

**PROTOCOLLO MEDICO FIP
DELLE MODALITA' DI SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI NELLA
DISCIPLINA DELLA PALLACANESTRO NON PROFESSIONISTICA
PANDEMIA DA COVID -19
IN CONVENZIONE CON BASKET CLUB ARLUNESE**

Il seguente protocollo medico attuativo per pandemia da Covid-19 con nomina del Medico competente viene redatto in integrazione a quanto già stabilito dalle normative italiane vigenti e dalla FIP, per tutte le indicazioni non elencate nel presente protocollo si fa riferimento espresso alle norme e prescrizioni contenute nel DPCM, nelle linee guida della presidenza del Consiglio dei Ministri (17 maggio 2020, art. 1, lett. E) e nelle ordinanze regionali/comunali. Laddove le disposizioni contenute nel presente documento dovessero non essere in linea con le disposizioni nazionali o emanate dai competenti enti locali, quest'ultime s'intendono prevalenti. Aggiornato al 3/08/2020.

L'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri ha varato le linee guida per la ripresa delle attività sportive, a conclusione del lockdown conseguente all'emergenza epidemiologica. Le suddette linee guida contenute nei DPCM e nelle Linee Guida della Presidenza del Consiglio dei Ministri-Ufficio Sport n. 3180 del 04/05/2020 e del 17/05/2020 si basano sulle indicazioni fornite dal CONI e dal CIP che si sono avvalsi di uno Studio elaborato dal Politecnico di Torino. È stato richiesto alle Federazioni Sportive Nazionali di elaborare specifici protocolli di attuazione delle predette linee guida, allo scopo di disciplinare le modalità di svolgimento dell'attività sportiva per le rispettive discipline, tenuto conto dei coefficienti di rischio di contagio riportati nello Studio. Lo Studio classifica il rischio di contagio in relazione alle singole attività sportive, attraverso una classificazione progressiva elaborata "sulla base della numerosità di soggetti coinvolti, sul tipo di interazione tra i soggetti e sull'ambiente in cui tali attività vengono svolte". Il livello di rischio non è attribuito alla singola disciplina in sé, ma viene calcolato volta per volta sulla base delle modalità di svolgimento della stessa, distinguendo le diverse fasi dell'allenamento tra quelle che, ad esempio, prevedono l'interazione di due o più soggetti e/o la condivisione di attrezzature, quelle che possono essere svolte all'aperto o che necessitano di essere svolte al chiuso. Tali valutazioni prendono in considerazione tutte le persone funzionali all'allenamento e non soltanto gli atleti. Lo Studio evidenzia che la classificazione del rischio dev'essere calcolata su ogni specifica attività svolta (da classe da 1 a 8) secondo le diverse casistiche che possono presentarsi nello svolgimento di ogni attività di addestramento, al fine di adottare le necessarie azioni di mitigazione.

CLASSE TIPOLOGIA DESCRIZIONE

- 1 Singoli all'aperto: Il singolo atleta svolge attività individuale all'aperto
- 2 Singoli al chiuso: Il singolo atleta svolge attività individuale al chiuso
- 3 A turni di accesso alla sede sportiva, all'aperto: Un singolo atleta o un gruppo di atleti si alternano sul campo o nello stesso spazio o nell'utilizzo degli stessi attrezzi all'aperto
- 4 A turni di accesso alla sede sportiva, al chiuso: Un atleta singolo o gruppo di atleti si alternano sul campo o nello stesso spazio o nell'utilizzo degli stessi attrezzi al chiuso
- 5 Di squadra o singoli, con campo separato: Due o più gruppi di atleti/squadre si affrontano senza toccarsi

6 A coppie, all'aperto o al chiuso: Due atleti interagiscono fisicamente sul campo, con ripetuti contatti

7 Di squadra, con campo condiviso: Due gruppi di atleti/squadre si affrontano con contatto frequente

8 Assembramento e/o contatto continuo: Molti atleti si assemano nello stesso spazio in una fase della prestazione sportiva e/o nella pratica hanno un contatto continuo e molto ravvicinato con l'avversario

Alla luce delle conclusioni dello Studio, aderendo alle linee guida dell'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, si redige il protocollo della FIP per la ripresa degli allenamenti in sicurezza riferito alle società di pallacanestro non professionistiche maschili e femminili affiliate alla FIP, contenente le buone pratiche igienico sanitarie e le prescrizioni mediche cui tutti i tesserati della FIP devono attenersi rigorosamente. Si precisa altresì che si è adottato il principio prudenziale della ripresa graduale delle attività, sia in relazione alle modalità di svolgimento che ai carichi di lavoro, e che il protocollo potrà essere integrato, modificato alla luce di nuove disposizioni governative e/o dell'evoluzione dello stato di emergenza in atto.

Gruppi di destinatari

Il seguente protocollo è destinato a:

- Associazioni/Società Sportive non professionistiche maschili e femminili affiliate alla FIP e FIPIC;
- Dirigenti delle Associazioni e Società Sportive;
- Centri di allenamento federale;
- Palestre o palazzetti dello sport, campi all'aperto in cui si allenano le associazioni/società;
- Istruttori Minibasket, Allenatori, Preparatori fisici;
- Atleti;
- Medici sociali / Medici referenti.

