



**COMUNE DI SANT'AGATA
BOLOGNESE
PALESTRE**

COVID-19

LINEE GUIDA UTILIZZO PALESTRE

Redatto in collaborazione con



Settembre 2020

Il presente documento definisce le principali misure da adottare per consentire, in condizioni di sicurezza, lo svolgimento delle attività sportiva da parte delle società sportive all'interno delle palestre del Comune di Sant'Agata Bolognese nel corso della situazione di emergenza sanitaria legata alla diffusione del COVID-19 sul territorio italiano.

Le singole federazioni sportive a cui fanno riferimento le società sportive hanno emanato propri protocolli: in base al proprio protocollo le società sportive dovranno pianificare la propria attività (numero atleti presenti contemporaneamente, distanze di sicurezza, possibilità di utilizzo degli spogliatoi, ecc.), gli accessi alle sedi e l'utilizzo degli spazi a disposizione.

Inoltre, è opportuno per le società sportive sottoscrivere con i genitori (o tutore legale) degli atleti minorenni e con gli atleti maggiorenni un c.d. "PATTO DI CORRESPONSABILITÀ".

Misure generali di tutela e di prevenzione del rischio

- Rispetto rigoroso dei Decreti e Circolari Ministeriali, Ordinanze Regionali e delle Autorità di Sanità Pubblica;
- Rispetto rigoroso, ove possibile, della distanza interpersonale di almeno un metro;
- Starnutire o tossire in un fazzoletto o con il gomito flessso, gettando i fazzoletti utilizzati all'interno di appositi contenitori messi a disposizione dalla società sportiva;
- Evitare di toccare gli occhi, il naso o la bocca con mani non lavate/sanificate;
- Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri;
- Non toccare oggetti, segnaletica fissa, muri e recinzioni;
- Tutti gli utenti, prima di recarsi presso gli impianti sportivi, sono tenuti a provvedere autonomamente al controllo della temperatura;
- Si ricorda che la **precondizione per l'accesso alle palestre** di sportivi, dei genitori o adulti accompagnatori e di tutto il personale a vario titolo operante è:
 - Assenza di sintomatologia respiratoria o di temperatura corporea superiore a 37,5 °C, anche nei tre giorni precedenti;
 - Non essere stati in quarantena o isolamento domiciliare negli ultimi 14 giorni;
 - Non essere stati a contatto con persone positive, per quanto di propria conoscenza, negli ultimi 14 giorni.
- Tutto il personale e gli utenti dovranno praticare frequentemente l'igiene delle mani, utilizzando acqua e sapone o soluzioni idro-alcoliche in tutti i momenti raccomandati (es. prima e dopo il contatto interpersonale, dopo il

- contatto con liquidi biologici, dopo il contatto con le superfici, all'arrivo e all'uscita, dopo l'utilizzo dei mezzi pubblici, prima e dopo l'uso del bagno, dopo aver tossito, stranutito, soffiato il naso);
- Favorire costantemente il ricambio dell'aria all'interno di tutti i locali (palestre, atri e spogliatoi) e sempre dopo il cambio degli atleti. È preferibile aprire le finestre per pochi minuti più volte durante la giornata che una sola volta per tempi più lunghi.
 - Per favorire l'eventuale tracciamento di eventuali casi, **è obbligatoria la scrupolosa e quotidiana registrazione di dirigenti, istruttori e atleti che accedono all'impianto sportivo; è obbligatoria inoltre la registrazione delle presenze di tutti gli utenti che, a vario titolo e possibilmente su appuntamento, accedono alla struttura, con l'indicazione del nominativo, dei contatti e degli orari di ingresso e di uscita dall'impianto sportivo. I dati devono essere conservati dalla società sportiva per un tempo di almeno 30 giorni e devono altresì essere resi disponibili agli Uffici comunali e alle altre Autorità, a semplice richiesta;**
 - Ogni società sportiva provvederà all'individuazione del Referente COVID-19 e del Vice Referente COVID;
 - In caso di insorgenza di improvvisi sintomi che facciano pensare ad una diagnosi di infezione da SARS-CoV-2 (tosse, difficoltà respiratoria o febbre maggiore di 37,5 °C) durante l'attività e nel caso di contatti stretti con casi confermati di COVID-19, deve essere immediatamente avvisato il Referente COVID-19 o in sua assenza il Vice Referente COVID;
 - Comunicare tempestivamente situazioni di contagio accertato di uno dei propri familiari o di eventuali "contatti stretti" al proprio Medico di Medicina Generale. In attesa delle indicazioni da parte del MMG, il dirigente, l'istruttore, l'atleta e l'utente in genere dovrà tempestivamente comunicare tale situazione al Referente COVID-19;
 - Qualora il Dirigente, l'Istruttore, l'Atleta e l'utente in genere si consideri in situazione di particolare fragilità ("ipersuscettibile"), si deve rendere parte attiva nel segnalare tale condizione al MMG e/o al Medico Competente.

