DI SENSIBILIZZAZIONE AL TEMA DELL'IGIENE PERSONALE E DELLA PROPRIA SICUREZZA.

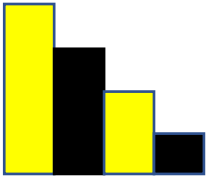
Per il rispetto delle normative vigenti e data l'organizzazione dell'architettura dell'Oratorio, è assolutamente necessario definire una zona oltre la quale sarà consentito l'accesso solo ad atleti, allenatori e dirigenti dell'Associazione.

Nelle zone di allenamento, nello specifico, accederanno solo gli atleti, gli allenatori e collaboratori del singolo gruppo e non accederanno ad altri fin tanto che il gruppo precedente non abbia lasciato l'area igienizzando tutte le attrezzature utilizzate e gli spazi in cui atleti, allenatori e collaboratori abbiamo avuto contatto ravvicinato con mani (spazi dedicati agli effetti personali di atleti, allenatori e collaboratori).

I genitori e gli accompagnatori potranno accompagnare gli atleti fino al limite dell'area di **Triage o Accoglienza** (rif. **A** della piantina) e dovranno attenderli all'esterno della struttura fino alla fine degli allenamenti, in caso di necessità di conferire con allenatori e/o dirigenti, gli stessi, **previo appuntamento**, li incontreranno presso la sede della società sportiva, dopo verifica che sussistano le possibilità di non assembramento. Durante la permanenza in quest'area, pur essendo all'aperto è consigliato l'uso della mascherina, che è obbligatoria dopo le ore 18:00.

Gli allenamenti riprenderanno quando l'Oratorio sarà ancora chiuso al pubblico, l'attesa dei genitori sarà il limite di accesso alla struttura prima dell'area di **Triage o Accoglienza**.





La mappa dell'Oratorio qui sopra raffigurata evidenzia i percorsi di accesso (linea tratteggiata di colore bianco), le aree di attesa (cerchi colorati) e i percorsi di uscita (linea tratteggiata di colore turchese) che gli atleti devono percorrere prima e dopo gli allenamenti. Gli atleti, gli allenatori e i collaboratori dovranno attendere il loro orario ufficiale di inizio allenamenti per accedere al campo, e dovranno accertarsi che il gruppo precedente abbia lasciato l'area prima di proseguire.

L'accesso al campo dovrà avvenire secondo il protocollo descritto in seguito.

8 Triage o area di Accoglienza

Prima di accedere all'interno della struttura si deve sottostare alla procedura di accettazione da espletare nella zona indicata nella cartina dal punto **A** (passo carraio di accesso all'oratorio).

Si raccomanda, nell'attesa del proprio turno, di rispettare il distanziamento di almeno 1 metro e di indossare la mascherina.

All'ora indicata per l'allenamento e previa verifica che il gruppo precedente abbia lasciato libero lo spazio ed abbia completato le operazioni di igienizzazione delle attrezzature e degli spazi utilizzati per gli effetti personali degli atleti, il gruppo potrà accedere alla struttura.

Il primo ad accedere dovrà essere un allenatore o un suo collaboratore/dirigente, il quale dopo essersi misurato la febbre con i dispositivi messi a disposizione ed essersi accertato che non superi i 37,5°, potrà procedere con la verifica della temperatura di tutti gli altri soggetti partecipanti alla sessione di allenamento.

Per poter partecipare alle sessioni di allenamento tutti gli atleti devono essere in possesso del certificato medico valido (non scaduto) che attesti l'idoneità all'attività sportiva.

Tutti gli atleti, allenatori e collaboratori dovranno consegnare o compilare il modulo di autocertificazione in cui si dichiara:

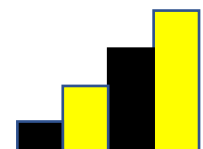
- di non presentare sintomi riconducibili ad una contaminazione da agente COVID-19
- di non essere soggetti a misure di isolamento preventivo o quarantena
- di non aver avuto i sintomi e/o la malattia nei 14 giorni precedenti
- di non essere stato in contatto con soggetto che presentava i sintomi e/o la malattia nei 14 giorni precedenti

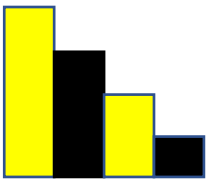
Per i soggetti minorenni, tale dichiarazione deve essere rilasciata con la firma di uno dei genitori o di chi ne ha la patria potestà.

Raccomandiamo che tale modulo, soprattutto per i minori, sia compilato preventivamente a casa e portato agli allenamenti per snellire le procedure di verifica e accesso al campo. Saranno comunque messi a disposizione moduli in bianco presso l'area di **Triage** a disposizione di tutti.

