



COVID - 19

ACCESSO ALLA PALESTRINA

(sita presso Oratorio San Luigi Dugnano, Via E. Toti, 2 Paderno Dugnano)

REGOLE COMPORTAMENTALI

PER

LA SALVAGUARDIA DELLA SALUTE

DI TUTTI GLI UTENTI

(v.9 del 29.05.2020)

NB: Il presente documento è soggetto ad aggiornamenti e revisioni, l'ultima versione è pubblicata della sezione chi siamo/documenti e verbali del sito www.asdposl.it)



PREMESSA

Si specifica che il seguente regolamento fa riferimento ai protocolli emanati dagli organi competenti e all'attuale quadro normativo nonché alle limitazioni in essi contenute e verrà, di volta in volta, aggiornato in relazione ai successivi provvedimenti che verranno adottati in merito dai competenti organi governativi, e sportivi.

OBBLIGAZIONI IN CAPO A A.S.D. POSL

ASD POSL si obbliga a:

- Nominare "Responsabile Protocollo Covid" della Palestrina, nella persona del Presidente della ASD POSL; in sua assenza tale ruolo potrà essere delegato a dirigenti e allenatori.
- Informare tutti i propri soci sull'esistenza e l'applicazione di questo regolamento.
- Affiggere opportuna cartellonistica.
- Pulire e sanificare preliminarmente la Palestrina ed i servizi igienici dedicati a questa fase nella quale l'Oratorio è ancora chiuso (porta verde a fianco della Segreteria POSL).
- Pulire quotidianamente la Palestrina ed i servizi igienici dedicati a questa fase, secondo quanto previsto dai protocolli ministeriali.
- Sanificare periodicamente la Palestrina.
- Rendere disponibile gel idroalcolico per la pulizia delle mani.
- Rendere disponibile un cestino per guanti e mascherine usate.
- Dotare allenatori e dirigenti del "Termometro a Infrarossi".

Ed inoltre, attraverso i propri allenatori e dirigenti:

- Programmare le attività e regolamentare gli accessi al fine di evitare qualsiasi forma di assembramento.
- Garantire che in Palestrina non ci siano mai più di 11 persone contemporaneamente, 10 atleti oltre all'eventuale allenatore/istruttore).
- Conservare l'elenco delle presenze per almeno 14 giorni.
- Monitorare l'applicazione di questo regolamento.
- Organizzare l'apertura, l'accesso e la chiusura del cancello di accesso all'Oratorio.
- Misurare la temperatura a chiunque acceda tramite il "Termometro a Infrarossi" fornito da ASD POSL.



MATERIALE OBBLIGATORIO PER ENTRARE IN PALESTRINA

All'atto dell'entrata in Palestrina è obbligatorio:

1. Indossare "Mascherine" (ffp3 – ffp2 – chirurgiche – altre prodotte ai sensi dell'art. 16, comma 2, del D.L. 18/2020)
2. Indossare "Guanti" (al lattice, in vinile, in nitrile)
3. Far rilevare la temperatura corporea con "Termometri infrarossi", (in ottemperanza a quanto già chiarito dal Garante del Privacy).
4. Cambiarsi le scarpe nel portico, indossandone un paio da ginnastica dedicate all'uso esclusivo in palestra. Le scarpe vanno lasciate ai piedi della scala di accesso.

Suggeriamo vivamente di portare con Voi una borsa che contenga:

1. Mascherine (una di riserva) e guanti (una coppia di riserva)
2. Gel mani igienizzante personale (oltre a quello fornito da POSL)
3. Attrezzi personali (es. materassini, racchetta da tennistavolo, palline...)
4. Asciugamano personale
5. Borraccia o Bottiglia d'acqua



REGOLE COMPORTAMENTALI INGRESSO - USCITA DALLA PALESTRINA

1. Tutti gli atleti, i dirigenti e gli allenatori dovranno compilare il Modello di Autocertificazione pubblicato sul nostro sito prima di essere accedere alla Palestrina, con l'obbligo di comunicare via mail a posl@asdposl.it qualsiasi variazione.
In particolare, sarà vietato l'accesso ai soci:
 - a. che non hanno il Certificato Medico valido,
 - b. che negli ultimi 14 giorni abbiano avuto contatti con soggetti positivi al COVID-19,
 - c. con febbre maggiore di 37,5 gradi
 - d. con uno solo dei seguenti sintomi: tosse, sintomi respiratori anche banali, disturbi gastro intestinali, cefalea, astenia, disturbi dell'olfatto o del gusto.
2. All'ingresso in Palestrina vige l'obbligo dell'utilizzo della mascherina e dei guanti sino al posizionamento per l'inizio delle attività in palestra (sui tappetini o davanti al tavolo da gioco).
3. Mantenere sempre ed almeno 1 metro di distanza da qualsiasi altra persona (come vedremo in seguito 2 metri durante le attività sportive).
4. Evitare assembramenti.
5. Seguire le indicazioni sulla cartellonistica esposta.
6. Evitare di incrociarsi lungo la scala di accesso alla Palestrina. Controllare prima che non sia occupata da qualcuno che la sta percorrendo nel verso opposto al vostro.
7. Rilevazione temperatura corporea: gli allenatori, gli istruttori o i responsabili di settore rileveranno obbligatoriamente la temperatura corporea ai soci che entrano in Palestrina.
8. Lavarsi le mani, anche con il gel idroalcolico reso disponibile da ASD POSL all'inizio ed al termine delle sedute di allenamento o della lezione.
9. Utilizzare esclusivamente i servizi igienici dedicati a questa fase (la porta verde a fianco della Segreteria POSL - non la Segreteria Oratorio). Non è consentito l'uso dei servizi per cambiarsi gli indumenti.
10. Vietato l'utilizzo dello spogliatoio, che resterà chiuso; tutti i soci devono arrivare in palestra già vestiti per l'allenamento o la lezione e dopo la lezione non potranno cambiarsi in nessuno spazio dell'Oratorio.
11. Genitori ed accompagnatori non possono accedere alla Palestra; dovranno lasciare i propri figli fuori dalla Palestrina, evitando assembramenti. I genitori si assicurino che i propri figli abbiano sempre a disposizione la quantità necessaria di materiale richiesto.
12. Ogni comportamento reiterato non conforme alle norme di sicurezza, nel rispetto della salute di ogni individuo, porterà all'allontanamento immediato dalla Palestrina.



