

## Codice di autoregolamentazione Coronavirus

*Ai fini dello svolgimento in sicurezza delle attività durante l'emergenza Coronavirus*

Procedure e misure anti-contagio per gli impianti sportivi

### Premessa

In riferimento al "Protocollo condiviso di regolamentazione delle misure per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus Covid-19 negli ambienti di lavoro" del 24 Aprile 2020 e all'allegato 17 -sezione "Palestre" del DPCM del 17 Maggio 2020 è istituito il presente codice di autoregolamentazione e relativo comitato per l'approvazione e verifica delle misure ivi contenute.

Il presente protocollo è valido per tutti gli impianti utilizzati dalle associazioni locali di Corsico la cui gestione è coordinata dall'A.S.D. Centro Sportivo Corsico. Le specifiche modalità nella programmazione delle attività nei singoli impianti devono essere documentate ed essere messe a disposizione presso ogni impianto a cura delle singole Associazioni.

Tutti i collaboratori ed i terzi (associati, fornitori, manutentori, 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 a cura del Comitato di cui al paragrafo 9, ai fini di eventuali, future implementazioni.

### 1- Informazione e norme generali

Gli impianti sportivi gestiti dall'A.S.D. Centro Sportivo Corsico devono restare luoghi sicuri. A tal fine, un'informazione adeguata e puntuale è la prima iniziativa di precauzione e per questo motivo 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 ai Presidenti di tutte le Associazioni affinché provvedano, sotto la propria responsabilità, ad informare tutti i propri istruttori e allenatori coinvolti nelle attività.

#### Informazione preventiva agli utenti

I Presidenti delle Associazioni hanno l'obbligo di comunicare preventivamente ai partecipanti, nella modalità ritenuta più opportuna, le modalità di accesso all'impianto 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)
- È vietato l'accesso a chi, negli ultimi 14 giorni, abbia avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19 o provenga da zone a rischio secondo le indicazioni dell'OMS.

- 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, anche durante l'attività motoria
- prima dell'accesso è necessario sanificarsi le mani mediante soluzione disinfettante posta all'ingresso
- all'interno dell'impianto tutti gli spostamenti dovranno essere effettuati seguendo la segnaletica posta a pavimento
- sarà necessario presentarsi con tuta o indumenti per l'attività motoria già indossati, dovranno essere utilizzate **scarpe dedicate unicamente** all'attività in palestra
- gli spogliatoi dovranno essere utilizzati solamente per il cambio scarpe e non sarà consentito depositare i propri vestiti, che dovranno essere riposti nella propria borsa e depositati in palestra in aree appositamente dedicate
- in palestra dovrà essere occupata la posizione indicata dalla segnaletica e non sarà possibile condividere borracce, bicchieri e bottiglie e scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro
- non sarà permesso l'accesso ad accompagnatori se non in casi che ne richiedano oggettivamente la presenza (es. in caso di disabilità o di bambini con meno di 8 anni compiuti). 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.
- per le attività a terra è consentito l'uso unicamente di materassini, asciugamani, tappetini personali; per ragioni di igiene è vietato l'utilizzo di quelli in dotazione all'impianto

#### 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, e, quando possibile, inviata per posta elettronica 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.

#### Informazione in loco

Presso ogni impianto devono essere collocati cartelli informativi che ricordino comportamenti, cautele e condotte da osservare per l'accesso e la permanenza nell'impianto:

- obbligo di sanificazione delle mani,
- mantenimento delle distanze di sicurezza e dei percorsi imposti
- obbligo di uso della mascherina
- obbligo di cambiarsi le scarpe e non lasciare alcun indumento negli spogliatoi

Particolare attenzione sarà posta alle modalità di gestione del distanziamento all'interno delle singole strutture, prevedendo:

- opportuni percorsi di ingresso e uscita (preferibilmente separati e indipendenti)
- opportuna segnaletica orizzontale costituita da:
  - posizioni da occupare nel percorso di ingresso per evitare assembramenti
  - posizioni da occupare negli spogliatoi per evitare contatti ravvicinati
  - posizioni da occupare in palestra al fine di rispettare il distanziamento interpersonale di almeno 2 metri durante l'attività motoria.

