



STAGIONE SPORTIVA 2020/21

NUOVE REGOLE PER IL CONTENIMENTO DEL CONTAGIO DA COVID-19

In riferimento ai DPCM del 13 e 20 ottobre e all'ordinanza n. 623 di Regione Lombardia del 21 ottobre, nonché del Nuovo Protocollo Attuativo delle „Linee Guida per l'attività di base e l'attività motoria in genere“ del 22 ottobre e del protocollo applicativo UISP sulle attività sportive

Premessa

Il presente protocollo è valido per tutte le attività svolte da Polisportiva Nippon ASD APS nei siti sportivi (specificati in allegato 1), in collaborazione rispettivi proprietari/gestori.

Tutti i collaboratori ed i terzi (associati, visitatori, ecc.) sono tenuti ad uniformarsi con consapevole, costante e collaborativa puntualità alle disposizioni del Protocollo.

Resta fermo che le misure adottate saranno oggetto di monitoraggio e adeguamento ai nuovi eventuali protocolli ai fini di eventuali future implementazioni.

1-Informazione e norme generali

Un'informazione adeguata e puntuale è la prima iniziativa di precauzione e per questo motivo Polisportiva Nippon ASD APS si assume l'impegno di portare a conoscenza dei collaboratori in forza e dei terzi tutte le indicazioni necessarie alla tutela della loro salute e sicurezza. L'informazione sarà articolata nel seguente modo:

Informazione preventiva ai collaboratori

E' fornita copia del presente Protocollo a tutti gli istruttori, assistenti e altri collaboratori coinvolti nello svolgimento delle attività.

Informazione preventiva agli utenti

Polisportiva Nippon ASD APS comunicherà preventivamente ai partecipanti, nella modalità ritenuta più opportuna, le modalità di accesso ai siti sportivi, ribadendo i principi fondamentali costituiti da tutte le seguenti misure, oltre ad eventuali ulteriori norme più restrittive a discrezione dei singoli sodalizi:

- non recarsi in palestra in caso di presenza di sintomi influenzali o a seguito di assunzione farmaci che li potrebbero nascondere (es. paracetamolo);
- l'ingresso in palestra di persone già risultate positive all'infezione da COVID 19 dovrà essere preceduto da una preventiva comunicazione avente ad oggetto la certificazione medica da cui risulti la "avvenuta negativizzazione" del tampone secondo le modalità previste e rilasciata dal dipartimento di prevenzione territoriale di competenza;
- dovrà essere sempre indossata la propria mascherina, solo durante lo svolgimento dell'attività sportiva tale obbligo non sussiste, salvo l'obbligo di utilizzo alla fine dell'attività stessa;
- prima dell'accesso è necessario sanificarsi le mani mediante soluzione disinfettante posta all'ingresso (per i praticanti di judo, è necessario sanificarsi i piedi prima di salire sul tatami);

Associazione Sportiva Dilettantistica e di Promozione Sociale Polisportiva Nippon

C.F. 93546680153 – Sede Legale: via Savonarola n° 2, 20016 Pero (MI)

CELL. 347.60.78.273; 333.29.63.298 - www.polisportivanippon.com - polisportivanippon@gmail.com



- all'interno dell'impianto tutti gli spostamenti dovranno essere effettuati seguendo la segnaletica posta a pavimento (ove presente) e/o attenendosi alle indicazioni fornite dagli insegnanti tecnici o dai collaboratori di supporto;
- sarà necessario presentarsi con tuta o indumenti per l'attività motoria già indossati, dovranno essere utilizzate calzature dedicate unicamente all'attività in palestra;
- gli spogliatoi potranno essere utilizzati solo per i servizi igienici;
- in palestra dovrà essere occupata la posizione indicata dalla segnaletica e/o dalle indicazioni fornite dagli insegnanti tecnici o dai collaboratori di supporto
- non sarà possibile condividere borracce, bicchieri e bottiglie e scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani o altro;
- non sarà permesso l'accesso ad accompagnatori se non in casi che ne richiedano oggettivamente la presenza (es. in caso di disabilità certificata). Eventuali accompagnatori dovranno accedere all'impianto nel rispetto di tutte le norme valide per gli utenti e potranno permanere nei locali solo per il tempo necessario all'assistenza. Non è consentita la permanenza negli atri o nei locali di attesa.

