

Piano di protezione per le attività di allenamento

Società Federale Ginnastica di Morbio Inferiore

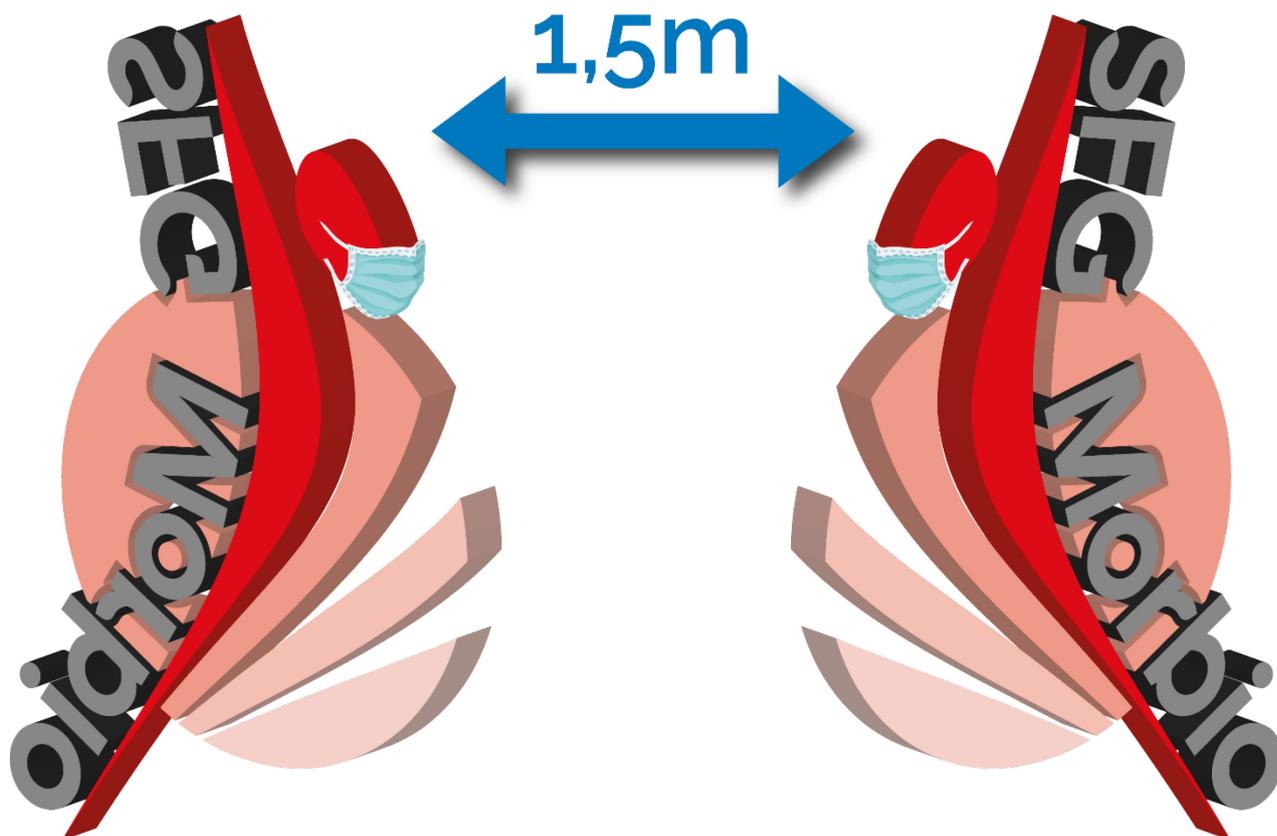
info@sfgmorbio.ch

www.sfgmorbio.ch

Il presente documento è pubblicato sul nostro sito internet: <https://sfgmorbio.ch/direttive/>

Versione: 13 settembre 2021

Redatto: Mauro Luisoni





Nuove condizioni quadro

Questo concetto si basa sulle nuove raccomandazioni del Consiglio federale del 8 settembre 2021, sulle linee guida quadro per i concetti di protezione nello sport UFSPO / SwissOlympic ed il concetto DECS del 9 settembre 2021.

Nelle attività di allenamento devono essere rispettati i seguenti principi:

1 Ci si allena solo senza sintomi

La partecipazione alle sessioni di allenamento è consentita solo se non ci sono sintomi. In caso di dubbio, rimanere a casa e chiedere indicazioni su come comportarsi al proprio medico di famiglia (ev. hotline cantonale 0800 144 144). Gli allenatori/allenatrici che presentano dei sintomi di malattia non possono tenere l'allenamento e devono avvisare il responsabile (cfr. punto 7).

Gli allenatori/allenatrici hanno a disposizione nella sede un termometro ad infrarossi per eseguire il controllo della temperatura corporea prima di ogni attività.

2 Mantenere le distanze

Prima, durante le pause e dopo l'allenamento, a partire dai 16 anni di età, è obbligatorio l'uso della mascherina protettiva in tutti gli spazi chiusi dove non si pratica lo sport: palestra, corridoi, spogliatoi, magazzino degli attrezzi e all'esterno se non è possibile garantire la distanza minima di 1,50m:

Durante gli allenamenti o le attività in palestra sono ammessi:

- ragazzi di età inferiore ai 16 anni senza restrizioni;
- per persone al di sopra dei 16 anni per gruppi stabili che si allenano in modo regolare composti da massimo 30 persone con o senza covid pass;
- al di sopra dei 16 anni non è permesso organizzare allenamenti nelle palestre a gruppi con più di 30 persone.