Obiettivi del protocollo

Il protocollo persegue i seguenti obiettivi:

- a) ripresa degli allenamenti per gli atleti delle società non professionistiche maschili e femminili appartenenti alle diverse categorie federali, incluso 3x3, in regola con il tesseramento, nel rispetto dei principi fondamentali e delle norme igieniche generali e di distanziamento sociale, emanate dalle autorità governative in relazione all'emergenza epidemiologica in atto. Le linee guida per la ripresa e per lo svolgimento delle attività agonistiche verranno adottate in un secondo momento;
- b) definire delle linee guida semplici e pragmatiche per le associazioni/società sportive;
- c) garantire la sicurezza degli atleti e dei tecnici consentendo la ripresa completa degli allenamenti di pallacanestro, includendo il contatto salvo disposizioni diverse emanate a livello regionale.

Per quanto non espressamente citato nel presente protocollo, si fa riferimento al quadro normativo vigente ed ai Decreti della Presidenza del Consiglio dei Ministri emanati in relazione alla emergenza epidemiologica in atto.

1. **LA STRUTTURA, GLI AMBIENTI, GLI SPAZI:** la società sportiva deve individuare e verificare gli adempimenti di legge in materia di sicurezza nei luoghi di lavoro e per la revisione della disposizione degli spazi, arredi, attrezzature e percorsi, cartellonistica informativa relativa agli impianti sportivi.

Per tutte le indicazioni non elencate nel presente protocollo si fa espresso riferimento alle norme e prescrizioni contenute nei DPCM e nelle Linee Guida della Presidenza del Consiglio dei Ministri-Ufficio Sport n. 3180 del 04/05/2020 e del 17/05/2020 che rimangono fonte primaria.

- **Pulizia/sanificazione iniziale** (si cita a riferimento la circolare del Ministero della Salute del 22/05/2020);
- **Aerazione delle sale prima e dopo l'attività;** ove possibile l'aerazione naturale è vivamente consigliata.
- 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 settimanale dei filtri, I filtri HEPA necessitano di manutenzione particolare e specialistica in quanto capaci di filtrare e trattenere una grande quantità di aerosol. Il ricircolo dell'aria deve essere ridotto quanto più possibile, in favore dell'aerazione esterna.
- **Elaborazione di un piano d'ingresso** per evitare affollamenti mediante diversificazione dei percorsi e degli orari di atleti, tecnici, fornitori terzi. Nel caso in cui siano previsti più allenamenti successivi o se più gruppi di allenamento usano contemporaneamente una palestra, gli orari di allenamento devono essere coordinati in modo da evitare assembramenti ed incroci a inizio o fine allenamento. A tal proposito **deve essere prevista una pausa di 10 minuti per consentire che il cambio degli atleti avvenga senza alcun pericolo.**
- Attuazione di un piano che preveda un numero massimo di atleti, tecnici e eventuali manutentori, vie d'esodo e ingressi, misure di prevenzione in uso. **Il numero massimo di atleti che possono accedere contemporaneamente sul campo di gioco è di 16.**
- **Formazione di un orario giornaliero e settimanale** per organizzare la rotazione dei gruppi di atleti e avere una gestione dei turni di allenamento che tenda a non fare incontrare i diversi gruppi
- Messa a disposizione degli operatori sportivi dei **materiali di protezione e sanificazione** (gel igienizzante e mascherine).
- Messa in opera di **contenitori dedicati ai materiali potenzialmente infetti** (tali materiali vanno 3 trattati come materiale infetto categoria B (UN3291) corrispondenti al codice CER 18.01.03* HP9 e categoria ADR UN 3291).
- **Adeguamento alle normative anche durante le attività di assistenza sanitaria.** In particolare, il **fisioterapista deve essere sempre dotato dei dispositivi di protezione individuale e con la dotazione di primo intervento** (ghiaccio, tape, cerotti, ecc.), interviene in caso di infortunio che avviene sul campo di allenamento. In questo caso, si raccomanda fortemente che gli altri atleti e tecnici, siano a distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato. Nel caso in cui l'atleta infortunato non possa tornare ad allenarsi, deve indossare la mascherina chirurgica. Eventuali metodiche fisioterapiche strumentali, devono essere effettuate in un ambiente sanificato e dotato, oltre dei detergenti per le mani, anche di prodotti per la sanificazione dello strumentario che deve essere effettuata alla fine di

ogni trattamento e su ogni macchinario utilizzato. Il locale adibito ai trattamenti fisioterapici deve essere dotato di impianto di aereazione per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro e deve passare un tempo di almeno 15 minuti. Gli **atleti che devono effettuare terapie masso-fisioterapiche, devono avere guanti e mascherina chirurgica**. Il materiale di consumo, deve essere smaltito negli appositi contenitori.

