



Linee Guida per la RIPRESA GRADUALE DI BASE IN PALESTRA

Pagina 1 di 4

Rev.1 del
10/06/2021

PREMESSA

Con riferimento al DL n. 65 del 18 maggio 2021 e delle FAQ pubblicate sul sito Dipartimento per lo Sport (<http://www.sport.governo.it/it/emergenza-covid-19/faq/>) riportiamo, di seguito, le Linee Guida Federali per **“la Ripresa Graduale delle Attività di Base da svolgersi al chiuso”**.

Si ricorda che le seguenti disposizioni sono estensive per le attività di base, fermo restando quanto già autorizzato per gli Atleti Agonisti.

DISPOSIZIONI PER LA PRATICA DI ATTIVITÀ SPORTIVA

All'interno del sito dovrà essere garantito il rispetto delle seguenti prescrizioni igieniche:

- è obbligatorio rilevare la temperatura a tutti i frequentatori/soci/addetti/accompagnatori, giornalmente al momento dell'accesso, impedendo l'accesso in caso di temperatura superiore a 37,5°C;
- è obbligatorio verificare all'ingresso che fruitori dei servizi ed eventuali accompagnatori indossino la mascherina protettiva e, in caso negativo, vietare l'ingresso;
- è necessario individuare percorsi di ingresso e di uscita differenziati;
- i bambini devono essere accompagnati da non più di un familiare;
- è obbligatorio mettere a disposizione dispenser di gel disinfettante in quantità calibrata alla superficie della sala e al numero di potenziali utenti, e comunque in numero non inferiore a 2 dispenser ogni 300 mq ed è anche necessario prevedere l'utilizzo di disinfettante adeguato all'igienizzazione delle superfici dell'attrezzatura condivisa;
- è obbligatorio mantenere sempre la distanza interpersonale minima di 1 mt, salvo durante l'attività sportiva;
- è obbligatorio indossare correttamente la mascherina in qualsiasi momento all'interno della struttura, ad eccezione del momento specifico in cui si svolge attività fisica. A titolo di esempio, la mascherina va indossata obbligatoriamente anche durante l'allenamento se il cliente si sposta da una postazione o un attrezzo di allenamento all'altro;
- è obbligatoria la pulizia e la disinfezione delle aree di contatto di ciascun attrezzo dopo ogni utilizzo da parte dell'utente con opportuno prodotto igienizzante (rif. Circolare ministeriale n. 17644 del 22/05/2020);
- durante l'attività fisica è obbligatorio attenersi a quanto indicato nella tabella sottostante:

Zona	Autodichiarazione*	Luogo	Contatto tra atleti	Tracciabilità	Sanitizzazione
Bianca	Sempre	Sia all'aperto che al chiuso	Si è possibile e in modo libero	Sempre	Sempre
Gialla	Sempre	Sia all'aperto che al chiuso	Si preferibile con coppia fissa	Sempre	Sempre
Arancio	Sempre	Solo all'aperto	No al contatto, solo lavoro singolo con rispetto distanza 2 m	Sempre	Sempre

*documentazione obbligatoria al primo ingresso, da rinnovare eventualmente a discrezione della società secondo le tempistiche ritenute più opportune

- lavarsi frequentemente le mani;
- 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 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);
- utilizzare, ove possibile, tappetini propri o, se di uso collettivo, è obbligatorio igienizzarli prima e dopo la sessione di allenamento;



Linee Guida per la RIPRESA GRADUALE DI BASE IN PALESTRA

Pagina 2 di 4

Rev.1 del
10/06/2021

- non consumare cibo negli spogliatoi ed all'interno della palestra.

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche dovranno essere messe a disposizione:

- procedure informative affisse nel sito sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché negli spogliatoi e nei servizi igienici e presenza di gel igienizzante;
- sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine/respiratori);
- indicazioni sulle corrette modalità e tempi di aerazione dei locali;
- specifiche attività di filtrazione dell'aria nei locali chiusi ad alta densità di persone o di attività, ad esempio tramite purificatori di aria dotati di filtri HEPA destinati a diminuire la quantità di aerosol;
- sanitizzazione ad ogni cambio turno;
- vietare lo scambio tra operatori sportivi e personale comunque presente nel sito sportivo di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.);
- **L'utilizzo degli spogliatoi e delle doccie, deve consentire il rispetto della distanza di sicurezza di almeno 1 m ed evitare assembramenti. Per le doccie è obbligatoria la pulizia e la disinfezione dopo ogni utilizzo da parte dell'utente con opportuno prodotto igienizzante (rif. Circolare ministeriale n. 17644 del 22/05/2020);**

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo:

- di disinfettare i propri effetti personali e di non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi, ecc.);
- di arrivare nel sito già vestiti adeguatamente alla attività che andrà a svolgersi o in modo tale da utilizzare spazi comuni per cambiarsi e muniti di buste sigillanti per la raccolta di rifiuti potenzialmente infetti;
- di non toccare oggetti e segnaletica fissa.