Informazione preventiva ai terzi

L'eventuale accesso di terzi (diversi da istruttori/ allenatori/ utenti) è regolato dai punti I, II, III, IV, V e VI del Paragrafo 2. Dette regole saranno portate a conoscenza, con analogo nota informativa messa a disposizione all'ingresso, anche a fornitori, appaltatori, visitatori, ecc. che debbano fare il loro ingresso in palestra. L'ingresso nell'impianto delle persone terze sarà considerato quale manifesta adesione, per fatti concludenti, ai contenuti della nota, con il conseguente impegno a conformarsi alle disposizioni ivi previste.

Particolare attenzione sarà posta alle modalità di gestione del distanziamento all'interno delle singole strutture, prevedendo, in collaborazione con i proprietari/gestori delle stesse:

- opportuni percorsi di ingresso e uscita (preferibilmente separati e indipendenti)
- opportuna segnaletica ove possibile o servizio di supporto per i percorsi di spostamento o di stazionamento all'interno della struttura per evitare assembramenti e contatti ravvicinati al fine di rispettare il distanziamento interpersonale di almeno 1 metro (di almeno 2 metri durante l'attività sportiva)

2 - Modalità di ingresso

È previsto, per chiunque frequenti i siti sportivi:

- l'obbligo di rimanere al proprio domicilio - e di non fare ingresso in palestra - in caso di positività al virus o di sottoposizione alle misure della quarantena o dell'isolamento fiduciario (ad esempio, per contatto stretto con persone positive o nell'ipotesi di ingresso in Italia da Paese estero) nonché in presenza di febbre oltre 37.5° o di altri sintomi influenzali (prendendo contatto, in questo caso, con il medico curante e/o altra Autorità sanitaria indicata dalla normativa in vigore);
- l'obbligo di rispettare quanto previsto nel paragrafo 8 in caso di insorgenza di sintomi da contagio da Covid-19 all'interno del sito sportivo;
- l'ingresso in palestra di persone già risultate positive all'infezione da COVID 19 dovrà essere preceduto da una preventiva comunicazione avente ad oggetto la certificazione medica da cui risulti la "avvenuta negativizzazione" del tampone secondo le modalità previste e rilasciata dal dipartimento di prevenzione territoriale di competenza;



- l'impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità competenti, dei gestori dei siti sportivi e di Polisportiva Nippon ASD APS (in particolare, quelle concernenti il distanziamento sociale, le regole di igiene delle mani e gli altri comportamenti corretti sul piano dell'igiene);
- l'obbligo di indossare la mascherina in tutti gli spazi della struttura e di sanificarsi le mani preventivamente all'accesso ai locali;
- l'obbligo di mantenere la distanza di sicurezza di 2m dagli altri utenti durante lo svolgimento dell'attività fisica e di seguire la segnaletica specifica (ove presente) e/o le indicazioni dei collaboratori di supporto in merito ai percorsi e alle postazioni;
- l'ingresso all'impianto sarà pianificato e regolamentato mantenendo l'elenco delle presenze per almeno 14 giorni.

Verifica della temperatura corporea

Conformemente all'Ordinanza Regionale 596 del 13/08/2020 è obbligatoria la misurazione della temperatura corporea prima dell'accesso agli impianti sportivi per i collaboratori, i soci ed eventuali accompagnatori, quando ammessi.

Detta misurazione sarà effettuata mediante termometro "contactless" all'uopo predisposto. Le misurazioni dovranno essere effettuate dagli istruttori/collaboratori incaricati, che dovranno essere formati all'uso dello strumento secondo quanto riportato nel manuale di uso e manutenzione.

Detta procedura di misurazione dovrà essere effettuata anche qualora durante l'attività il collaboratore/atleta dovesse manifestare i sintomi di infezione respiratoria da COVID – 19 (es. tosse, raffreddore, congiuntivite). Se tale temperatura risulterà superiore ai 37,5 °C, non sarà consentito l'accesso o la permanenza all'impianto sportivo. Le persone in tale condizione saranno momentaneamente isolate e non dovranno recarsi al Pronto Soccorso e/o nelle infermerie di sede. Il gestore comunicherà tempestivamente tale circostanza, al numero di emergenza regionale 800 89 45 45 che valuterà ogni singola situazione e spiegherà che cosa fare. Per emergenze chiamare il 112.