Ogni squadra avrà anche a disposizione un registro presenze in cui dovranno essere annotate gli orari di entrata e di uscita di ognuna delle persone coinvolte nella sessione di allenamento. Tale registro dovrà poi essere consegnato o inviato alla segreteria dell'USGorla1954 al termine di ogni allenamento.

Per questa ragione è assolutamente obbligatorio che almeno un allenatore o suo collaboratore si soffermi fino all'uscita dell'ultimo soggetto che ha partecipato alla sessione di allenamento.





8.1 Cosa fare in caso di soggetto con temperatura superiore ai 37,5°

Nel caso che al momento della verifica risulti che uno dei soggetti partecipanti alla sessione di allenamento abbia la temperatura superiore ai 37,5°, lo stesso dovrà abbandonare immediatamente l'area di allenamento e tornare a casa, contattare il proprio medico di base e verificare con lui le implicazioni del caso.

In caso in cui il soggetto dovesse poi risultare positivo al contagio da COVID-19, dovrà comunicarlo all'USGorla1954 tramite comunicazione all'indirizzo email asd_usgorla1954@libero.it non ch  informare il proprio allenatore. Eventuali altre conseguenze per il gruppo andranno poi valutate con le autorit  competenti.

In caso di assenza di contagio da COVID-19 potr  riprendere le attivit  ricordando che la firma dell'autocertificazione ha implicazioni penali in caso di falsa dichiarazione che porti ad un contagio per contatto con altre persone.

9 Percorso di accesso al campo di calcio

Quando tutti i componenti hanno raggiunto il **Punto di raccolta** (rif. 1 della piantina) l'allenatore o il dirigente accompagner  il gruppo seguendo un percorso preciso (linea tratteggiata di colore bianco come evidenziato nella piantina) verso la Pagoda (rif. 2 della piantina) per dare la possibilit  agli atleti di depositare i propri effetti personali che dovranno essere distanziati tra loro di almeno 1 metro. Terminata questa fase l'intero gruppo, accompagnato dall'allenatore o da un dirigente potr  accedere al campo di calcio attraverso il punto di accesso (rif.3 della piantina), **non prima che l'ultimo componente del gruppo precedente abbia lasciato il campo di gioco.**

Si ricorda che atleti, allenatori e dirigenti durante tutto l'iter di accesso al campo sopra descritto, dovranno mantenere il distanziamento di 1 metro e indossando, obbligatoriamente, la mascherina.

10 Percorso di uscita dal campo di calcio al termine degli allenamenti

Una volta terminata la sessione di allenamento l'intero gruppo, accompagnato dal proprio allenatore o da un dirigente, raggiunger  la pagoda (rif.2) attraverso il percorso indicato nella piantina dalla linea tratteggiata di colore turchese dal punto di uscita dal campo (rif.3); una volta che l'ultimo atleta ha ripreso i propri effetti personali, l'intero gruppo accompagnato dall'allenatore o da un dirigente si porter  verso l'uscita della struttura (rif. A) e **in caso di minori aspetter  l'arrivo del genitore per congedare l'atleta.**

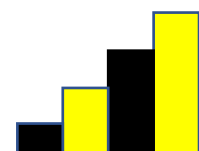
Dal momento dell'uscita dal campo di calcio fino all'uscita dall'oratorio gli atleti, l'allenatore o il dirigente dovranno necessariamente indossare la mascherina e mantenere il distanziamento di 1 metro.

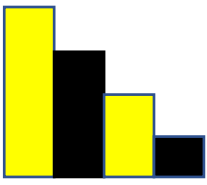
11 Indicazioni da osservare durante gli allenamenti

Durante gli allenamenti, gli atleti potranno non indossare la mascherina, ma la dovranno tenere obbligatoriamente fino a 5 minuti prima dell'inizio della sessione di allenamento.

L'allenatore e i collaboratori dovranno indossare la mascherina durante tutta la durata dell'allenamento e potranno toglierla occasionalmente per rendere comprensibili le indicazioni, purch  si accertino di avere una distanza da qualsiasi altra persona di almeno 2 metri. Per gli allenamenti all'aperto tale indicazione   valida dopo le 18:00, ed   fortemente consigliata prima e comunque in ogni caso in cui la distanza con altri soggetti sia inferiore ai 2 metri.

Anche l'uso di una borraccia o di una bottiglia d'acqua dovr  essere assolutamente personale. Si dovr  prestare particolare attenzione a questo aspetto, poich  il contatto da condivisione di una bottiglia d'acqua o





di una borraccia è una fonte di altissimo rischio di contagio ed è un'azione di condivisione spese effettuata inconsapevolmente.

