



Protocollo interno emergenza COVID

Responsabile COVID

OLIVIERI FABRIZIO

Allegato 1 al Regolamento interno

*Aggiornato alle nuove linee guida Presidenza Consiglio dei
Ministri dipartimento dello sport del 22.10.2020*



ASD DAILYDANCE L'AQUILA

Disposizioni per le attività sociali e la prevenzione emergenza COVID19

allegato 1 al Regolamento Interno

ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' E SANIFICAZIONE

Dopo accordi con il gestore della sede ove si svolgono le attività sociali, per collaborare ai fini della tutela della salute degli atleti e la gestione sanitaria degli spazi del Centro utilizzati dall'associazione, si dispone che vengano effettuati gli allenamenti degli atleti nel giorno di **sabato** essendo il Centro con la sala 1 da noi utilizzata, libera dalle altre attività tutto il giorno. Il **venerdì** nella sala 3, lo stesso libera. Ogni classe di allenamento sarà intervallata almeno da mezz'ora per il ricambio d'aria e la sanificazione dell'ambiente. Nelle sale sono disponibili i dispositivi di protezione individuale, in caso si renda necessario ed un dispensatore per la disinfezione della mani.

MODALITA' ALLENAMENTI

Gli allenamenti si svolgeranno singolarmente per le danza o con un numero massimo di:

- 1) 8 più l'insegnate se in Sala 1
- 2) 5 più l'insegnante se in Sala 3

Al fine di avere i 5 mt quadrati massimi per atleta. Si tratta in questo caso delle attività di danza classica (sbarra a terra sul posto), stretching (previsto lo stesso sul posto) ed allenamento atletico (sul posto, quindi senza corsa). Per la danza moderna l'esecuzione delle coreografie avverrà singolarmente con lo spostamento da un lato all'altro della sala dell'atleta, (sala 3) o anche in due distanza minima 5 mt (Sala 1).

Per le attività di caraibico, l'ASD prevede solo il singolo Shine, per cui il distanziamento di 5mt sarà previsto tra atleta ed insegnante durante l'esecuzione della coreografia. Il metro standard è ammesso durante la spiegazione didattica.

Gli allenamenti a forte intensità possono essere svolti senza mascherina essendo sul posto, sempre nel rispetto delle distanze suddette.

Metri cinque come da indicazioni della Federazione Medici Sportivi Italiana (FMSI).

Due metri per le attività non particolarmente intense.

Le finestre durante gli allenamenti, è opportuno rimangano aperte o a bascula, salvo avverse condizioni meteo, per un ventilazione ideale.

COMPORTEMENTO ATLETI

L'ingresso e l'uscita, avverrà seguendo i percorsi indicati dal gestore del Centro Attiva, muniti di mascherina. La mascherina va utilizzata in generale per tutti gli spostamenti necessari, ambito Centro. A tal fine si raccomanda la scrupolosa osservanza degli orari. Prima di entrare in sala dovrà sottoporsi alla misurazione della temperatura. Anche il gestore della palestra può farlo. Un solo genitore potrà accompagnare il minore. Gli atleti non devono fare assembramento ne dentro, ne fuori il Centro.

Gli atleti devono inoltre:

- 1) usare, per gettare oggetti personali, accessori ecc.... non più utilizzabili, i contenitori messi a disposizione.
- 2) utilizzare per il cambio calzature ed indumenti solo gli appositi spazi indicati dal tecnico, mettendo quest'ultimi nel borsone, insieme agli effetti personali, senza lasciarli in giro.
- 3) lavarsi le mani prima e dopo le delle lezioni, e dopo aver frequentato i bagni della palestra. A tal fine l'associazione mette a disposizione dei dispensatori di disinfettante.
- 4) entrare in sala solo con le scarpe da ballo o senza (calzini o calzature specifiche) per la moderna. Non si possono usare per le attività, le scarpe portate da fuori.
- 5) **osservare gli orari prescritti delle lezioni. Si ricorda che ogni cambio turno, l'associazione ha mezz'ora a disposizione per far uscire gli atleti, sanificare, prendere gli atleti del turno successivo.**

Non devono inoltre:

- 1) toccare gli oggetti interni alla sala, se non quelli esclusivamente indicati dal tecnico, per effettuare determinati esercizi
- 2) togliersi le mascherine prima dell'inizio degli allenamenti
- 3) entrare o uscire dal sala, senza mascherine
- 4) andare in giro per il Centro, senza motivo e senza mascherina.