Per le persone che svolgono attività sportive o culturali all'esterno non ci sono restrizioni.

3 Osservanza delle misure igieniche

Lavarsi le mani è una misura di igiene di importanza cruciale. Chi si lava accuratamente le mani con acqua e sapone prima e dopo gli allenamenti, protegge sé stesso/a e l'ambiente circostante.

Gli allenatori/allenatrici devono assicurare un disinfettante a disposizione all'entrata ed uno a portata di mano in palestra per eventuali necessità in corso d'allenamento.

I monitori/monitrici che forniscono il supporto per un esercizio devono garantire l'igiene ad ogni rotazione del ginnasta.

I genitori che aiutano nella preparazione della palestra per la ginnastica artistica, devono indossare le mascherine di protezione, disinfettarsi le mani quando entrano e quando escono dalla palestra.



4 Elenchi delle presenze

Ad ogni allenamento in palestra (al chiuso) è obbligatorio annotare le liste delle presenze.

L'allenatore/allenatrice è responsabile della completezza e della correttezza dell'elenco, nonché di lasciare quest'ultimo sempre nella cassetta della sede (scuola elementare di Morbio Inferiore) a disposizione della responsabile (cfr. punto 7) le seguenti tabelle:

- elenco presenze allenamento: valido per tutte le persone/bambini che sono iscritti nella società;
- lista persone esterne: elenco di presenze per le persone interessate partecipare ad una lezione di prova o di eventuali persone esterne alla sessione di allenamento.

Questi elenchi devono rimanere nella sede. Eccezione per i gruppi che si allenano in altre palestre, i fogli degli elenchi presenze devono essere lasciati in sede entro le 13:00 di ogni sabato. La responsabile del piano di protezione esegue il controllo entro la domenica sera.

Il gruppo di supporto per la ginnastica artistica deve compilare sempre la lista delle presenze (completa degli orari di montaggio e di smontaggio)

In nessun caso possono essere divulgate informazioni a terzi inerenti allo stato di salute delle persone registrate se non con il loro esplicito consenso.

5 Misure di sicurezza e sanificazione delle strutture

I ginnasti/ginnaste, gli allenatori/allenatrici e gli aiuti devono arrivare in palestra già con la tenuta di allenamento indossata.

Il materiale per eseguire la sanificazione degli spazi e degli attrezzi a disposizione per i gruppi. Tutto il materiale si trova nella sede.

Gli allenatori/allenatrici devono organizzare le sessioni di allenamento nel rispetto delle regole di sicurezza e devono disporre il materiale adeguato: gel per mani, spruzzino con detergente disinfettante e carta monouso.

Devono essere sanificate tutte le superfici di contatto con le mani:

- gli interruttori delle luci;
- le maniglie delle porte (entrata, bagno, magazzino, sede,...);
- le panchine attorno la palestra (palestra scuola elementare);
- il miscelatore del lavandino in bagno;
- tutti gli attrezzi utilizzati.

La disinfezione degli attrezzi, materiale, ecc. deve essere eseguita nel magazzino, per evitare che i prodotti disinfettanti di base alcolica vadano a contatto e rovinano il trattamento del pavimento della palestra. In tal caso, lavare subito il pavimento utilizzando acqua e sapone o avvisare subito il responsabile.



6 Disposizioni per l'utilizzo sicuro del materiale

I materiali e gli attrezzi a base spugnosa rivestiti in tessuto o con una superficie in feltro che non ammettono la sanificazione con il disinfettante spray, non possono avere il contatto diretto con il corpo dei ginnasti e devono essere utilizzati soltanto se ricoperti con una protezione. Per esempio:

- tappetone: deve essere ricoperto con un lenzuolo. Questo deve essere lavato o sostituito dopo ogni cambio di gruppo. In alternativa, il tappetone può essere posato al contrario (parte cerata verso l'alto) e ricoperto con i tappetini. (tutte le superfici esposte devono essere disinfettate dopo l'utilizzo)
- trampolino: i ginnasti non si possono sedere o appoggiare con il corpo sulla superficie in feltro

Le attività di ginnastica che necessitano un tappetino in gomma per svolgere gli esercizi sul pavimento:

- ogni ginnasta deve disporre di un proprio tappetino;
- è vietato lasciare il tappetino personale nel magazzino della palestra;
- il monitore/monitrice non può prestare il proprio tappetino personale;
- un ginnasta che ne è sprovvisto non può partecipare alla sessione d'allenamento.

7 Persona responsabile del rispetto del piano coronavirus nella società

Le persone responsabili a garantire il rispetto delle disposizioni in vigore e al controllo delle liste delle presenze sono:

- coordinatrice tecnica e responsabile della lista presenze: Yazmine Lurati, 079 417 58 48
- responsabile tecnico e responsabile della sicurezza: Flavio Cereghetti, 076 386 16 03

In caso di domande, non esitate a contattarli direttamente.



SFG Morbio

c/o Flavio Cereghetti • Via Vacallo 7 L • 6834 Morbio Inferiore • www.sfgmorbio.ch • info@sfgmorbio.ch • IBAN CH31 8123 9000 0012 4568 9

Morbio Inferiore, 29 agosto 2021

Presidente SFG Morbio

Mauro Luisoni