- **Igienizzazione e disinfezione quotidiana di superfici e attrezzi.**
- **Igienizzazione e disinfezione dei locali e di tutte le parti di contatto** (maniglie, porte, sedie, tavoli, pavimenti, ecc.) che dovranno avvenire a cura del personale incaricato dalla Società (volontario o collaboratore) quotidianamente al termine delle sessioni di allenamento o prima dell'inizio della giornata successiva e/o di ogni sessione di allenamento. In particolare l'igienizzazione periodica dovrà prevedere l'utilizzo di prodotti ritenuti idonei allo scopo di abbattere l'attività del virus eventualmente depositato.
- Disponibilità di distributori di gel igienizzante nei locali di accesso per mani e presenza di saponi igienizzanti nei servizi.
- **Igienizzazione** effettuata con panni puliti in microfibra e inumiditi con una **soluzione clorata** (tipicamente ipoclorito di sodio in soluzione 0,1% in cloro attivo) oppure con **alcol etilico al 70/75%** con successiva asciugatura dopo una permanenza di 5 minuti del disinfettante).
- **Chiusura, al momento, di tutte le altre parte comuni (spogliatoi, aree ristoro ecc.) complementari al campo di gioco.**
- **Divieto di ammissione per accompagnatori e visitatori** nel luogo di allenamento (fatta eccezione per l'accompagnatore dell'atleta disabile).
- **Controllo obbligatorio della temperatura corporea** per gli ingressi.
- **Identificazione di un delegato alla vigilanza** del protocollo COVID-19 per il rispetto delle disposizioni.
- Il delegato alla vigilanza del protocollo COVID-19 fornisce la necessaria informazione agli atleti ed a tutti i frequentatori della palestra, nonché le regole d'uso degli impianti ed ha il compito di organizzare la vigilanza della struttura.
- **Identificazione dell'addetto all'igiene.**
- Si precisa che le mansioni possono essere cumulabili.

2. IL MEDICO COMPETENTE / RESPONSABILE DR.SSA BARBARA GOTTARDI AREAMEDICA22

Nel contesto generale di riavvio dell'attività sportiva in fase pandemica, è opportuno che il Medico competente, ove nominato, collabori con il gestore del sito sportivo/rappresentante dell'organizzazione sportiva (Società sportiva) nella attuazione delle misure di prevenzione e protezione previste dalle Linee Guida e dai Protocolli applicativi di riferimento.

Il Medico competente o il Medico Sociale o il Delegato per l'attuazione del Protocollo, in collaborazione con il Medico di riferimento, dovranno:

- visionare, analizzare, verificare ed eventualmente acquisire tutti i certificati per l'attività sportiva (agonistica e non) degli Operatori Sportivi, a tale proposito si richiede elenco di tutti gli operatori;
- acquisire e verificare le autocertificazioni che tutti gli Operatori Sportivi (tecnici, collaboratori, atleti) che accedono alla struttura avranno l'obbligo di compilare e consegnare prima della ripresa delle attività o comunque prima dell'accesso all'impianto;

- collaborare anche con il gestore del sito sportivo/rappresentante dell'organizzazione sportiva ed eventualmente con il servizio di prevenzione e protezione alla valutazione del rischio, alla predisposizione delle misure di tutela della salute degli operatori sportivi, alla formazione e all'informazione degli stessi.

La società sportiva BASKET CLUB ARLUNESE

nomina

la Dott.ssa Barbara Gottardi, Specialista in Medicina dello Sport, CF GTTBRR73B62H264U, iscrizione all'Ordine dei Medici e Chirurghi di Milano n° 37249, Direttore Sanitario di Areamedica22 s.r.l. come medico competente della suddetta società sportiva.

3. **CONTROLLO DEGLI OPERATORI SPORTIVI AL FINE DEL LORO IMPIEGO NELLE ATTIVITÀ:** A tutti gli Operatori Sportivi (tecnici, giocatori) sarà fornita un'apposita nota informativa contenente le indicazioni essenziali. In particolare, l'informativa riguarderà:

1. l'obbligo di rimanere presso il proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37,5°) o altri sintomi influenzali (tosse, difficoltà respiratoria, etc.) mettendone al corrente il proprio Medico di medicina generale e ove nominato il Medico competente o il Medico Sociale della Società che organizza l'attività;
2. l'obbligo di comunicare eventuali contatti con persone positive al virus avuti nei 14 giorni precedenti, rimanendo presso il proprio domicilio secondo le disposizioni dell'autorità sanitaria;
3. l'obbligo di avvisare tempestivamente e responsabilmente il datore di lavoro/gestore del sito/rappresentante dell'organizzazione sportiva dell'insorgere di qualsiasi sintomo influenzale, successivamente all'ingresso nel sito sportivo durante l'espletamento della prestazione, avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti;
4. l'adozione delle misure cautelative per accedere al sito sportivo e, in particolare, durante l'espletamento della prestazione:
 - a) mantenere la distanza di sicurezza;
 - b) rispettare il divieto di assembramento;
 - c) osservare le regole di igiene delle mani;
 - d) utilizzare adeguati Dispositivi di Protezione Individuale (DPI) laddove indicati.

Dovrà inoltre essere verificato che tutti gli atleti e allenatori che prendono parte alle attività siano in possesso di certificato Medico per l'attività sportiva agonistica o non agonistica in corso di validità in riferimento ai protocolli di legge e alle raccomandazioni della Federazione Medico Sportiva Italiana per le attività giovanili e dilettantistiche. Ove tali certificati risultino scaduti, il Medico competente o il Medico Sociale o il Delegato per l'attuazione del Protocollo, dovrà acquisire preventivamente i nuovi certificati. Qualora sulla base dell'autocertificazione (vedi allegato Autocertificazione) sia attestata la presenza di pregressa infezione da SARS-COV-2, gli Operatori Sportivi dovranno provvedere ad una nuova visita per il rilascio della certificazione d'idoneità sportiva, ove richiesta, nel rigoroso rispetto dei protocolli di legge, anche se in possesso di un certificato in corso di validità. In assenza di idoneo certificato o qualora lo stesso non sia in corso di validità e non sia stato opportunamente rinnovato non è consentito prendere parte agli allenamenti.

