



Società SFG Losone
Via Pappogna 10
6616 Losone

Tel +41 78 911 29 62
info@sfglosone.ch
www.sfglosone.ch

Società SFG Losone

Piano di protezione per le attività di allenamento dal 09 novembre 2020

Versione: 09 novembre 2020

Produttore: Siro Colosio





Nuove condizioni quadro

Per le attività sportive in cui è richiesto un contatto fisico, è consigliato organizzare l'allenamento in gruppi fissi. Si definisce «stretto» un contatto prolungato (>15 minuti) o ripetuto, a una distanza di meno 1.5 metri e senza misure di protezione.

Nelle attività di allenamento devono essere rispettati i seguenti principi:

1. Ci si allena solo senza sintomi

Chi presenta sintomi quali febbre, tosse¹, mal di gola, raffreddore¹, dolore toracico, respiro corto, perdita del senso olfattivo o gusto NON può partecipare alle attività di allenamento, ma deve rimanere a casa o mettersi in isolamento e chiedere indicazioni su come comportarsi al suo medico di famiglia.

2. Mantenere le distanze

Durante il viaggio di andata e ritorno e all'entrata della palestra deve essere mantenuta la distanza di 1.5 metri. Nei luoghi pubblici chiusi come corridoi, spogliatoi, aule o simili vige l'obbligo di indossare la mascherina. Vanno ancora evitati saluti tradizionali come le strette di mano o darsi il cinque.

In tutti gli sport, a partire dai 16 anni, il contatto fisico è vietato; ossia si intende che la distanza minima non è rispettata, quindi non sono ammessi sport quali pallavolo, tennis in doppio, ...

2. Numero limite di atleti

Le attività sportive e culturali nel tempo libero in luoghi chiusi sono permesse a gruppi di massimo 15 persone con l'uso della mascherina facciale e il mantenimento della distanza fisica di 1.5 metri.

Le regole non si applicano ai bambini e ai ragazzi che non hanno ancora compiuto i 16 anni, ma è sufficiente la presenza di un atleta con più di 16 anni nel gruppo che bisogna applicare le regole di protezione.

4. Lavarsi o disinfettarsi accuratamente le mani

Disinfettarsi o lavarsi le mani è una misura di igiene di importanza cruciale. Per proteggere se stesso/a e l'ambiente circostante ci si lava accuratamente e regolarmente le mani con acqua e sapone: prima, durante e dopo gli allenamenti. Porre attenzione all'uso consono e adeguato dei servizi igienici.

All'entrata della palestra è presente un dispenser di disinfettante che può essere utilizzato.

5. 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, e in caso di richiesta di trasmettere senza indugio l'elenco di presenza alla persona responsabile, e se necessario ai servizi cantonali o alla direzione dell'istituto scolastico comunale di Losone, in forma elettronica. La scelta della forma di compilazione dell'elenco è a discrezione di ciascun gruppo.

6. Designazione della persona responsabile del rispetto del piano di protezione nella società

Ogni organizzazione che preveda di svolgere le attività di allenamento deve designare delle persone responsabili del rispetto del piano di protezione. Per ogni gruppo questa persona che ha la responsabilità di garantire il rispetto delle disposizioni in vigore è il monitore responsabile del gruppo stesso. Nella nostra società il principale referente è Siro Colosio e in caso di domande, non esitate a contattarlo direttamente tel. +41 76 679 33 65 o info@sfglosone.ch.

¹ Qualora questo sintomo fosse riconducibile a problemi di salute particolari conosciuti (ad esempio allergie o asma), è responsabilità dell'autorità parentale valutare con il medico curante se è opportuno o meno restare a casa.



7. Disposizioni particolari

- Per quanto possibile gli atleti arrivano già con la tenuta sportiva (tranne le scarpe da cambiare).
- Gli atleti portano con sé la propria borraccia personale e riducono al minimo gli oggetti personali che non vanno condivisi con altri atleti.
- Non è consentito fare la doccia in palestra.
- Le competizioni sono vietate.
- Vietate manifestazioni pubbliche e private con più di 5 partecipanti.
- Ogni gruppo deve lasciare la palestra puntualmente e disinfettata al gruppo successivo. Per questo motivo bisogna considerare di terminare anticipatamente la lezione (ca. 10 minuti prima) così da poter procedere alla disinfezione degli attrezzi e delle superfici (panchine negli spogliatoi, maniglie, interruttori, ...).

6616 Losone, 09 novembre 2020

Presidenza società SFG Losone