È consigliata ai collaboratori l'installazione e uso quotidiano dell'applicazione AllertaLom nonché di altre applicazioni anche di carattere nazionale (Immuni).

3 - Modalità di gestione di eventuali visitatori esterni

Qualora fosse necessario l'ingresso di visitatori esterni per processi ausiliari (impresa di pulizie, manutenzione...), gli stessi dovranno sottostare a tutte le regole, ivi comprese quelle per l'accesso ai locali di cui al precedente paragrafo 2 - Modalità di Ingresso.

4-Pulizia e sanificazione

La pulizia e la sanificazione dei locali sono le azioni fondamentali che, insieme al distanziamento interpersonale, possono evitare la diffusione del virus. Sono previste le attività di pulizia e sanificazione organizzate secondo il piano di pulizie in allegato (allegato 2).



5-Precauzioni igieniche personali

È obbligatorio che le persone presenti in palestra adottino tutte le precauzioni igieniche, in particolare per le mani. È previsto l'obbligo della sanificazione delle mani mediante soluzioni idroalcoliche:

- all'ingresso del sito sportivo;
- prima della pratica dell'attività sportiva, dopo il cambio scarpe;
- dopo l'utilizzo dei servizi igienici;
- ogni volta che venga ritenuto utile da parte degli insegnanti tecnici e dei collaboratori di supporto.

COME INDOSSARE E GESTIRE CORRETTAMENTE UNA MASCHERINA

Prima di indossare una mascherina bisogna lavare le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica. Coprire bocca e naso con la mascherina assicurandosi che aderisca bene al volto ma evitando di toccarla mentre la si indossa. Il dispositivo deve aderire perfettamente al volto lungo tutto il perimetro; in particolare la tenuta intorno al naso deve essere assicurata adattando accuratamente l'inserito metallico della parte superiore della maschera alla forma del proprio naso.

Ai fini del contenimento della produzione di aerosol è vietato l'uso di mascherine FFP2/FFP3 dotate di valvola.

È fatto obbligo di utilizzo dei guanti per rischio biologico-chimico per tutte le attività di pulizia e disinfezione.

Nel caso di guanti monouso seguire le istruzioni riportate:

COME RIMUOVERE I GUANTI MONOUSO

- Rimuovere un guanto partendo dal polsino e tenendolo nella mano rimasta inguantata.
- Con la mano libera rimuovere il 2° guanto prendendolo dall'interno, infilare il 1° dentro il 2°.
- Dopo l'uso smaltire i guanti nei rifiuti pericolosi, non lavarli, non riutilizzarli e di nuovo lavarsi le mani.

L'uso dei guanti è complementare e non alternativo al lavaggio delle mani perché:

- I guanti possono presentare difetti non visibili ad occhio nudo o possono lacerarsi durante l'uso.
- Le mani possono contaminarsi durante o dopo la rimozione dei guanti.

I guanti devono essere:

- Rimossi prontamente dopo l'uso per evitare di contaminare, toccandoli, oggetti non contaminati e superfici ambientali.
- Sostituiti quando si rompono o si verifica una lacerazione o una puntura.
- Eliminati dopo il loro uso.

Non riutilizzare o lavare i guanti perché questa pratica è associata alla trasmissione di microrganismi patogeni. Inoltre, durante l'utilizzo dei guanti:

- Non toccarsi gli occhi, il naso, la bocca, i capelli o l'epidermide
- Non toccare oggetti, telefono, porte ed altre strutture od attrezzature "pulite".



6-Gestione spazi comuni

Per ogni struttura sono regolamentati, in collaborazione con il proprietario/gestore dello stesso, i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, anche delimitando le zone (ove possibile, in alternativa seguendo le indicazioni dei collaboratori di supporto), al fine di garantire la distanza di sicurezza:

- almeno 1 metro per le persone mentre non svolgono attività fisica;
- almeno 2 metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).