4. **CONTROLLO SUGLI ALTRI SOGGETTI OPERANTI ALL'INTERNO DELL'IMPIANTO SPORTIVO** Qualsiasi persona non coinvolta nella pratica sportiva ma impegnata a vario titolo in altre funzioni (a mero titolo esemplificativo segreteria, amministrazione, supporto

alle squadre di manutenzione, etc.), qualora debba svolgere la propria attività all'interno dell'impianto ha l'obbligo di indossare i dispositivi di sicurezza (mascherina e guanti) e di rimanere al proprio domicilio in caso di comparsa di febbre (oltre 37.5°) e/o altri sintomi influenzali, simil influenzali o comunque sospetti. Tali lavoratori/collaboratori che abbiano avuto una malattia confermata da SARS-COV-2 o contatti con soggetti dichiarati positivi all'infezione non saranno ammessi al luogo di allenamento se non dopo nulla osta del Medico Competente, del Medico Sociale, del Medico di Base, comprensiva di certificato di guarigione rilasciato da un infettivologo o dalla struttura di igiene pubblica delle ASL o ATS di competenza per i soggetti con pregressa malattia. Tutto ciò in accordo con le disposizioni inerenti la tutela della salute nei luoghi di lavoro nel rispetto delle disposizioni di sanità pubblica riferite ad ogni singolo caso.

5. **FORMAZIONE PRELIMINARE** Prima della ripresa delle attività dovranno essere fornite le necessarie informazioni al fine di formare tutti gli operatori sportivi, possibilmente attraverso incontri di formazione in modalità online o in riunioni in spazi adeguati con DPI e protezioni con formazione specifica protocollo in atto, risvolti medici e psicologici della ripresa delle attività per i bambini, ragazzi e adulti destinati agli operatori sportivi e allenatori. Altri programmi formativi avranno come destinatari tutti i soggetti impegnati a qualsiasi titolo nella ripresa delle attività ivi inclusi gli atleti e le loro famiglie. Lo scopo di tali momenti formativi è quello di fornire tutte le indicazioni necessarie al corretto svolgimento delle attività e al corretto utilizzo dei DPI e di altri materiali messi a disposizione nonché quello di illustrare i comportamenti individuali da tenere per limitare il rischio di contagio. Qualora non fosse possibile organizzare tali programmi formativi o nel caso in cui i soggetti interessati dovessero essere del tutto impossibilitati a prendere parte ai momenti formativi è comunque necessario, come già specificato, fornire le informazioni e le istruzioni utili.

6. **DISPOSIZIONI GENERALI NELLO SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITA'**:

L'accesso all'impianto sportivo dovrà essere limitato al minimo e sarà consentito ai soli operatori sportivi impegnati nell'allenamento (siano essi atleti, tecnici, dirigenti, collaboratori).

Eventuali accompagnatori (es. genitori o altri famigliari) non avranno accesso all'impianto. Per gestire correttamente il check-in degli atleti e l'espletamento di tutte le procedure di ammissione, dovrà essere individuato un punto di accoglienza. L'individuazione di tale punto dovrà garantire il distanziamento sociale di almeno 1 metro in caso di contemporanea presenza di più soggetti (se ciò non è possibile occorre prevedere anche barriere fisiche di separazione).

Il Medico competente o il Medico Sociale o, in loro mancanza, il Delegato per l'attuazione del Protocollo (o uno dei suoi collaboratori adeguatamente formato) prima che sia consentito l'accesso di qualsiasi operatore sportivo dovrà:

- verificare che sia stata acquisita l'**autocertificazione** (vedasi modello allegato al presente protocollo) debitamente compilata e sottoscritta. L'autocertificazione sarà consegnata al Medico Competente, cioè il Medico Sociale di cui all'art. 6 del Regolamento Sanitario della FIP oppure, qualora la figura del Medico Sociale non fosse prevista nell'organigramma societario, al Referente COVID-19. Il Medico Sociale o il Referente COVID-19 conserverà l'autocertificazione secondo le modalità previste dalla normativa sulla Privacy vigente.

- **Auto-monitoraggio clinico individuale** Nella fase successiva alla ripresa delle attività non si dovrà presentare l'autocertificazione e ciascuno sarà tenuto ad auto monitorarsi dal punto di vista clinico. Qualora in qualunque momento fosse rinvenuta la sintomatologia tipica da COVID 19, febbre oltre 37,5, presenza di tosse, dispnea, rinorrea, congiuntivite, faringodinia (mal di gola), iposmia (riduzione/assenza di olfatto), ageusia (riduzione/assenza di gusto), spossatezza e malessere generale, tutti i partecipanti dovranno ritenersi esclusi dalla partecipazione all'allenamento e darne notifica, tempestivamente, al Medico Sociale/Delegato alla vigilanza, al medico di fiducia o medico di base per l'attivazione delle procedure di indagine più approfondite.

