

PIANO DI PROTEZIONE PER LE ATTIVITÀ DI ALLENAMENTO DAL 6 GIUGNO 2020

versione 1.0 / 30.05.2020

Premessa

Secondo le indicazioni e il modello dell'Ufficio federale della salute pubblica (UFSP), dell'Ufficio federale dello sport (UFSPo) e di Swiss Olympic il nostro club si è dotato del seguente piano di protezione, che prevede nelle attività di allenamento il rispetto di cinque principi.

Per tutto quanto non indicato in questo documento o nel documento (allegato) "Nouvelles conditions cadres pour le sport" edito da Swiss Olympic, UFSP e UFSPo valgono le disposizioni delle autorità competenti e soprattutto il **buon senso e il senso di responsabilità di ogni partecipante agli allenamenti**.

Nuove condizioni quadro dal 6 giugno 2020

A partire dal 6 giugno 2020 saranno nuovamente consentite le attività di allenamento nel rispetto dei piani di protezione specifici delle società. Per le attività sportive in cui è richiesto un contatto fisico stretto prolungato, l'allenamento deve essere progettato in modo tale da svolgersi esclusivamente in gruppi fissi, con tenuta di un elenco delle presenze. Si definisce «stretto» un contatto prolungato (>15 minuti) o ripetuto, a una distanza di 2 metri e senza misure di protezione.

1. Ci si allena solo senza sintomi

Chi presenta sintomi della malattia **NON può partecipare alle attività di allenamento**, ma rimane a casa o si mette in isolamento, chiedendo indicazioni su come comportarsi al suo medico di famiglia.

2. Mantenere le distanze

Durante il viaggio di arrivo, all'entrata dell'impianto sportivo, nei momenti di preparazione, dopo l'allenamento, al ritorno a casa: **in tutte queste e altre situazioni simili, deve ancora essere mantenuta la distanza di due metri e vanno ancora evitati saluti tradizionali come le strette di mano**. In tutti gli sport, il contatto fisico è consentito esclusivamente durante l'allenamento vero e proprio. Ogni partecipante deve avere a disposizione almeno 10 m² di spazio per allenarsi.

3. Lavarsi accuratamente le mani

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 se stesso e l'ambiente circostante.

4. Tenere elenchi delle presenze

I contatti stretti tra persone devono essere ricostruibili per 14 giorni su richiesta dell'autorità sanitaria. Per semplificare il contact tracing, **la società compila elenchi delle presenze per tutte le sessioni di allenamento**. L'allenatrice o allenatore è responsabile della completezza e della correttezza dell'elenco, nonché di trasmettere quest'ultimo alla persona responsabile del rispetto del piano coronavirus ogni settimana via posta elettronica.

5. Designazione della persona responsabile del rispetto del piano coronavirus

Ogni organizzazione che preveda di riprendere le attività di allenamento deve designare una persona responsabile del rispetto del piano di protezione e delle disposizioni in vigore. Nella nostra società, questa persona è il presidente, Gianni Toti. In caso di domande, non esitate a contattarlo direttamente (contact@rollerbiasca.ch).