## 2-Modalità di ingresso

E' previsto, per chiunque frequenti l'impianto:

- 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);
- il divieto di permanenza in palestra al manifestarsi dei sintomi febbrili/influenzali di cui al punto precedente, informandone in modo tempestivo e responsabile il gestore e avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti;
- il divieto di l'accesso a chi, negli ultimi 14 giorni, abbia avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19 o provenga da zone a rischio secondo le indicazioni dell'OMS.
- 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 e del gestore (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 in merito ai percorsi e alle postazioni
- l'ingresso all'impianto sarà pianificato e regolamentato mantenendo l'elenco delle presenze per almeno 14 giorni. La tenuta di detto elenco sarà a cura delle singole Associazioni

### Verifica della temperatura corporea

Conformemente all'ordinanza Regionale 546 del 13/05/2020 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 dal responsabile di settore il cui nominativo è riportato nel registro delle misurazioni, parte integrante del presente protocollo, 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 °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 raccomandata ai collaboratori l'installazione e uso quotidiano dell'applicazione AllertaLom compilando quotidianamente il questionario "CercaCovid" nonché di altre applicazioni anche di carattere nazionale (Immuni).

### 3-Modalità di gestione fornitori e manutentori

Laddove l'erogazione della fornitura presupponesse necessariamente l'ingresso nei locali, il gestore comunicherà ai fornitori (in anticipo oppure all'atto del loro ingresso, ove ciò non fosse possibile), sia le informazioni di carattere generale di cui al precedente paragrafo 1, sia le regole comportamentali a cui attenersi al fine di ridurre le occasioni di contatto con le persone presenti nell'impianto.

**E' espressamente fatto divieto di utilizzo, da parte dei fornitori, dei servizi igienici dell'impianto.**

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 seguenti attività di pulizia e sanificazione così organizzate:

Cosa	Chi	Quando	Come
Pulizia di tutte le pavimentazioni	Addetto alle pulizie	Quotidianamente e comunque secondo necessità	Secondo prassi già in uso, mediante bandiera con utilizzo dei normali detergenti in dotazione.
Pulizia e sanificazione pavimentazioni palestra	Addetto alle pulizie	all'inizio di ogni corso	Mediante bandiera in dotazione con utilizzo di soluzione contenente ipoclorito di sodio all'0,1% e vapore nel caso di pavimentazioni in tessuto
Pulizia dei servizi igienici e degli spogliatoi	Addetto alle pulizie	Quotidianamente, all'inizio di ogni turno di lavoro e secondo necessità	Mediante prodotti per le pulizie normalmente utilizzati, con particolare riguardo alle superfici oggetto di contatto (maniglie, rubinetti, sciacquoni, ecc..)
Sanificazione dei servizi igienici e degli spogliatoi	Addetto alle pulizie	Dopo ogni corso	Mediante passaggio con soluzione contenente ipoclorito di sodio all'0,1% di tutte le superfici oggetto di contatto (maniglie, rubinetti, sciacquoni, panche, sedie, ecc..). Prima concedere l'accesso ai locali verificare che non siano rimaste tracce di liquid disinfettante. Mantenere costante aerazione dei locali

Cosa	Chi	Quando	Come
Pulizia distributori bevande	Addetto alle pulizie	Quotidianamente	Mediante prodotti per le pulizie normalmente utilizzati, con particolare riguardo alle superfici oggetto di contatto (pulsantiera, sportello, ecc.)
Sanificazione distributori bevande	Addetto alle pulizie	Quotidianamente	Mediante passaggio con soluzione contenente ipoclorito di sodio all'0,1% di tutte le superfici oggetto di contatto (pulsantiera, sportello, ecc.)
Sanificazione attrezzi utilizzati	Istruttori e Addetti alle pulizie	Dopo ogni utilizzo. <b>L'utilizzo di attrezzi comuni è fortemente sconsigliato.</b> Laddove non se ne potrà fare a meno, andranno lasciati nella postazione di utilizzo per la successiva sanificazione	Mediante passaggio con soluzione contenente ipoclorito di sodio all'0,1%

#### Gli attrezzi e le macchine che non possono essere disinfettati non devono essere usati

La produzione di soluzione all'0,1% di Ipoclorito di Sodio mediante diluizione con acqua da prodotti concentrati è di responsabilità degli addetti alle pulizie che dovrà essere così effettuata:

- verifica, mediante analisi dell'etichetta o della Scheda di Sicurezza, della concentrazione di ipoclorito di sodio presente nel prodotto (es. nella candeggina normalmente in commercio detta percentuale varia dal 3 al 5%)
- opportuna diluizione in funzione della concentrazione indicata nel prodotto di partenza, secondo la seguente tabella:

Concentrazione	Diluizione
3%	Una parte di candeggina e 30 di acqua
3,5%	Una parte di candeggina e 35 di acqua
4%	Una parte di candeggina e 40 di acqua
4,5%	Una parte di candeggina e 45 di acqua
5%	Una parte di candeggina e 50 di acqua
Ecc..	Ecc...

Nelle operazioni di miscelazione il personale addetto dovrà utilizzare DPI per il rischio chimico (guanti, occhiali ermetici) ed effettuare le operazioni in luogo areato.