- prendere nota delle presenze (in entrata e successivamente in uscita) Tali informazioni dovranno essere costantemente aggiornate e trasmesse al Medico competente o Medico Sociale ove incaricato, per opportuna conoscenza e, in caso di acquisizione da parte di persona diversa al Delegato per l'attuazione del protocollo. L'ingresso presso l'impianto sportivo non sarà consentito in caso di rilevamento di temperatura corporea superiore a 37,5° o di presenza di sintomi (vedi Addendum 1 e figura).

Nel caso un soggetto all'interno dell'impianto sportivo dovesse manifestare sintomi evidenti di contagio da SARS-COV-2, è necessario:

- provvedere al suo isolamento in un locale dedicato in attesa dell'intervento dei sanitari per l'espletamento delle procedure di soccorso e di sanità pubblica;
- richiedere assistenza immediata di un Medico;
- eseguire un'indagine epidemiologica per l'identificazione delle persone con cui il soggetto è entrato in contatto;

- pianificare una pulizia profonda e sanificazione dell'area d'isolamento dopo il suo utilizzo. Tutta la documentazione e le informazioni raccolte dovranno essere trattate nel rispetto della vigente normativa in tema di Privacy e trattamento dati personali. La documentazione dovrà essere conservata secondo le tempistiche previste dalle linee guida ministeriali.

Ciascun operatore sportivo (tecnico, atleta, collaboratore) che prenda parte alle attività dovrà essere munito di:

- appositi DPI (guanti monouso e mascherina da utilizzare sempre qualora non sia possibile mantenere un adeguato distanziamento sociale);
- gel igienizzante;
- bottiglia d'acqua/borraccia personale che dovrà essere utilizzata dal singolo soggetto, chiusa e riposta in apposito zaino/sacca;
- scarpe da utilizzare soltanto nel corso della seduta di allenamento e da indossare prima dell'inizio e cambiare al termine della stessa. Tutti gli oggetti personali adoperati nel corso della seduta, al termine dell'utilizzo, dovranno essere sempre riposti in un apposito zaino/sacca personale e successivamente igienizzati.

7. **ATTIVITÀ COINVOLGENTI MINORI O DISABILI CON ACCOMPAGNATORI** I genitori o familiari o tutor di minorenni devono compilare il modello di autocertificazione e sottoscriverlo. Possono accedere all'impianto sportivo esclusivamente i minorenni con autocertificazione mentre i genitori o familiari o tutor dei minorenni devono attendere al di fuori dell'impianto sportivo in aree specifiche determinate dalla società sportiva e rispettando le distanze di sicurezza. I genitori o familiari o tutor di tesserati con disabilità possono accedere nell'impianto sportivo esclusivamente per favorirne l'ingresso. Possono attendere in prossimità delle zone indicate loro anche in prossimità del campo rispettando le distanze di sicurezza solo se autorizzati dalla Società per specifico supporto all'attività.

Al fine di assicurare la massima sicurezza per la ripresa degli allenamenti, si forniscono ulteriori avvertenze specifiche per la **pallacanestro in carrozzina**:

- In caso di attività sportiva al chiuso, gli atleti deambulanti potranno accedere in palestra utilizzando scarpe apposite e mascherina. - Gli atleti che raggiungano il campo da gioco con la propria carrozzina personale, prima di entrare in palestra dovranno indossare la mascherina.

- Un addetto o in alternativa il tecnico, utilizzando gli appositi dpi, dovrà fornire ad ogni atleta la propria carrozzina da gioco (nel caso fossero all'interno di un magazzino).

- L'atleta non deambulante dovrà posizionare la propria carrozzina personale e le proprie cose in uno spazio riservato, ad almeno 2 metri di distanza da quelle dei compagni. Situazioni particolari di contatto tra atleta e tecnico/operatore:

- In caso di atleta non autosufficiente nei trasferimenti, da carrozzina personale a carrozzina da gioco e viceversa, il tecnico dopo aver indossato la mascherina, potrà aiutare l'atleta nel trasferimento per poi allontanarsi a distanza di sicurezza. Lo stesso atleta durante questa fase, dovrà indossare la mascherina per levarselo solo ed esclusivamente quando il tecnico si sarà allontanato.

- In caso di caduta a terra di un atleta, se non in condizione di rialzarsi in modo autonomo, il tecnico o un addetto potrà intervenire solo dopo aver indossato la mascherina ed averne fornita una all'atleta stesso. Tra le varie tecniche di risalita si consiglia di far ruotare il giocatore in posizione prona, di afferrare la struttura posteriore della carrozzina e quindi creare una leva favorevole per il riposizionamento. Così facendo si eviterà di toccare l'atleta e trovarsi faccia a faccia con lui. Nel caso in cui questo non sia possibile e ci sia bisogno di due persone per risollevarlo il giocatore posto in posizione supina, occorrerà che tutti siano muniti di mascherina durante ogni fase. Al termine sarà necessario igienizzarsi le mani.

Al termine dell'allenamento ogni atleta dovrà igienizzare la propria carrozzina da gioco e consegnarla ad un addetto che si occuperà di stoccarla nell'apposito spazio.