In particolare:

- i flussi in ingresso e uscita sono gestiti mediante segnaletica fissa o (dove non possibile causa utilizzo dello spazio da parte di associazioni diverse) seguendo le indicazioni dei collaboratori preposti a tale ruolo
- negli spazi di attesa e negli spogliatoi sono indicate e distinte le postazioni utilizzabili (i collaboratori all'ingresso si occuperanno di informare e controllare che vengano utilizzate in modo corretto suddette postazioni)
- nelle aree di attività sono indicate le postazioni individuali ove praticare l'attività nel rispetto del distanziamento previsto

Spogliatoi

È vietato l'utilizzo degli spogliatoi come tali. Il loro accesso è contingentato, consentito solo per l'utilizzo dei servizi igienici da parte di una persona alla volta. La necessità di utilizzare il servizio igienico da parte degli utenti deve necessariamente essere prima comunicata ai collaboratori presenti, per permettere la successiva igienizzazione.

Atri

È vietata la permanenza di eventuali accompagnatori negli atri e nelle sale di attesa.

Ambienti di collegamento

Per quanto riguarda gli eventuali ambienti di collegamento fra i vari locali dell'edificio (ad esempio corridoi, zone di transito o attesa), normalmente dotati di minore ventilazione o privi di ventilazione dedicata, andrà posta particolare attenzione al fine di evitare lo stazionamento e l'assembramento di persone, adottando misure organizzative e di sorveglianza affinché gli stessi ambienti siano impegnati solo per il transito o pause di breve durata.

Aspetti generali

Presso i locali dell'impianto è imposto il ricambio naturale di aria mediante il mantenimento, durante l'orario di attività, dell'apertura di finestre e/o porte. Dette finestre e/o non dovranno necessariamente essere spalancate ma dovranno offrire un'apertura minima di alcuni centimetri (es. "ribalte" o altri sistemi di blocco dell'apertura).

Durante le pause più significative tra i corsi si provvederà all'apertura di tutte le porte per almeno 10/15 minuti.

Nel caso di locali di servizio privi di finestre quali spogliatoi, servizi igienici, ecc., ma dotati di ventilatori/estrattori meccanici, questi devono essere regolamentati dai gestori/proprietari dei relativi spazi.



7-Organizzazione interna

Al fine di evitare il più possibile contatti nelle zone comuni i singoli corsi, dovranno avere orari sfalsati, per evitare che entrate ed uscite si accavallino, e presenze più rarefatte per poter consentire di fare attività in piena sicurezza e nel pieno rispetto delle distanze di sicurezza. (2 m. durante lo svolgimento dell'attività).

Negli impianti in cui sarà possibile si provvede ad identificare percorsi separati di ingresso e di uscita.

8-Gestione di una persona sintomatica nell'impianto

Fermo restando quanto indicato nel precedente paragrafo 2 circa gli accessi all'impianto laddove, nel periodo di presenza in palestra, insorgano sintomi influenzali quali febbre, tosse, ecc., si dispone quanto segue:

- l'insorgenza dei sintomi suddetti dovrà essere immediatamente segnalata all'istruttore responsabile, che dovrà disporre l'isolamento dell'interessato rispetto alle altre persone presenti nei locali. L'ASD provvederà ad invitare il socio/utente/collaboratore a prendere contestuale contatto telefonico con il proprio medico curante ed a contattare direttamente il numero d'emergenza per il COVID-19 forniti dalla Regione Lombardia (1500 per richieste di informazioni e il numero verde 800 894 545 solo se si ritiene di avere dei sintomi della malattia, 112 per i casi di urgenza). Qualora non sia possibile garantire adeguate condizioni di isolamento, l'interessato dovrà essere invitato ad allontanarsi dalla palestra per un pronto rientro al proprio domicilio, nel rispetto ovviamente delle cautele/prescrizioni formulate dall'Autorità sanitaria interpellata.
- Al fine di consentire l'applicazione delle necessarie ed opportune misure di quarantena, l'ASD collaborerà con le Autorità sanitarie competenti nell'individuazione dei collaboratori/soci/utenti che siano stati eventualmente in "contatto stretto" con colleghi risultati positivi al COVID-19. Nel periodo dell'indagine, l'ASD potrà chiedere agli eventuali, possibili contatti stretti di lasciare cautelativamente l'impianto, secondo le indicazioni dell'Autorità sanitaria.
- L'interessato al momento dell'isolamento, deve essere subito dotato ove già non lo fosse, di mascherina chirurgica.

