



**ASD  
GIOVANI IMPAVIDA VERNIO  
ASD  
VERNIO**



## **PROTOCOLLO ATTUATIVO PER LA RIPRESA DELLE ATTIVITA' PRESSO GLI IMPIANTI SPORTIVI DI "SERILLI" E "FONTE AL CIORNILO"**

Con il presente protocollo si forniscono in sintesi tutte le indicazioni generali fornite dalla FIGC/LND (del 10.08.2020) per la ripresa delle attività del calcio dilettantistico e giovanile in previsione della ripartenza delle competizioni sportive (amichevoli, tornei e campionati) finalizzate al contenimento dell'emergenza epidemiologica da COVID-19.

### **Disposizioni generali valide per chiunque abbia accesso all'impianto**

- obbligo di indossare la mascherina in modo che siano coperti correttamente bocca e naso;
- obbligo sanificazione delle mani che avverrà con apposito dispenser posto all'ingresso;
- obbligo di sottoporsi alla misurazione della propria temperatura corporea: in caso di temperatura pari o superiore a 37,5°C l'ingresso all'impianto non sarà consentito;
- obbligo di presentare un'autocertificazione attestante l'immunità da COVID-19 nei 14 giorni precedenti la data in questione (v. Modello autocertificazione FIGC in allegato);
- rispettare i percorsi diversificati di entrata ed uscita dall'impianto che saranno ben evidenziati;
- obbligo di informarsi sulle misure di prevenzione da COVID-19 (v. Addendum 1, Addendum 3).

### **Disposizioni specifiche per gli atleti e gli operatori sportivi**

- informarsi in modo specifico con i documenti forniti dalla società (Addendum 1, Addendum 2, Addendum 3);
- obbligo di indossare la mascherina nei momenti in cui non si svolge direttamente attività sportiva (obbligo tassativo invece per allenatori, dirigenti e giocatori che siedono in panchina);
- obbligo di fornirsi preventivamente di una borraccia/bottiglietta e di una sacca/borsa personale per il contenimento dei propri effetti, che comprendono una mascherina di riserva, tubetto di gel per le mani e asciugamano. Eventuale casacca data in dotazione deve essere lavata come tutto il resto del materiale da allenamento;
- prima di ogni gara, la squadra ospitante dovrà fornire ad arbitri e squadre ospiti un documento attestante l'avvenuta sanificazione dei locali e la garanzia del rispetto delle norme anti COVID-19. Si consiglia la precompilazione delle autocertificazioni di ogni singolo atleta/dirigente, al seguito della squadra.



**ASD  
GIOVANI IMPAVIDA VERNIO  
ASD  
VERNIO**



- prima di ogni gara, le squadre ospiti e gli arbitri dovranno consegnare alla squadra ospitante un documento attestante l'immunità e l'impegno nel rispetto delle norme anti COVID-19;
- l'ingresso in campo per le gare sarà scaglionato nel seguente ordine: arbitro – sq. ospitante – sq.ospite;
- prima delle gare sono vietate strette di mano e abbracci ed è obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza di almeno 1 metro anche durante il saluto al pubblico;
- accesso agli spogliatoi è consentito contemporaneamente a gruppi di 10 persone, mantenendo sempre la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro. Si accede alle docce a gruppi di 3 persone. La mascherina si toglie solo sotto la doccia. Il tempo massimo di permanenza negli spogliatoi è stimato per ragioni di sicurezza, complessivamente in 8 minuti.
- si invita, volontariamente, laddove possibile, ad effettuare la doccia presso la propria abitazione e non nell'impianto sportivo, in questo caso recandosi direttamente alla via d'uscita.

#### **Disposizioni specifiche per il pubblico**

- ogni spettatore che desidera partecipare alla visione di una gara dovrà occupare il proprio posto in tribuna, seguendo le indicazioni. Una volta sistemato non sarà possibile lo scambio di sedile con altri spettatori. Solo in caso di pubblico numeroso al seguito, si consiglia alla Società ospite di indicare le persone che saranno presenti all'evento;
- obbligo di mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro;
- obbligo di indossare correttamente la mascherina a protezione delle vie respiratorie;
- divieto di accesso al campo di gioco durante le sedute di allenamento; l'accesso al campo di gioco durante gli allenamenti sarà consentito solamente a genitori e/o tutor di bambini con disabilità o certificazioni mediche per validi motivi;
- nel caso di più gare nello stesso giorno, per l'accesso all'impianto sarà necessario attendere che tutto il pubblico presente alla gara precedente abbia lasciato l'impianto;

**CHI NON SI ATTIENE A QUESTE NORME SARA'  
ALLONTANATO DAL CAMPO SPORTIVO**

Si forniscono in allegato gli Addendum informativi (1-2-3) relativi alla diffusione di COVID-19 e il Modello di autocertificazione FIGC da compilare tassativamente per ogni ingresso agli impianti sportivi e da far pervenire alla società.