8. **GESTIONE INFORTUNI** Qualora dovesse verificarsi un evento traumatico nel corso della seduta di allenamento, o uno qualsiasi dei soggetti presenti all'interno dell'impianto dovesse necessitare di assistenza, dovranno essere osservate le seguenti disposizioni:

- le persone addette al primo soccorso sportivo (o gli addetti al soccorso aziendale) potranno avvicinarsi attuando le procedure previste, alla persona da soccorrere;
- il soggetto che interviene dovrà indossare mascherina e guanti e fornire gli stessi DPI al soggetto che necessita assistenza qualora questo ne sia privo nel momento in cui si verifica l'evento traumatico;
- tale soggetto (se si tratta di atleta verificare preventivamente la possibilità di ripresa dell'allenamento) se le condizioni lo permettono, dovrà essere accompagnato dal soccorritore in uno spazio destinato al primo soccorso per una più completa valutazione e l'eventuale trasporto presso il Pronto Soccorso;
- tutti gli altri presenti nell'impianto dovranno rispettare l'opportuno distanziamento.

In caso di trasporto presso il Pronto Soccorso, il Medico Competente qualora individuato, il Medico Sociale o il Medico di riferimento, se non presente presso la struttura, dovrà essere tempestivamente informato per permettere l'assistenza e il corretto monitoraggio.

9. **INDICAZIONI TECNICHE GENERALI E SPECIFICHE** In questa fase, l'attività proposta agli atleti dovrà avere come obiettivo:

- la ripresa della condizione mentale, motoria e fisica degli atleti;

- la ripresa del lavoro, sulle tecniche individuali ed alcune situazioni di lavoro, per collegare alcuni fondamentali di gioco;
- la ripresa degli allenamenti di pallacanestro che prevedono il contatto, soltanto nelle Regioni che lo hanno consentito con apposite ordinanze.

Quale attività si potranno fare e con quale caratteristiche?

- Tutte le attività motorie devono essere svolte con progressività di ritmo ed intensità.
- Tutte le forme di riscaldamento attivazione con giochi o esercizi individuali.
- Tutte le forme di esercizi individuali con il rispetto del distanziamento sociale e dove non sono previsti o prevedibili i contatti tra atleti.
- Tutti gli esercizi di gioco, sia tecnici che competitivi che prevedono il contatto, esempio 1c1, 2c2, 3c3, 2c1, 3c2, eccetera, nelle Regioni che, con apposito dispositivo normativo, lo consentono.

Come svolgere l'attività?

- Utilizzo di palloni sanificati all'inizio della seduta di allenamento e da sanificare alla fine della stessa.
- Mantenimento del distanziamento sociale di almeno 2 metri, da osservare anche nelle fasi di non gioco nei casi in cui è previsto il contatto (disposizione regionale che lo consente).
- Utilizzo scarpe dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita).
- Rispetto di 10 minuti tra le sessioni dei vari gruppi di allenamento.
- In campo si potranno allenare al massimo 16 giocatori/trici.

Nei territori delle Regioni che non hanno emanato disposizioni normative che consentono il contatto, si potrà fare riferimento alle tabelle di mitigazione del rischio già pubblicate nei precedenti protocolli, che di seguito si riportano

Tabella 1 Riscaldamento dinamico ed attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare ALL'APERTO (in aree di pertinenza)

Descrizione

Corsa, sprint, cambi di direzione, salti, affondi, ...

Con la carrozzina. Corse, cambi di ritmo nella spinta, sprint, cambi di direzione

Classificazione del rischio e azioni di mitigazione

Singolo atleta

Classificazione del rischio 1

Nessuna particolare precauzione da adottare.

Singolo atleta con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 3:

- Mantenimento delle distanze con conseguente distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da od in uso alle società parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di entrambi.

- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.).
- L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra e di un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche.

Gruppi di atleti con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 3

- Il numero massimo di atleti/e presenti contemporaneamente sul campo di gioco deve essere pari a 16. Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali e distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
- Considerare l'uso di supporti tecnologici per facilitare il mantenimento delle distanze di sicurezza (ad es. braccialetti dotati di sensore di prossimità in grado di segnalare la presenza ad una distanza predefinita di un altro soggetto che indossa un medesimo braccialetto).
- Turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza.
- Evitare disposizione in linea di atleti nelle fasi di corsa.

Tabella 1 Riscaldamento dinamico ed attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare AL CHIUSO (in arre di pertinenza o in uso alle società)

- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di tutti.
- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.).
- L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra e di un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche.

Singolo atleta

Classificazione del rischio 2

- Mantenimento delle distanze rispetto alle superfici verticali.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento.

Singolo atleta con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 4

Alle disposizioni per la medesima tipologia di attività all'aperto si aggiungono:

- Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- L'atleta dovrà munirsi di un paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra.

Gruppi di atleti con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 4

Alle disposizioni per la medesima tipologia di attività all'aperto si aggiungono:

- Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- L'atleta dovrà munirsi di paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra.

Tabella 2 Allenamento sui fondamentali ALL'APERTO (in aree di pertinenza od in uso od in uso alle società)

Descrizione

Esercizi di palleggio, tiro, ...

Classificazione del rischio e azioni di mitigazione

Singolo atleta

Classificazione del rischio 1

- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.

Singolo atleta con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 3

- Mantenimento delle distanze con conseguente distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di entrambi.
- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.).