Il presente documento è da considerarsi parte integrante del Documento di Valutazione dei Rischi e del Piano di Emergenza ai sensi del D.Lgs 81/2008 dei singoli impianti.

Lì 24/10/2020

Polisportiva Nippon ASD APS

_____ (Presidente)



ALLEGATO 1 - ELENCO DEI SITI SPORTIVI PRESSO I QUALI POLISPORTIVA NIPPON ASD APS ORGANIZZA LE PROPRIE ATTIVITÀ

Pero – palestra comunale di piazza Guglielmo Marconi 5

Gudo Visconti – palazzetto dello sport di via Montegrappa 1

Milano – Spazio Mamiwata, via Savona 134

Zibido San Giacomo – Corte San Pietro PRU, via XXV Aprile (San Pietro Cusico)

Trezzano S/N – Studio Vertex, via Carpaccio 35/B



ALLEGATO 2 - PIANO DI PULIZIA dell'ASSOCIAZIONE POLISPORTIVA NIPPON ASD APS

Revisione n°1 del 05/09/2020

Questo piano ha lo scopo di identificare le procedure da applicare e la periodicità con cui assicurare la pulizia e la sanificazione periodica dei locali, degli ambienti, delle postazioni di lavoro e delle aree comuni e di svago in cui opera l'Associazione e attrezzature della stessa.

Per "**pulizia**" si intende la detersione con soluzione di acqua e detergente;

con "**sanificazione**" invece la decontaminazione con apposite soluzioni disinfettanti.

Questo piano nella sua stesura ha tenuto conto di:

- livello di diffusione del virus a livello nazionale e locale (livello di allerta);
- livello di affollamento e destinazione d'uso dei locali;
- tipologia di attività svolta nel locale;
- accesso ed eventuale stazionamento di personale esterno o di accompagnatori;
- vicinanza dell'operatore all'attrezzatura;
- impiego di dispositivi che riducono il contatto;
- impossibilità di lavaggio frequente delle mani durante l'impiego;
- attività che aumentano la probabilità di emissione di aerosol/goccioline di sudore (es. attività metabolica intensa)

PRINCIPI GENERALI DI PULIZIA E SANIFICAZIONE

Il gestore dello spazio assicura la PULIZIA GIORNALIERA e la SANIFICAZIONE ORDINARIA dei locali, degli ambienti, delle postazioni, delle aree comuni, delle aree di allenamento, di svago, ecc.

Ad ogni cambio turno e a fine attività, Polisportiva Nippon garantisce la pulizia e l'igienizzazione delle aree e degli strumenti utilizzati.

MATERIALI DI PULIZIA e SANIFICAZIONE UTILIZZATI DA POLISPORTIVA NIPPON

Per l'igienizzazione degli ambienti/strumenti verrà utilizzata una soluzione a base di ipoclorito di sodio con concentrazione iniziale del 0,1% oppure una soluzione a base di etanolo (idroalcolica) al 70% opportunamente applicati o nebulizzati.

Il collaboratore che si occupa effettuare la sanitizzazione e la pulizia dovrà essere dotato di idonei DPI.

CADENZA delle PULIZIE

In linea generale:

- il gestore della palestra si occupa della pulizia e sanificazione dello spazio prima dell'ingresso dei tecnici, atleti e collaboratori dell'Associazione
- per gli strumenti individuali di lavoro/attività, **a fine turno/fine utilizzo** può essere effettuata dal collaboratore/utente stesso, al quale dovranno essere messi a disposizione i materiali e i detersivi di cui sopra e fornita adeguata informazione;
- **ad ogni cambio turno/utente** per postazioni comuni di lavoro/attività la pulizia e disinfezione viene svolta dai collaboratori di Polisportiva Nippon debitamente formati, con i materiali di cui sopra;