Per il momento l'uso delle panchine è vietato, gli atleti che vorranno sedersi (o dovranno sedersi) per i momenti di confronto, lo potranno fare liberamente sul campo da calcio, consigliamo a tal proposito l'uso un asciugamano o materassino, facendo presente che se il materassino è dell'ASD USGorla1954 questo andrà igienizzato prima dell'uso di un altro compagno e comunque prima della fine della sessione di allenamenti.

Suggeriamo pertanto a tutti gli atleti di munirsi di telo mare, asciugamano ampio o materassino personale per tutte le attività ed esercizi svolti a terra come ad esempio flessioni, addominali.

Le attrezzature da utilizzare durante l'allenamento devo essere igienizzate prima e dopo l'uso, si consiglia di utilizzare solo gli attrezzi necessari e comunque in numero minore possibile. L'igienizzazione prima dell'allenamento è a cura degli utilizzatori precedenti, tuttavia, in tutti i casi in cui si abbia il sospetto che tale procedura non sia stata svolta accuratamente, andrà comunque eseguita prima del loro utilizzo.

E' importante che l'operazione di igienizzazione delle attrezzature e degli spazi utilizzati per gli effetti personali siano svolte in collaborazione con gli atleti, di qualsiasi età, sensibilizzandoli così alla cura della propria igiene personale e ai pericoli derivanti da una scarsa pulizia e dalla diffusione del COVID-19.

12 Attenzioni durante lo svolgimento degli allenamenti

Eventuali disposizioni e/o limitazioni nell'esecuzione di esercitazioni e/o attività sono rimandate agli specifici protocolli emanati dalle federazioni e dal Centro Sportivo Italiano per le singole discipline e sono oggetto di attenzione e definizione delle Direzioni Tecniche competenti.

In questo documento ci preme sottolineare alcune raccomandazioni al fine di tali definizioni.

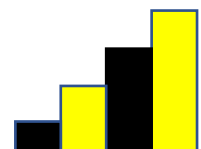
Suggeriamo:

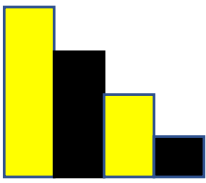
- limitare gli esercizi che prevedono contatti prolungati fra gli atleti, tipo abbracciarsi, tenersi per mano, tenersi a braccetto.
- raccomandare la mascherina in caso di pause prolungate della parte fisica (tipo discorsi di squadra, spiegazioni teoriche, ecc...)
- raccomandare l'uso di teli mare, asciugamani grandi o tappetini personali negli esercizi a terra
- raccomandare un distanziamento di oltre 2m in caso di attività fisica individuale
- raccomandare di evitare situazioni di esternazioni di entusiasmo quali abbracci, batti il 5, magari attraverso altri gesti che siano più sicuri come il contatto fra gomiti.
- raccomandare un frequente uso del gel igienizzante

Tutte queste indicazioni dovranno rientrare nelle indicazioni specifiche delle singole discipline.

13 Cosa fare in caso di manifestazione di sintomi durante l'allenamento

In caso di manifestazione di sintomi riconducibili a contagio da COVID-19 (ad esempio febbre, tosse, difficoltà respiratorie), che dovessero presentarsi durante gli allenamenti per atleti, allenatori e collaboratori si dovrà agire nei seguenti modi.





Per minorenni, questi dovranno essere immediatamente isolati dal gruppo, sfruttando gli spazi spogliatoi, a partire da quello dell'arbitro. Un adulto fra allenatore e collaboratore dovrà accompagnare il ragazzo in tale area e accudirlo, facendo attenzione a ridurre al minimo contatti fisici con il soggetto, anche tramite l'uso di guanti chirurgici o protezioni personali (abbigliamento), che successivamente dovranno essere eliminati o lavati con prodotti che garantiscano la sanificazione degli stessi (a tal proposito si seguano le procedure consigliate rintracciabili in rete sui motori di ricerca). Andranno contattati immediatamente i genitori a cui verrà affidato il figlio, avendo cura di evitare il più possibile l'incontro con altre persone, anche del medesimo gruppo. La famiglia dovrà contattare il proprio medico di famiglia o l'ATS per effettuare le dovute considerazioni.