Gruppi di atleti con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 3

- Il numero massimo di atleti/e presenti contemporaneamente sul campo di gioco deve essere pari a 16.
Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali e distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
- Considerare l'uso di supporti tecnologici per facilitare il mantenimento delle distanze di sicurezza (ad es. braccialetti dotati di sensore di prossimità in grado di segnalare la presenza ad una distanza predefinita di un altro soggetto che indossa un medesimo braccialetto).
- Turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza.
- Evitare disposizione in linea di atleti nelle fasi di corsa.
- Dovrà essere adottato un pallone per atleta che non potrà essere scambiato durante le fasi di allenamento.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di tutti.

- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.).
- L'atleta dovrà munirsi di: un materassino personale per gli esercizi a terra e di un asciugamano personale pulito per l'utilizzo delle macchine fitness e panche.

Tabella 2 Allenamento sui fondamentali AL CHIUSO (in aree di pertinenza od in uso od in uso alle società)

Singolo atleta

Classificazione del rischio 2

Alle disposizioni per la medesima tipologia di attività all'aperto si aggiungono:

- Mantenimento delle distanze rispetto alle superfici verticali.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento.

Singolo atleta con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 4

Alle disposizioni per la medesima tipologia di attività all'aperto si aggiungono:

- Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- L'atleta dovrà munirsi di un paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra.

Gruppi di atleti con sorveglianza di un tecnico

Classificazione del rischio 4

Alle disposizioni per la medesima tipologia di attività all'aperto si aggiungono:

- Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- L'atleta dovrà munirsi di paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra.

Tabella 3 Allenamento sui fondamentali e sulle collaborazioni

Descrizione

Esercizi di passaggio, esercizi sulle collaborazioni a 2 o 3 senza difesa

Classificazione del rischio e azioni di mitigazione

Gruppi di atleti con sorveglianza di un tecnico

ALL'APERTO (in aree di pertinenza od in uso od in uso alle società)

Classificazione del rischio 3 (in caso di contatto frequente tra giocatori diventa livello 7)

- Il numero massimo di atleti/e presenti contemporaneamente sul campo di gioco deve essere pari a 16. Formazione di gruppi chiusi e costanti mantenendo le distanze interpersonali e distanza di sicurezza del tecnico di metri 4.
- Considerare l'uso di supporti tecnologici per facilitare il mantenimento delle distanze di sicurezza (ad es. braccialetti dotati di sensore di prossimità in grado di segnalare la

presenza ad una distanza predefinita di un altro soggetto che indossi un medesimo braccialetto).

- Turnazione di atleti in modo da mantenere la distanza di sicurezza.
- Evitare disposizione in linea di atleti nelle fasi di corsa.
- Evitare che atleti si incrocino e abbiano contatti ravvicinati.
- Se l'allenamento viene effettuato con l'ausilio di attrezzi questi devono essere igienizzati prima e al termine dell'utilizzo da parte dell'atleta sotto la supervisione del tecnico.
- Igienizzazione delle mani al termine in caso di esercizi di passaggio.
- Utilizzo dei dispositivi di protezione prima dell'inizio e immediatamente al termine dell'allenamento da parte di tutti.
- È fatto stretto divieto di scambio di materiale personale (maschere, guanti, divise, ecc.).

AL CHIUSO (in aree di pertinenza od in uso od in uso alle società)

Classificazione del rischio 4 (in caso di contatto frequente tra giocatori diventa livello 7)

Alle disposizioni per la medesima tipologia di attività all'aperto si aggiungono:
alle società)

- Utilizzo continuo dei dispositivi di protezione da parte del tecnico.
- L'atleta dovrà munirsi di paio di scarpe da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra

10. **NORME DI IGIENE E COMPORTAMENTALI** Si ritiene opportuno infine ricordare a tutti gli Operatori Sportivi le norme comportamentali e di igiene della persona:

- Lavare frequentemente le mani utilizzando in alternativa gel igienizzanti, Prima, durante e alla fine della sessione di allenamento l'igiene delle mani rappresenta una misura primaria ed efficace di prevenzione.
- Indossare gli appositi DPI come da indicazioni. È sempre necessario indossare la mascherina qualora non sia possibile il rispetto delle distanze previste.
- Mantenere la distanza interpersonale di almeno 1m o superiore a seconda dell'attività che si sta svolgendo.
- Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani (con attenzione particolare nel corso della seduta di allenamento).
- Starnutire o tossire utilizzando fazzoletti monouso da smaltire subito dopo secondo le disposizioni, se non si ha a disposizione un fazzoletto starnutire nella piega interna del gomito.
- Per soffiarsi il naso è obbligatorio uscire dal rettangolo di gioco, avvicinandosi alla panchina o ad altra postazione fissa, disinfettare le mani, utilizzare un fazzoletto di carta, gettare il fazzoletto in apposito contenitore, disinfettare ancora le mani prima di rientrare in campo.
- Smaltire mascherine guanti in modo corretto, sigillandoli e gettandoli negli appositi contenitori.
- Prestare molta attenzione all'utilizzo di servizi igienici curando sempre l'igiene.
- Non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti ma ricordarsi di riporli sempre in appositi zaini/sacche igienizzando o lavando quanto adoperato.
- Non è permesso effettuare lo scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo quali a mero titolo esemplificativo bicchieri, maglie da allenamento, borracce, telefoni, etc