REGOLE COMPORTAMENTALI DURANTE GLI ALLENAMENTI E LE LEZIONI IN PALESTRINA

13. Rispettare le disposizioni Statali, Locali, dell'Oratorio e della ASD POSL.
14. È obbligatorio tenere la struttura pulita utilizzando gli appositi cestini per la salvaguardia dell'igiene tua, dei tuoi compagni e dello staff.
15. E' obbligatorio tenere le finestre aperte o, se impossibile causa maltempo, arieggiare ogni 30 minuti.
16. In ogni momento dell'allenamento/lezione, tutti devono essere ad almeno 2 metri di distanza tra loro.
17. E' consentito rimuovere la mascherina solo durante l'allenamento o la lezione, sempreché si mantengano le distanze di cui al punto precedente.
18. Al termine dell'allenamento o della lezione, rimanendo sul posto, indossare nuovamente la mascherina ed i guanti portando con sé tutto il materiale utilizzato.
19. Evitare assembramenti.
20. Evitare strette di mano.
21. E' vietato condividere acqua, cibo, telefonino, asciugamano o qualsiasi tipo di materiale.
22. Starnutire o tossire in un fazzoletto evitando il contatto con le mani; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito.
23. Fazzoletti, guanti e mascherine utilizzati devono essere obbligatoriamente riposti nel cestino apposito (messo a disposizione all'interno della Palestra) per il successivo smaltimento di materiale potenzialmente contaminato.
24. Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per la sessione di allenamento/lezione, ma riportarli nel proprio borsone.
25. L'allenatore/l'istruttore o il Responsabile di Settore ha il compito di ribadire il promemoria delle regole presentate in questo documento.



NORME SPECIFICHE AGGIUNTIVE PER GLI ALLENAMENTI E LEZIONI DI TENNISTAVOLO

26. Non sarà possibile montare e utilizzare più di tre tavoli da gioco, transennati tra loro.
27. Per il tennistavolo è vietato cambiare lato di gioco durante tutta la fase dell'allenamento o della partita. Limitare al minimo i cambi di tavolo.
28. Durante la sessione di tennistavolo, indossare obbligatoriamente il guanto nella mano non dominante con cui si lancia e si raccoglie la pallina.
29. Per il tennistavolo è consentito solo giocare il "singolo".
30. Depositare la propria borsa a fianco del tavolo da gioco.
31. Per i giocatori di tennistavolo è vietato asciugare il sudore delle mani sul tavolo da gioco. Utilizzare solo il proprio asciugamano e riporlo nella propria borsa.
32. Non toccare il viso dopo aver toccato palline, racchetta, tavolo o altro materiale. Assicurarsi di lavare le mani con il gel igienizzante prima di toccare gli occhi, il naso o la bocca.
33. È vietato respirare/soffiare/alitare sulla pallina.
34. Per passarsi la pallina utilizzare la racchetta oppure i piedi oppure la mano che indossa il guanto.
35. Alla fine degli allenamenti degli adulti è richiesto che ogni giocatore che ha giocato per ultimo sul suo lato di tavolo lo pulisca con prodotti disinfettanti non invasivi per le superfici messi a disposizione dalla società.
36. Alla fine degli allenamenti degli adulti del lunedì e del mercoledì i tavoli dovranno essere chiusi (le persone della Ginnastica Adulti non devono toccare i tavoli).



RIFERIMENTI NORMATIVI DI LEGGE

- *Decreto del Presidente del Consiglio dei ministri del 26.04.2020.*
- *Circolare della Presidenza del Consiglio dei Ministri – Ufficio Sport – Linee guida - n. 3180 del 04.05.2020.*
- *Ordinanza n. 546 del 13/05/2020 di Regione Lombardia.*
- *“Linee di indirizzo per la riapertura delle Attività Economiche, Produttive e Ricreative” della Conferenza delle Regioni e delle Province Autonome del 16.05.2020.*
- *Decreto del Presidente del Consiglio dei ministri del 17.05.2020.*
- *Ordinanza n. 547 del 17/05/2020 di Regione Lombardia.*
- *“Linee guida per l’attività sportiva di base e l’attività motoria in genere” - Presidenza del Consiglio dei Ministri – Ufficio Sport, 19 maggio 2020.*
- *Protocollo della FITET tecnico-organizzativo-igienico, deliberato in data 22.05.2020 e relativo Modello di Autocertificazione.*
- *CSI – “Protocollo applicativo CSI COVID-19” del 22.05.2020.*
- *Ordinanza n. 555 del 29/05/2020 di Regione Lombardia.*
-