ALLEGATO-1

AUTODICHIARAZIONE COVID - ADULTO

Ai sensi degli artt. 46 e 47 DPR n. 445/2000

Il/La sottoscritto/a....., nato/a a

iln° di telefono e-mail.....

in qualità di: Atleta; Tecnico; altro Soggetto

dovendo accedere presso la sede di

***consapevole delle conseguenze penali previste in caso di dichiarazioni mendaci,
DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ E PER QUANTO A SUA CONOSCENZA
(barrare le caselle)***

- di non essere venuto a contatto negli ultimi 14 giorni con soggetti dichiarati positivi al Covid-19, con casi sospetti o con soggetti per i quali è stata disposta la quarantena preventiva;
- di non essere sottoposto alla misura della quarantena e di non essere risultato positivo al Covid-19;
- che allo stato attuale non presenta sintomi come tosse secca, febbre, dolori muscolari diffusi, mal di testa, rinorrea, mal di gola, alterazione del senso del gusto, congiuntivite, diarrea, vomito, etc.
- che in caso di pregressa positività al Covid-19 risulta completamente guarito e ho riacquisito la necessaria idoneità sportiva;
- di impegnarsi a comunicare agli addetti ai lavori gli eventuali sintomi che dovessero insorgere durante la permanenza all'evento oggetto della presente.

Dichiara, inoltre

- di aver preso piena visione delle linee guida federali in attuazione delle "Linee Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere" disponibile sul Sito Internet Federale (nella sezione <https://www.fijlkam.it/fijlkam-cares/documenti-utili>) e averle comprese in ogni parte. Con la presente "Autodichiarazione Covid" mi impegno a rispettarle in quanto pienamente e personalmente responsabile della mia sicurezza e delle mie azioni e di essere a conoscenza che durante la partecipazione potrei in ogni caso essere a rischio di contrarre il Covid-19;
- di avere piena consapevolezza dei rischi e di sollevare l'Organizzatore, da qualsiasi responsabilità, reclamo, richieste, azioni e cause di qualsiasi natura, direttamente o indirettamente derivanti o correlate a qualsiasi perdita, danno, lesione o morte che possa essere causata o correlata al Covid-19.
- Di consentire al trattamento dei dati personali forniti;
- Di comprendere che le informazioni rese completando la presente "Autodichiarazione Covid" costituiscono dati personali ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR) e che il conferimento dei dati è necessario per lo svolgimento dell'attività. I dati personali saranno trattati dall'Organizzatore, in qualità di titolare del trattamento, per le finalità di cui all'informativa relativa al trattamento dei dati personali consultabile in ogni momento nel sito web dell'Organizzatore. Eventuali comunicazioni al Titolare del trattamento, relative a violazioni, modifiche o revoca del trattamento dei dati personali, possono essere inviate alla casella di Posta Elettronica Certificata: "indicare casella o indirizzo dell'Organizzatore".

Data, ora e luogo della dichiarazione:

Firma per esteso e leggibile

.....



ALLEGATO 2

AUTODICHIARAZIONE COVID – ATLETI MINORENNI

Ai sensi degli artt. 46 e 47 DPR n. 445/2000

Il/La sottoscritto/a....., nato/a a

iln° di telefono e-mail.....

AUTORIZZA in qualità di Genitore/Esercente la responsabilità genitoriale Il/la proprio/a figlio/a minore:

Cognome e nome			
Nato a:		il:	
C.F.:			
Residente			
Tesserato/a presso la Società Sportiva:			
Ad accedere presso:			

consapevole delle conseguenze penali previste in caso di dichiarazioni mendaci,

**DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ E PER QUANTO A SUA CONOSCENZA CHE IL
PROPRIO FIGLIO/A (*barrare le caselle*)**

- di non essere venuto a contatto negli ultimi 14 giorni con soggetti dichiarati positivi al Covid-19, con casi sospetti o con soggetti per i quali è stata disposta la quarantena preventiva;
- di non essere sottoposto alla misura della quarantena e di non essere risultato positivo al Covid-19;
- che allo stato attuale non presenta sintomi come tosse secca, febbre, dolori muscolari diffusi, mal di testa, rinorrea, mal di gola, alterazione del senso del gusto, congiuntivite, diarrea, vomito, etc.
- che in caso di pregressa positività al Covid-19 risulta completamente guarito e ho riacquisito la necessaria idoneità sportiva;
- di impegnarsi a comunicare agli addetti ai lavori gli eventuali sintomi che dovessero insorgere durante la permanenza all'evento oggetto della presente.

Dichiara, inoltre

- di aver preso piena visione delle linee guida federali in attuazione delle "Linee Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere" disponibile sul Sito Internet Federale (nella sezione <https://www.fijlkam.it/fijlkam-cares/documenti-utili>) e averle comprese in ogni parte. Con la presente "Autodichiarazione Covid" mi impegno a rispettarle in quanto pienamente e personalmente responsabile della mia sicurezza e delle mie azioni e di essere a conoscenza che durante la partecipazione potrei in ogni caso essere a rischio di contrarre il Covid-19;
- di avere piena consapevolezza dei rischi e di sollevare l'Organizzatore, da qualsiasi responsabilità, reclamo, richieste, azioni e cause di qualsiasi natura, direttamente o indirettamente derivanti o correlate a qualsiasi perdita, danno, lesione o morte che possa essere causata o correlata al Covid-19.
- Di consentire al trattamento dei dati personali forniti;
- Di comprendere che le informazioni rese completando la presente "Autodichiarazione Covid" costituiscono dati personali ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR) e che il conferimento dei dati è necessario per lo svolgimento dell'attività. I dati personali saranno trattati dall'Organizzatore, in qualità di titolare del trattamento, per le finalità di cui all'informativa relativa al trattamento dei dati personali consultabile in ogni momento nel sito web dell'Organizzatore. Eventuali comunicazioni al Titolare del trattamento, relative a violazioni, modifiche o revoca del trattamento dei dati personali, possono essere inviate alla casella di Posta Elettronica Certificata: "indicare casella o indirizzo dell'Organizzatore".

Data, ora e luogo della dichiarazione:

Firma per esteso e leggibile

.....