Informazione

A. Informazione preventiva.

Vengono fornite le seguenti informazioni preventive e generali a tutti gli atleti, utenti, allenatori, addetti, ecc. cui ciascuno si deve attenere:

a) l'obbligo per ciascuno di non fare ingresso nella sede e di rimanere al proprio domicilio 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 nonché in caso di

contatti negli ultimi 14 giorni con soggetti risultati positivi al COVID 19 o che provengano da zone a rischio secondo le indicazioni dell'OMS;

b) il divieto di permanenza presso l'impianto sportivo al manifestarsi dei sintomi febbrili influenzali di cui al punto precedente avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti;

c) l'impegno a rispettare tutte le disposizioni emanate (in particolare, quelle concernenti il distanziamento sociale, le regole di igiene delle mani e gli altri comportamenti corretti sul piano dell'igiene);

d) il divieto di accesso all'impianto sportivo nel caso in cui, all'ingresso, la temperatura corporea sia superiore a 37.5°;

e) l'obbligo di seguire le seguenti buone pratiche di condotta e di igiene:

- lavarsi frequentemente le mani, anche attraverso appositi dispenser di gel disinfettanti;
- mantenere la distanza interpersonale minima di 1 mt in caso di assenza di attività fisica/sportiva;
- 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;
- non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- 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 rientrato 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 (ben sigillati);
- disinfettare i propri effetti personali e non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi);
- non toccare oggetti, segnaletica fissa, muri e recinzioni.

Ingresso alla palestra

- Per l'accesso alle palestre verranno utilizzati gli accessi indicati e dove possibile separati da quelli per l'uscita degli atleti;
- L'accesso è consentito solo a utenti dotati di mascherina e nel rispetto delle misure riportate nel paragrafo precedente. L'obbligo all'uso della mascherina è previsto all'ingresso, all'uscita dalla palestra e in tutti gli spazi comuni, tranne quando si pratica l'attività sportiva;
- l'ingresso alla palestra deve essere organizzato dalle singole società sportive in ragione del numero di presenza previste in modo da garantire il distanziamento di 1 mt ed evitare situazioni di assembramento. È importante garantire la puntualità in ingresso per il dovuto scaglionamento;

- In prossimità dell'ingresso dovrà essere posizionato un dispenser con gel igienizzante e cartellonistica indicante l'obbligo di igienizzare le mani prima di accedere all'impianto;
- Tutti gli utenti provvederanno, prima di accedere all'impianto sportivo o in apposita e delimitata area interna all'impianto/spogliatoi, ad indossare le calzature dedicate, già scrupolosamente pulite ed igienizzate;
- Prevedere la registrazione delle presenze;
- È opportuno il controllo della temperatura in ingresso con termoscanner e richiedere ad atleti e famiglie, con il patto di corresponsabilità, che la misurazione della febbre possa essere fatta a casa prima di recarsi all'impianto sportivo in modo che, in caso di febbre si eviti di uscire e utilizzare eventuali mezzi pubblici;
- L'accesso ad eventuali accompagnatori dovrà essere limitato ad un'area definita in ingresso per il solo tempo necessario ad aiutare gli atleti non autosufficienti e con obbligo di uso di mascherina;
- All'ingresso dovrà essere posta l'informativa prevista dall'allegato 1 dell'ordinanza regionale 148 del 15/07/2020;
- Al fine di favorire un ricambio d'aria, la porta esterna di accesso dovrà essere mantenuta aperta il più possibile durante l'orario di ingresso.

Misure per l'uso spogliatoi

- In considerazione dell'affollamento e dei problemi relativi all'aerosol generato dall'uso delle docce possibile veicolo del virus è sempre preferibile recarsi in palestra già in abbigliamento sportivo (a parte le scarpe) come consigliato o imposto dagli specifici protocolli delle Federazioni Sportive a cui le società sportive fanno capo;
- Per gli sport le cui federazioni lo consentano, a meno di ulteriori restrizioni, si potrà prevedere la possibilità di utilizzo degli spogliatoi con ingressi comunque contingentati in modo tale da garantire sempre il distanziamento di almeno 2 mt (a tale proposito sarà opportuno segnalare gli spazi a disposizione per ciascun atleta su panche o pavimento). Anche in tale caso, l'utilizzo degli spogliatoi e delle docce dovrebbe essere consentito solo in occasione di competizioni sportive e non per i soli allenamenti;
- Occorrerà inoltre limitare il tempo di utilizzo della doccia e dello spogliatoio al solo tempo necessario per una breve doccia e cambio di abiti;
- È in ogni caso fortemente sconsigliato l'utilizzo degli spogliatoi e delle docce agli atleti minorenni;
- Gli indumenti devono essere lasciati in una sacca/zaino in modo tale che non ci sia promiscuità tra gli effetti personali degli atleti.