AREE da sottoporre a PULIZIA da parte di POLISPORTIVA NIPPON

- gli ambienti dedicati alle attività, le aree di allenamento;
- le aree comuni;
- i servizi igienici e gli spogliatoi se usati;

Associazione Sportiva Dilettantistica e di Promozione Sociale Polisportiva Nippon

C.F. 93546680153 – Sede Legale: via Savonarola n° 2, 20016 Pero (MI)

CELL. 347.60.78.273; 333.29.63.298 - www.polisportivanippon.com - polisportivanippon@gmail.com



Quali superfici pulire e sanificare (nello specifico):

- Maniglie di porte e finestre, pulsanti e dispositivi di apertura
- Superfici di sanitari e arredi nei servizi igienici
- Superfici di appoggio (specialmente nelle aree comuni)
- Cellulari, tablet, apparecchi telefonici e citofonici
- Tastiere, mouse, PC, comandi e quadri comandi
- Display e tasti di distributori bevande/snack
- Superfici utilizzate da utenti esterni
- Attrezzature sportive (grandi attrezzi e piccoli attrezzi)
- Aree di allenamento

RILEVAZIONE delle PULIZIE da parte di POLISPORTIVA NIPPON

Viene predisposta e aggiornata quotidianamente a cura degli operatori delle pulizie (sia che siano interni all'Associazione o che si tratti eventualmente di una impresa esterna) una scheda di esecuzione e verifica pulizia e sanificazione.

In fede,

FIRMATO, il 5 settembre 2020 a Milano

Il Legale rappresentante dell'Associazione



ALLEGATO 3 - ELENCO COLLABORATORI ATTIVI A.S. 2020/2021

Nominativo	Ruolo	Dove opera (per Polisportiva Nippon)	Dove opera (altri siti sportivi / associazioni sportive)	Mezzo di trasporto
Sergio Marchioni	Insegnante Tecnico	Sede Pero, sede Milano	nessuna	Automobile personale
Salvatore Cesareo	Insegnante Tecnico	Sede Gudo Visconti, sede Milano, sede Trezzano S/N	San Carlo Sport SSD (Milano), CSC Corsico ASD (Corsico)	Automobile personale
Davide Moroni	Insegnante Tecnico	Sede di Pero	San Carlo Sport SSD (Milano), Polisportiva Timanada ASD, Nippon Club Trezzano ASD	Automobile personale
Giorgia Galletti	Insegnante Tecnico	Sede di Gudo Visconti, Sede di Zibido San Giacomo	San Carlo Sport SSD (Milano)	Automobile personale
Francesca Galletti	Assistente	Sede di Gudo Visconti	nessuna	Automobile personale
Giorgia Motterlini	Assistente	Sede di Gudo Visconti	nessuna	Automobile familiare
Luca Scaranari	Assistente	Sede di Gudo Visconti	nessuna	Automobile familiare
Nicolò Zambon	Insegnante Tecnico	Sede di Gudo Visconti	CSC Corsico ASD	Automobile personale
Martina Maschio	Assistente	Sede di Milano	nessuna	Nessuno (abitazione limitrofe al sito sportivo di riferimento)
Camilla De Biasi	Assistente	Sede di Pero, sede di Zibido San Giacomo	nessuna	Automobile personale
Daniela Coppola	Segretaria, operatrice di supporto alle procedure anti-COVID	Sede di Pero, Sede di Zibido San Giacomo, Sede di Milano, Sede di Gudo Visconti, Sede di Trezzano S/N	nessuna	Automobile Personale
Debora Tricarico	Segretaria	Sede di Pero, Sede di Milano	CSC Corsico ASD	Automobile Personale
Naomi Rana	Segretaria	Sede di Pero, Sede di Zibido San Giacomo, Sede di Milano, Sede di Gudo Visconti, Sede di Trezzano S/N	nessuna	Mezzi pubblici
Giulia Micrani	Segretaria	Sede di Zibido San Giacomo	nessuna	Automobile Personale
Antonella Mapelli	Segretaria	Sede di Trezzano S/N	Nippon Club Trezzano ASD	Automobile Personale