ASD  
GIOVANI IMPAVIDA VERNIO  
ASD  
VERNIO



## ADDENDUM 1

### MODALITÀ DI TRASMISSIONE DEL VIRUS SARS-CoV-2 E SINTOMI

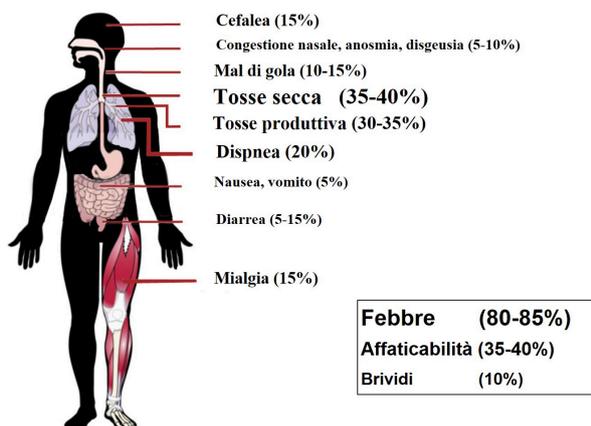
Il Virus SARS-CoV-2, nella circolazione dello stesso tra la popolazione generale o in gruppi ristretti, ha grandi probabilità di essere trasmesso da persona a persona tramite le goccioline respiratorie (droplets) espulse da naso e bocca dalle persone infette (aria espirata), tossendo, starnutando o anche solo parlando vicino ad un'altra persona. Questa modalità di trasmissione è la più frequente e rende la malattia molto contagiosa. Il contagio può avvenire anche attraverso:

- le mani, toccandosi con le mani contaminate bocca, naso e occhi;
- il contatto ravvicinato con persona infetta contagiosa (baciandosi, abbracciandosi o stringendosi le mani);
- il contatto con oggetti o superfici contaminate da goccioline respiratorie tramite un colpo di tosse o lo starnuto di una persona infetta.

Il virus non si trasmette attraverso la pelle (se le mani vengono a contatto col virus dopo uno starnuto di un'altra persona, la trasmissione può avvenire solo toccandosi la propria bocca, il naso o gli occhi). Quindi è necessaria la continua e corretta igiene personale e soprattutto delle mani.

I più comuni sintomi (vedi figura) sono: febbre, tosse, difficoltà respiratorie, mal di gola, stanchezza, respiro corto, disturbi gastrointestinali, perdita dell'olfatto e del gusto. Pertanto, in presenza anche di uno solo dei suddetti sintomi o di una sensazione di malessere generale o della febbre, per evitare di contagiare i compagni di squadra e altre persone, **non ci si dovrà in alcun modo recare al campo di allenamento e si dovrà restare in casa**, contattando telefonicamente il Medico di famiglia, il Medico Sociale attenendosi alle indicazioni ricevute riguardo agli obblighi delle autorità medico sanitarie.

#### *Presentazione clinica*





**ASD  
GIOVANI IMPAVIDA VERNIO  
ASD  
VERNIO**



## ADDENDUM 2

### **ANALISI DEI RISCHI SPECIFICI RIFERITI ALL'ALLENAMENTO E ALLE GARE DEL GIOCO DEL CALCIO (MASCILE E FEMMINILE) E ALLE ESERCITAZIONI MOTORIE TECNICO/DIDATTICHE DEL CALCIO GIOVANILE E DELL'ATTIVITÀ DI BASE**

L'attività di allenamento e le gare del gioco del Calcio si svolgono su un terreno di gioco della superficie media di circa 7000 m<sup>2</sup>. Il terreno è di regola un manto erboso o in materiale sintetico. In alcune realtà dilettantistiche, vi sono ancora terreni in sterrato. Il terreno di gioco può essere facilmente diviso in aree di dimensioni adeguate al tipo di esercitazioni da eseguire e che consentano il mantenimento delle distanze interpersonali specifiche per ogni diverso programma di allenamento. Per lo svolgimento di esercitazioni motorie riferite all'attività di base il terreno di gioco potrà essere suddiviso in aree di adeguate dimensioni che consentano la corretta attività tecnico/didattica in relazione al mantenimento delle suddette distanze interpersonali tra i calciatori e tra gli stessi e gli istruttori. Nelle sedute di allenamento del calcio partecipa mediamente un numero di almeno undici giocatori/giocatrici con una media massima di circa 22 elementi.

