

# ***PIANO DI PREVENZIONE attività sportive 2020-2021 in seguito a pandemia da Covid-19***

Prendendo spunto dal protocollo Fipav Versione 8 uscito in data 8/9/2020, A.D. ALESSANDRIAVOLLEY vuole con la presente definire le linee guida rivolte ad atleti e staff riguardanti la ripresa delle attività sportive in palestra. Si specificano di seguito una serie di punti che mirano ad approfondire quanto inserito nel protocollo federale e tutte le norme relative al distanziamento sociale.

## **Certificato di idoneità agonistica**

Si sottolinea l'assoluta necessità di certificato di idoneità agonistica in corso di validità. Chi avesse certificato scaduto non sarà ammesso all'attività. Sollecitiamo chi ha scadenza a breve a mettersi in contatto con la Medicina dello Sport, tramite CUP dell'ASL PATRIA, se minorenni oppure con centri privati il prima possibile, vista la penuria di posti disponibili per le visite.

## **Test sierologico**

Il protocollo Fipav raccomanda il test sierologico per gli atleti che partecipano agli allenamenti. La società AD ALESSANDRIA VOLLEY dunque invita, ma non obbliga, i propri atleti a svolgere questo tipo di test. L'esecuzione del test è un riguardo in più per l'atleta, per i suoi compagni e per la società stessa.

## **Modalità di ingresso agli impianti**

In tutti gli impianti sarà consentito l'accesso solo dietro la misurazione della temperatura e la disinfezione mani con apposito gel e prima di entrare negli spogliatoi consentendone l'accesso solo muniti di mascherina alla distanza prefissata ed indicata sulle panchine. Al termine della seduta di allenamento gli atleti dovranno scaglionare l'entrata negli spogliatoi per evitare assembramento. Le borse e gli effetti personali saranno sistemati in palestra ad adeguata distanza l'uno dall'altro. In nessun impianto è consentito l'accesso a persone diverse da atleti e staff. In ogni impianto verranno definite e monitorate dallo staff le modalità di accesso e di uscita.

## **Controllo della temperatura**

Gli atleti e gli operatori sportivi, prima dell'accesso al sito sportivo, dovranno essere sottoposti al controllo della temperatura corporea; se tale temperatura risultasse superiore ai 37,5°C non sarà loro consentito l'accesso. I soggetti in tale condizione, nel rispetto delle indicazioni riportate in nota, saranno momentaneamente isolati e forniti di mascherina, qualora non ne fossero già dotati; non dovranno recarsi al Pronto Soccorso e/o nelle infermerie del sito sportivo, ma dovranno contattare nel più breve tempo possibile i propri genitori e successivamente il proprio medico curante e seguire le sue indicazioni. La riammissione di operatori sportivi già risultati positivi all'infezione da COVID 19 dovrà essere preceduta da una preventiva comunicazione avente ad oggetto la certificazione medica da cui risulti l'avvenuta guarigione" rilasciata dal Dipartimento di Prevenzione territoriale di competenza; tale comunicazione andrà indirizzata direttamente al Presidente della organizzazione sportiva o indirettamente per il tramite del Medico sociale.

## Comportamento da seguire per gli/le atleti/e

- raggiungere l'impianto da gioco già in tenuta da allenamento;
- raggiungere l'impianto da gioco indossando la mascherina;
- **obbligatorio** il cambio delle scarpe una volta entrati in palestra;
- **obbligatoria** borraccia personale o bottiglia con il proprio nome/cognome
- materassino personale per esercizi a terra;
- **autodichiarazione** come da modello allegato (da consegnare al primo allenamento e che avrà validità fino ad eventuale variazione delle situazioni autocertificate e comunque per 14gg.);
- la doccia (che va fatta in tempi brevissimi) è consentita unicamente nel rispetto del distanziamento interpersonale;
- dopo allenamento si esce da uscita indicata da opportuna mantenendo sempre la distanza interpersonale di almeno 1mt
- gli atleti del turno successivo attenderanno fuori dalla palestra (mantenendo il distanziamento interpersonale di un metro) ed entreranno solo quando verrà consentito dall'allenatore a seguito della misurazione;
- **sono vietati scambi** di dispositivi tra atleti (es: telefonini) o attrezzi da lavoro individuali (es: elastici per potenziamento o corde per salto).

## E' inoltre richiesto agli atleti e alle famiglie:

- La consapevolezza e l'accettazione del fatto di non poter fare ingresso o di poter permanere nel sito sportivo e di doverlo dichiarare tempestivamente laddove, anche successivamente all'ingresso, sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, temperatura, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, etc);
- Nel caso in cui l'atleta, a scuola o al lavoro, sia venuto in contatto con compagno/collega positivo al covid, **deve tempestivamente comunicarlo direttamente all'allenatore di riferimento.**
- L'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37.5°) o altri sintomi influenzali e di contattare il proprio medico di famiglia oppure l'autorità sanitaria.
- L'impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità e del Covid Manager nell'accedere al sito sportivo (in particolare, osservare le regole di igiene delle mani e tenere comportamenti corretti sul piano dell'igiene).
- **Necessità di mantenimento della distanza interpersonale di almeno un metro.**

**L'organizzazione sportiva** assicura la pulizia, la disinfezione e la sanificazione periodica di ogni locale di competenza e dei relativi arredi (palestra, sala pesi, infermeria, sale mediche, spogliatoi, ambienti e aree comuni) e di ogni attrezzatura sportiva (palloni, materassini, pali della rete, pesi) con liquido idoneo (alcohol/candeggina/soluzione igienizzante superfici Ditta Ghemar) per ciò che riguarda il Palacima.

In merito all'Arena Centogrigio e ai locali adiacenti, la Società assicura, unitamente al personale del Centogrigio la sanificazione giornaliera dei locali con soluzione igienizzante Suredis VT1 e

Ricordiamo infine alcune semplici attenzioni da osservare anche in palestra:

- lavarsi frequentemente le mani;
- indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti;
- mantenere la distanza interpersonale; Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie;
- se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito;
- evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati; non consumare cibo all'interno dell'impianto;
- evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso o fazzoletti per l'apertura e la chiusura dello stesso.