## 5-Precauzioni igieniche personali

È obbligatorio che le persone presenti in palestra adottino tutte le precauzioni igieniche, in particolare per le mani: a tale scopo sono messi a disposizione idonei mezzi detergenti e disinfettanti in ogni impianto, che saranno collocati:

- all'ingresso dell'impianto;
- in prossimità di distributori di bevande
- all'ingresso della palestra

È previsto l'obbligo della sanificazione delle mani mediante soluzioni idroalcoliche:

- prima dell'ingresso all'impianto;
- prima dell'ingresso in palestra dopo il cambio scarpe;
- all'uscita dell'impianto.

### 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'insero 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. Detti guanti, prima della rimozione, dovranno essere sanificati mediante immersione in soluzione di ipoclorito di sodio e lasciati asciugare in luogo dedicato.**

**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:

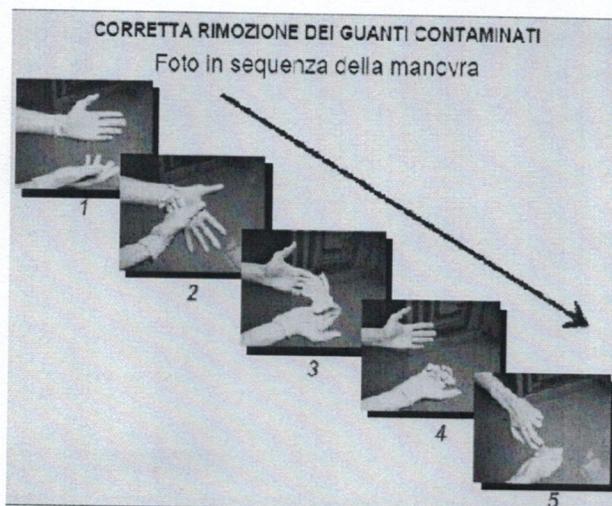
- Di misura adeguata.
- Rimossi prontamente dopo l'uso per evitare di contaminare, toccandoli, oggetti non contaminati e superfici ambientali.
- Sostituiti quando si rompono o si verifica una lacerazione o una puntura.

- 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".



I guanti monouso devono essere utilizzati al di sotto dei guanti indossati per rischio chimico nelle attività di sanificazione o rischio meccanico nelle attività di movimentazione sacchi.

## 6-Gestione spazi comuni

Per ogni impianto sono regolamentati i flussi, gli spazi di attesa, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento di attrezzi e macchine, anche delimitando le zone, 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 ed uscita sono gestiti mediante segnaletica fissa posta a terra sui percorsi. Detti segnali saranno posti a distanza di almeno 2 metri uno dall'altro e non si potrà avvicinarsi ad un segnale se questo risultasse occupato da un'altra persona.
- negli spazi di attesa e negli spogliatoi sono indicate le postazioni utilizzabili mediante idonea segnaletica
- nelle palestre sono indicate, a terra, le postazioni individuali mediante idonea segnaletica.

### Spogliatoi

E' vietato l'utilizzo degli spogliatoi come tali. Il loro accesso è contingentato, consentito solo come postazione per cambio scarpe con la previsione di una ventilazione continua dei locali, e con il mantenimento della distanza di sicurezza di 1 metro tra le persone che li occupano.

Prima dell'uso delle macchinette del caffè e dei distributori automatici è obbligatoria la pulizia delle mani con acqua e sapone o la sanificazione con prodotti messi a disposizione in prossimità del distributore.

### Servizi igienici

L'uso dei servizi igienici è riservato solo agli utenti e ai collaboratori. E' vietato l'accesso e uso da parte di altri soggetti.

#### Atri

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

#### Ambienti di collegamento

Per quanto riguarda gli 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 porte opposte. Dette finestre non dovranno 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 mantenuti in funzione almeno per l'intero orario di lavoro.

## 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.

In tale ottica se è provveduto alla predisposizione di apposita segnaletica e alla riorganizzazione del piano gestione palestra. (vedi allegato -Planning Impianto).

## 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., il Gestore 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.

## 9-Aggiornamento del protocollo di regolamentazione

È costituito dal Gestore un Comitato per l'applicazione e la verifica delle regole del presente protocollo di regolamentazione costituito dai Presidenti delle Associazioni coinvolte e dall'RSPP del Centro Sportivo Corsico.

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 \_\_\_\_\_ Data

**Centro Sportivo Corsico**

\_\_\_\_\_ (Presidente)

\_\_\_\_\_ (RSPP)

**Associazione XY**

\_\_\_\_\_ (Presidente)

**Associazione xcx**

\_\_\_\_\_ (Presidente)