Per i maggiorenni gli stessi dovranno immediatamente abbandonare l'area di allenamento per dirigersi al proprio domicilio avendo cura di non avere più contatti con altre persone anche dello stesso gruppo di allenamento. In caso ci sia la necessità di attendere un accompagnatore che venga a prendere il soggetto, potrà attendere nelle suddette aree di isolamento presso gli spogliatoi. Una volta raggiunta l'abitazione dovrà contattare il proprio medico o l'ATS e valutare le proprie condizioni di salute.

Per la ripresa degli allenamenti si dovrà attendere l'eventuale decorso del contagio e attendere il via libera da parte delle autorità competenti. In caso non vi sia alcun rischio di contagio, il soggetto potrà riprendere gli allenamenti presentando un certificato del proprio medico curante che ne attesti la guarigione. Si sottolinea che l'autocertificazione delle proprie condizioni di salute è causa di denuncia penale nel caso le stesse risultassero mendaci e causino ulteriori complicazioni ad altri soggetti.

Gli spazi utilizzati per l'isolamento dei soggetti eventualmente ricoverati in attesa dovranno essere chiusi e non più utilizzati fino all'avvenuta sanificazione degli stessi (verranno messi a disposizione degli appositi cartelli da utilizzare in questa evenienza). Si raccomanda quindi la massima attenzione e rigore nell'utilizzo degli spazi in tali evenienze, poiché il rischio è quello di rendere inagibili tutti gli spogliatoi per le altre persone che svolgono allenamenti fino all'avvenuta operazione di sanificazione.

In ogni caso andrà seguito il seguente ordine di utilizzo degli spazi per questa evenienza:

- Spogliatoio arbitri
- Spogliatoio Ospiti
- Spogliatoio USGorla1954

14 Svolgimento allenamenti squadra di pallavolo

In via del tutto eccezionale potrebbe rendersi necessario svolgere in contemporanea gli allenamenti di una squadra calcio con una squadra di pallavolo femminile che potrà accedere alla struttura con **30 minuti dopo** rispetto all'inizio degli allenamenti della squadra di calcio.

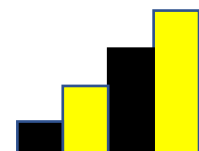
I componenti della squadra di pallavolo dovranno seguire la seguente procedura:

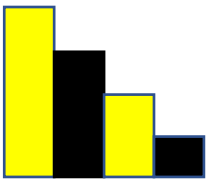
- **Procedura di ingresso**

Una volta effettuate le operazioni nell'area di **Triage** (rif. **A**), le atlete si recheranno al punto di raccolta (rif.1), e quando tutti i componenti che parteciperanno agli allenamenti lo avranno raggiunto l'allenatore o il dirigente accompagnerà tutto il gruppo seguendo un percorso preciso (linea tratteggiata di colore bianco come evidenziato nella piantina) verso la pagoda (rif. **2** della piantina) per dare la possibilità alle atlete di depositare i propri effetti personali. Terminata questa fase le atlete potranno recarsi sul campo di allenamento (rif. **4** della piantina).

- **Procedura di uscita**

Una volta terminata la sessione di allenamento, le atlete accompagnate dall'allenatore o da un dirigente si recheranno in gruppo verso la pagoda (rif. **2**) per ritirare i propri effetti personali, terminata questa fase, sempre in gruppo e sempre accompagnate dall'allenatore o da un dirigente, andranno





ASD USGORLA1954



verso l'uscita della struttura (rif. A) e in caso di minori aspetterà l'arrivo del genitore per congedare l'atleta.

Si ricorda che atleti, allenatori e dirigenti durante tutto l'iter di accesso al campo sopra descritto, dovranno mantenere il distanziamento di 1 metro e indossare, obbligatoriamente, la mascherina.

15 Utilizzo servizi igienici

Il servizio igienico a disposizione degli atleti, allenatori e collaboratori impegnati sul campo da calcio è quello posto all'interno dello spogliatoio (Spogliatoio Ospiti per le squadre femminili, spogliatoio USGorla per le squadre maschili). Per accedervi si dovrà utilizzare il percorso di uscita previsto per la propria area di allenamento e si potrà ripercorrere tale percorso per rientrare, solo se questo non causi incontro con atleti, allenatori, collaboratori di altri gruppi.

Per accedere ai servizi igienici, durante l'uso degli stessi e durante il rientro nell'area di allenamento è obbligatorio indossare la mascherina.

16 Igienizzazione delle mani

Si raccomanda la frequente igienizzazione delle mani durante tutte le fasi dell'allenamento, consigliabile anche prima e dopo l'uso di un attrezzo (ad eccezione dei palloni).

I dispenser per l'igienizzazione delle mani saranno messi a disposizione dall'ASD USGorla1954 in prossimità dell'ingresso campo di calcio.