Organizzazione dell'attività sportiva

L'organizzazione dell'attività sportiva dovrà essere organizzata dalla singola società sportiva nel rispetto delle normative vigenti e di quanto previsto dal proprio Protocollo di riferimento.

Pulizia e sanificazione

- Tra una sessione di allenamento e un'altra dovrà essere garantita dalla società sportiva areazione adeguata di palestra e spogliatoi (ove possibile l'aerazione naturale è vivamente consigliata) e l'igienizzazione di tutte le parti maggiormente toccate, quali maniglie, porte, interruttori, rubinetti, panche ecc. utilizzando i prodotti e le modalità previste dall'ISS e in particolare dalla Circolare 5443 del 22 febbraio 2020 e dal rapporto dell'ISS Covid-19 n. 25/2020 rev 2;
- Particolare attenzione dovrà essere posta all'areazione e all'igienizzazione di servizi igienici e spogliatoi;
- Se durante l'attività vengono utilizzate delle attrezzature (palloni, porte, coni, etc.) queste devono essere sanificate prima e al termine dell'utilizzo. Pertanto, tutte le attrezzature usate vanno sanificate (pulite con un panno usando alcol al 75%) prima di essere concesse ad un altro utilizzatore;
- Per quanto riguarda la pavimentazione, pensando al possibile contatto anche accidentale con il pavimento che potrebbe essere contaminato da sudore o da altri eventuali contatti accidentali, si consiglia di igienizzarlo secondo le modalità previste dall'ISS e in particolare dalla Circolare 5443 del 22 febbraio 2020 e dal rapporto dell'ISS Covid-19 n. 25/2020 rev 2;
- Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 10-15 minuti e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione, igienizzazione e sanificazione oltre ad evitare assembramenti tra gruppi;
- **I rapporti tra le diverse società sportive che usufruiscono del medesimo impianto sportivo sono regolati nel seguente modo: la società sportiva uscente deve assicurare la pulizia dell'impianto (con particolare riferimento ai servizi igienici e spogliatoi), mentre la società sportiva entrante deve provvedere all'igienizzazione così come previsto nei punti precedenti. Le società sportive, anche a tal fine, sono tenute al rispetto scrupoloso degli orari assegnati;**
- L'utilizzo di impianti di ventilazione e/o condizionamento è consentito solo dopo una corretta e periodica manutenzione e igienizzazione. Particolare cura va posta nella igienizzazione delle prese d'aria e nella manutenzione periodica dei filtri. Il ricircolo dell'aria deve essere ridotto quanto più possibile, in favore dell'aerazione esterna;
- In varie parti degli impianti e in punti ben visibili dovranno essere messi a disposizione dispenser con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani. I dispenser posti all'ingresso devono essere utilizzati da tutti coloro che accedono all'impianto, i quali devono igienizzarsi le mani in entrata e in uscita; ripetere l'igienizzazione, utilizzando i dispenser, nelle aree di

frequente transito o in aree strategiche (es. in prossimità dei servizi igienici);

→ La sanificazione sarà eseguita in presenza di soggetto sintomatico.

Modalità di gestione fornitori/utenti esterni/visitatori

- Tutti gli accessi degli utenti esterni (genitori/adulti accompagnatori, fornitori) dovrà essere annotata su apposito registro riportante almeno le seguenti informazioni: nominativi, contatti, orari di ingresso/uscita, aree frequentate;
- Per eventuali e necessari incontri con gli utenti esterni (fornitori, genitori, etc.) dovrà essere rispettata, in ogni momento, la distanza minima di 1 metro, evitando strette di mano e altri contatti fisici ed indossando la mascherina.

LE RACCOMANDAZIONI

- Lavarsi spesso le mani. Si raccomanda alle società sportive di mettere a disposizione (in prossimità dell'ingresso, dell'uscita, dei servizi igienici e dell'ufficio assegnato all'interno dell'impianto) gel/soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani.
- Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute.
- Evitare abbracci e strette di mano.
- Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno 1 metro.
- Igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie).
- Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri,
- Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
- Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce.
- Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.

→ Usare la mascherina sempre tranne quando si svolge l'attività sportiva.