COMPORAMENTO DEI TECNICI

- 1) I tecnici devono far osservare le presenti linee guida.
- 2) tenere le mascherine stando a contatto con genitori, si possono togliere nell'attività didattica osservando le distanze di sicurezza, quando necessita. L'insegnante dovrà indossare la mascherina nelle attività che prevedono spostamenti continui degli atleti.
- 3) pulirsi con i detergenti le mani quando occorre e comunque prima dell'allenamento, per il montaggio e lo smontaggio della console musicale.
- 4) controllare che gli atleti non tocchino oggetti ed attrezzi in giro che non occorrono all'allenamento
- 5) monitorare per quanto possibile lo stato degli atleti fisico e sintomatico
- 6) pulire con detergenti le parti come il tavolo ove si posa la console, eventuali attrezzi ed accessori per la didattica. Prima e dopo l'uso.

PREVENZIONE

L'associazione si doterà di tutti i dispositivi necessari per l'igiene personale degli atleti e dei luoghi ove esercita le attività sociali.

Si invitano i soci, che presentano sintomi tipici del raffreddore o dell'influenza a **non presentarsi** a lezione, assicurandosi del proprio stato, seguendo le direttive emanate i giorni scorsi dal governo (numero emergenze Asl n.1 Avezzano-Sulmona-L' Aquila **800 169 326**).

I soci che durante l'allenamento sentono improvvisamente spossatezza e fastidio alle vie respiratorie, devono immediatamente avvisare il tecnico, il quale provvederà ad isolarli se minori, in attesa dell'arrivo dei genitori.

CONCLUSIONI

Il direttivo dell'associazione delega i tecnici della stessa, per far osservare scrupolosamente le presenti linee guida approvate e le norme nazionali. Delega altresì gli stessi, per eventuali accordi con il gestore al fine di migliorare la prevenzione, salvo non comportino spese per le quali va invece avvisato e coinvolto il direttivo. Sarà facoltà dei tecnici adottare gli allenamenti più consoni ed adatti, in base alla loro esperienza e professionalità. **Gli atleti dovranno attenersi scrupolosamente alle indicazioni dei tecnici.**

Comportamento in presenza di un sintomatico

La temperatura verrà misurata all'ingresso. I tecnici anche durante la lezione, seguano i ragazzi monitorando ed osservandone i comportamenti (i sintomi possono comparire anche in seguito):