PROTOCOLLO MEDICO FIP DELLE MODALITA' DI SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI NELLA
DISCIPLINA DELLA PALLACANESTRO NON PROFESSIONISTICA - PANDEMIA DA COVID -19
IN CONVENZIONE CON _____

AGGIORNATO AL 03/08/2020

Bareggio,

Il Direttore Sanitario di Areamedica22 srl
Dott.ssa Barbara Gottardi

Il Presidente di _____

INFORMATIVA PER GLI ATLETI E GLI OPERATORI

A. PRIMA DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE

- Essere liberi dai sintomi per almeno 14 giorni prima di qualsiasi attività. • Resta a casa se sei malato o non ti senti bene.
- Lava e/o disinfetta spesso le mani.
- Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- Pratica regolarmente il distanziamento interpersonale
- Indossa una mascherina per ridurre l'esposizione alle particelle sospese nell'aria.
- Copri la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- Porta con te disinfettante per le mani e salviettine disinfettanti, borraccia personale da utilizzare per bere.
- Tieni un elenco delle persone con cui sei stato in contatto stretto ogni giorno.

B. DURANTE LE ATTIVITÀ SPORTIVE

- Astenersi dal partecipare a qualsiasi attività se si manifestano sintomi COVID-19.
- Rispetta tutte le norme consentite approvate nell'impianto sportivo.
- Lava e/o disinfettare spesso le mani.
- Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- Astenersi dai contatti stretti con altri partecipanti (abbracci, strette di mano ecc.)
- Pratica il distanziamento interpersonale il più spesso possibile.
- Indossa una mascherina mentre non stai svolgendo attività fisica o se la svolgi non mantenendo le distanze minime previste dalla normativa (2 metri o 5 metri a seconda dell'attività svolta).
- Copri la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- Porta con te disinfettante per le mani e salviettine disinfettanti.
- Smaltire correttamente i bicchieri, le bottiglie o gli utensili personali utilizzati.
- Tieni un elenco delle persone con cui eri in contatto durante l'attività.

C. DOPO LE ATTIVITÀ SPORTIVE

- Lava e/o disinfetta spesso le mani.
- Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- Monitora la tua salute e segnala eventuali sintomi dopo ogni attività.
- Pratica il distanziamento interpersonale il più spesso possibile.
- Indossa una mascherina per ridurre l'esposizione alle particelle sospese nell'aria.
- Copri la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- Lavare/disinfettare l'attrezzatura e l'abbigliamento utilizzati durante l'attività.

AUTOCERTIFICAZIONE BASKET CLUB ARLUNESE-AREAMEDICA22

Il/la sottoscritto/a _____

nato a _____ il / / _____

e residente in _____

In caso di atleti minori:

genitore di _____

nato a _____ il / / _____

e residente in _____

DICHIARO QUANTO SEGUE

In possesso del certificato idoneità sportiva agonistica/non agonistica con scadenza in data
 ____/____/____

SINTOMI RICONTRATI NEGLI ULTIMI 14 GIORNI

- Febbre > 37.5 SI NO
- Tosse SI NO
- Stanchezza SI NO
- Mal di gola SI NO
- Mal di testa SI NO
- Dolori muscolari SI NO
- Congestione nasale SI NO
- Nausea o vomito SI NO
- Perdita di olfatto e gusto SI NO
- Congiuntivite SI NO
- Diarrea SI NO
- Comparsa di puntini rosso sul corpo SI NO
- Arrossamento della base delle unghie delle dita SI NO

EVENTUALE ESPOSIZIONE AL CONTAGIO

- Contatti con casi accertati covid-19 (tampone positivo) SI NO
- Contatti con casi sospetti SI NO
- Contatti con familiari di casi sospetti SI NO
- Conviventi con febbre o sintomi (no tampone) SI NO
- Contatti con febbre o sintomi (no tampone) SI NO
- SI NO

PROVIENE DA UN VIAGGIO ALL'ESTERO? SI NO

FREQUENTAZIONE AMBIENTI SANITARI CON CASI ACCERTATI SOSPETTI SI NO

Se si dove IN PROVINCIA, IN REGIONE, IN ITALIA, ESTERO

ULTERIORI DICHIARAZIONI IN MERITO AL POTENZIALE RISCHIO DI ESPOSIZIONE AL COVID-19:

La presente autocertificazione viene redatta all'inizio della settimana, qualora, durante la settimana stessa, dovessero modificarsi anche solo una delle risposte sopra riportate è obbligatorio comunicare prontamente la variazione alla società sportiva e/o al medico incaricato dott.ssa Barbara Gottardi di Areamedica22.

Il/la sottoscritto/a come sopra identificato attesto sotto mia responsabilità che quanto sopra dichiarato corrisponde al vero consapevole delle conseguenze civili e penali di una falsa dichiarazione, anche in relazione al rischio di contagio all'interno della struttura sportiva ed alla pratica di attività sportive agonistiche (art. 46 D.P.R. n. 445/2000).

Autorizzo inoltre BASKET CLUB ARLUNESE E AREAMEDICA22 srl al trattamento dei miei dati particolari relativi allo stato di salute contenutied alla dsua conservazioni ai sensi del Reg.Eu 2016/679 e della normativa nazionale vigente.

Data ____/____/____

Firma _____