È altresì cura dell'ASD USGorla1954 prevedere la disponibilità di dispenser di sapone per le mani nei servizi igienici.

I dispenser sul campo da calcio andranno riposti nell'apposito spazio al termine degli allenamenti

Si raccomanda ai responsabili dell'ultima squadra presente, alla verifica del ricovero di tale dispenser.

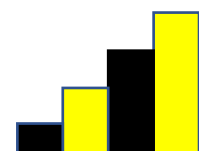
17 Procedura speciale per gli atleti in prova

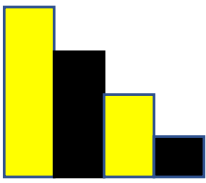
Anche in caso di atleta in prova si dovranno osservare tutte le disposizioni per accedere all'area di allenamento. L'atleta in prova dovrà essere in possesso di un certificato medico valido (non scaduto), dovrà essere registrato nel registro presenze contestualmente all'orario di inizio e fine degli allenamenti (per orario di fine allenamenti si intende l'orario in cui il soggetto si dirige all'uscita dell'Oratorio, compreso il tempo trascorso eventualmente negli spogliatoi).

E' importante che gli atleti in prova, ed i loro genitori/accompagnatori (in caso di minori), compilino il modulo apposito con i dati dell'atleta ed i contatti, in caso ci sia la necessità di reperirli anche se non proseguiranno l'esperienza con l'ASD USGorla1954.

E' **obbligatorio** che l'incontro con l'atleta in prova e i propri genitori avvenga su appuntamento e in tempo sufficiente affinché l'allenatore o il suo collaboratore svolgono le corrette procedure di accesso all'area di allenamento nei tempi concordati.

Il colloquio con il genitore, su appuntamento, si potrà tenere presso la sede della società sportiva, previa verifica che sussistano le condizioni di non assembramento.





ASD USGORLA1954



18 Attenzione personale

La ripresa delle attività in queste particolari condizioni è sicuramente una fortuna e un'aspettativa che abbiamo da un po' di tempo, ma anche una fatica dovuta all'adattarsi alle disposizioni e a modificare molte nostre abitudini.

Richiamiamo gli allenatori e i loro collaboratori/dirigenti a riprendere con rinnovato entusiasmo per tornare a fare quello che ci piace, con un maggior senso di responsabilità nello svolgere il proprio ruolo. Alcuni atteggiamenti che in passato passavano come un po' superficiali, quest'anno possono essere causa di problemi che potrebbero portare al blocco di una squadra o dell'intera Associazione. Ci riferiamo in particolare all'attenzione nel riporre le attrezzature alla fine degli allenamenti, a lasciare l'Oratorio prima che siano usciti i propri atleti (anche se adulti), al modificare i piani dei propri allenamenti (cambiare orari, sospenderli, convocare anticipatamente gli atleti, ecc...) senza condividere con la Società sportiva.

Tutte queste cose che in passato potevano essere causa di qualche malumore, oggi possono essere causa di qualcosa di molto diverso e ben più grave che può arrivare anche a conseguenze fisiche per molte persone.

E' altresì importante che il senso di responsabilità non sia solo assimilato personalmente, ma che contagi anche i collaboratori e gli atleti.

Uno dei pericoli maggiori, quello che ci preme maggiormente, è che dopo un primo periodo con la sensazione che non stia accadendo nulla, che nessuno si ammali ecc ecc, si abbassi la guardia, perché i maggiori rischi sono proprio lì.

19 Responsabilità

Sottolineiamo il significato dell'autocertificazione, che ha valore penale nel caso si dichiarino informazioni false, ancor più se tali dichiarazioni false provochino danni alla salute di altre persone. E' pertanto fondamentale che si presti la massima attenzione alla consegna delle autocertificazioni. Tale cura è affidata in primis al primo allenatore della squadra di cui è responsabile, il quale esercita tale controllo insieme ai suoi collaboratori/dirigenti.

La leggerezza nell'operare questo compito e, tanto più, la deliberata negligenza nel rispetto di tali disposizioni, sono causa sufficiente per l'ASD USGorla1954 per rivalersi sugli stessi in caso di inottemperanza che causi danno sia in solido che morale all'Associazione.

Siamo certi che la responsabilità dei nostri dirigenti (allenatori, aiuto, dirigenti e collaboratori), sia tale per cui queste considerazioni si rilevino superflue. Ma è tassativa la massima attenzione da parte di tutti per superare con serenità questo particolare momento difficile per tutta l'umanità.

Tutto quello sopra descritto vale per tutti noi nella misura in cui ciascuno assume una collaborazione responsabile per il bene comune.