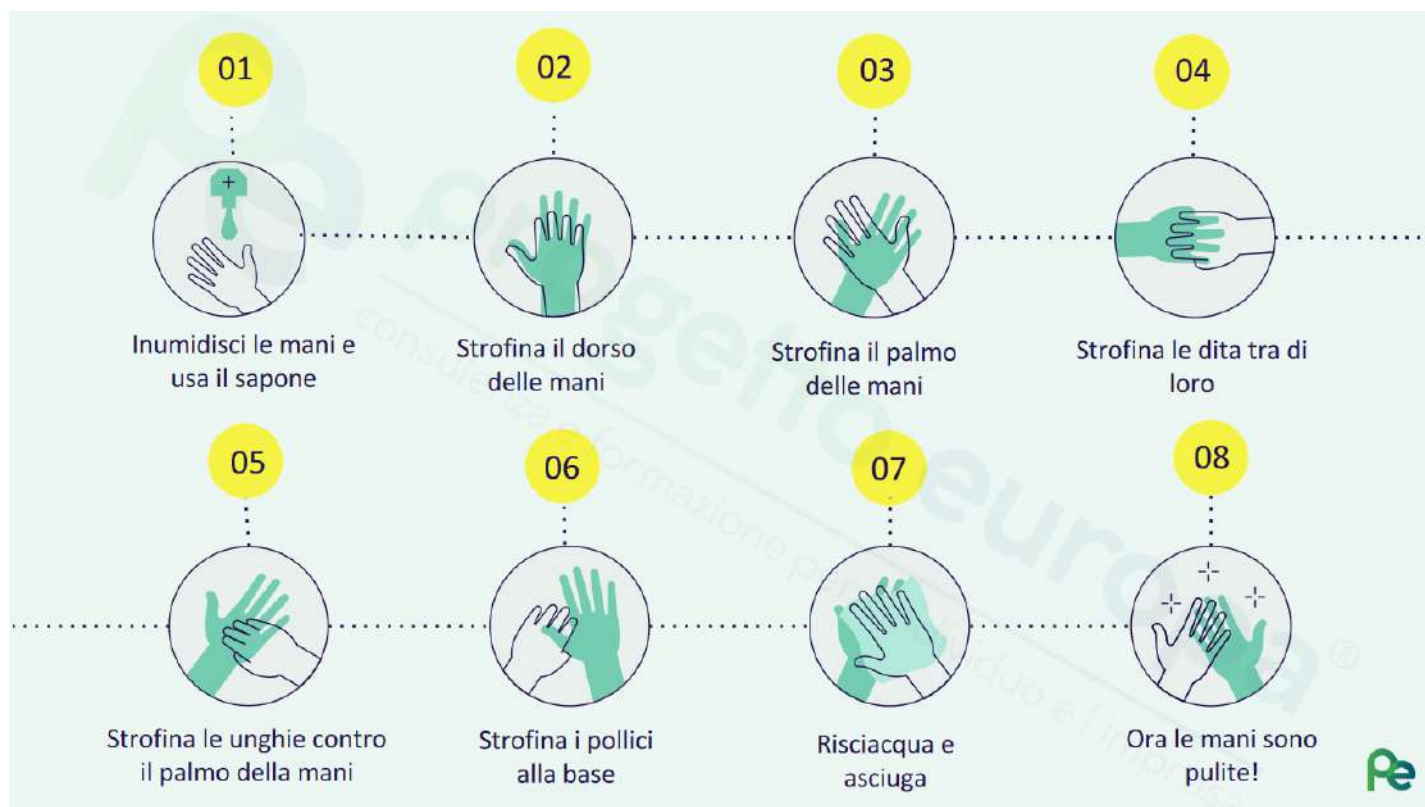
- 1) l'atleta mostra segni di spossatezza eccessiva con sintomi da raffreddamento.
- 2) tossisca con tosse secca ed insistente

In questo caso si deve, procedere di nuovo alla misurazione con il termometro digitale.

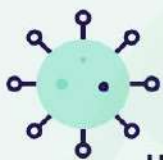
Se sono presenti decimi di febbre anche al di sotto dei canonici 37,5, è opportuno prudentemente sospendere le attività e chiamare i genitori. I ragazzi verranno fatti accomodare nella sala lezioni tenendoli distanziati tra di loro in attesa dei parenti. Le famiglie si atterrano in seguito alla normativa vigente (avvisare ASL, medico di base).

Il responsabile COVID Olivieri Fabrizio, va avvisato subito in ogni caso (342.8011690, 348.0334596), affinché prenda i provvedimenti previsti dalla normativa vigente.

Indicazioni lavaggio mani



Mascherina come indossarla



Utilizzo di mascherine - Istruzioni:

- Prima di indossare la mascherina, lavarsi le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica (igienizzanti per le mani concentrazione di alcool di almeno il 60%);
- Coprirsi bocca e naso con la mascherina assicurandosi che aderisca bene al volto;
- Evitare di toccare la mascherina mentre la si indossa, se la si tocca, lavarsi le mani;
- Quando diventa umida, sostituirla con una nuova e non riutilizzarla: sono maschere monouso;
- Togliere la mascherina prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina;
- Gettarla immediatamente in un sacchetto chiuso e lavarsi le mani.





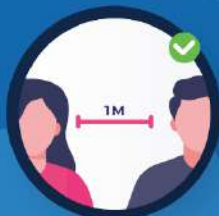
Presidenza del
Consiglio dei Ministri
Ufficio per lo sport

Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 MT IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



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



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE NON INFERIORE A 2 MT



GETTARE SUBITO IN APPPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI" (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

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



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCHE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



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



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



sport.governo.it