Sul terreno di gioco sono situate le due porte (in metallo, in legno o materiale sintetico) e le quattro bandierine delimitanti il rettangolo di gioco ai quattro angoli. Le probabilità di contatto del calciatore con le porte sono molto basse e non significative. Altre porte "mobili" di diverse dimensioni e adeguatamente ancorate al terreno, possono essere poste sul terreno di gioco per lo svolgimento di attività di allenamento o di base. I portieri hanno spesso l'abitudine di toccare la parte interna del palo nel prendere le distanze per un calcio di punizione.

Alcuni difensori tendono, per motivi di ordine tattico, ad appoggiarsi, in partenza, sul secondo palo più distante dal punto di battuta del calcio di punizione o del calcio d'angolo.

Il gioco del calcio comporta la necessità di toccare la palla con i piedi, con la testa e con le mani (in occasione delle rimesse in gioco e dei calci di punizione, corner e calci di rigore).

Il portiere può toccare la palla con qualsiasi parte del corpo. Non esistono evidenze scientifiche circa la possibile trasmissione di malattie infettive per via respiratoria veicolata da un pallone da calcio inteso come "veicolo inanimato" sia nelle attività ludico/motorie che in quelle sportive. Normalmente il portiere indossa guanti specifici per migliorare la presa e per attutire l'impatto del pallone. Alcuni portieri hanno conservato l'abitudine (frequente in passato con guanti di pelle, di sputare sui guanti per aumentare l'aderenza. Tale pratica non ha alcuna giustificazione tecnica e deve essere interdetta.

Il breve contatto con il corpo è tollerato entro i limiti del regolamento mentre afferrare la maglia o il pantaloncino viene sanzionato come azione fallosa questa azione è per questo non molto frequente. Tale eventualità è virtualmente assente nelle fasi di allenamento e nelle esercitazioni tecnico/didattiche delle attività di base.

Oltre alla maglia e ai pantaloncini il calciatore è obbligato a indossare, durante il gioco e gli allenamenti le scarpe da calcio, i calzettoni e i parastinchi.

L'allenamento e le gare di calcio giovanile e l'attività di base si svolge in impianti conformi alle norme indicate e necessita, in aggiunta, di specifici requisiti quali il possesso di idonee attrezzature oltre alla costante presenza di Istruttori/tecnici qualificati in numero adeguato.

Il calciatore/calciatrice, a seconda del ruolo e della specialità (Calcio, Futsal, Beach Soccer, attività di Settore Giovanile e di base), ha una probabilità diversa di contatto stretto ravvicinato con



**ASD**  
**GIOVANI IMPAVIDA VERNIO**  
**ASD**  
**VERNIO**



compagni di squadra o con avversari durante la gara o durante le esercitazioni di allenamento. A titolo esemplificativo, ci si riferisce ad uno studio dell'università di Aarhus, Danimarca che ha preso in esame 14 partite della Super League, e ha misurato i tempi di contatto interpersonali di tipo stretto. I centravanti sono i giocatori risultati più a rischio a causa di una maggiore quantità di momenti di contatto con altri calciatori. In media ogni giocatore resta a distanza ravvicinata con un altro per circa 90 secondi per partita. Gli attaccanti superano di molto questa media in quanto risultano esposti ad un contatto stretto per due minuti e mezzo totali, mentre i portieri hanno livelli di esposizione vicini allo zero.

Lavori svolti dalle Università di Eindhoven e Leuven suggeriscono che in caso di camminata a 4 km/h, un soggetto "in scia" dovrebbe mantenere la distanza di sicurezza di 5 metri per avere un'esposizione equivalente a quella di due soggetti fermi a 1.5 m di distanza; in caso di corsa a 14.4 km/h la distanza equivalente per due soggetti in scia è di circa 10 metri". Tuttavia, al contrario delle gare di corsa o di ciclismo i tempi medi di esposizione, nel calcio nel corso degli allenamenti e, ancor più, nel corso delle gare, a questo tipo di rischio è limitato.

Dai dati presenti in letteratura scientifica mediamente un calciatore di buon livello, percorre, nel corso di un'intera partita di circa 90 minuti mediamente 10/12 km totali. Mediamente, circa il 30% del tempo è rappresentato da momenti di pausa o, comunque ad attività a bassissima intensità. Soltanto il 10% della distanza totale è percorsa alla massima velocità tra i 14 e i 16 km/h (nei ruoli che comportano un maggior dispendio energetico e un maggiore impegno metabolico).

Nel Calcio Femminile inoltre i tempi medi di esposizione sono proporzionalmente ridotti al massimo di pochi secondi mediamente per scatti in velocità su distanze massime di 30/50 metri e quindi per un massimo di 8/10 secondi.

La corsa, tanto in allenamento che in gara non è "in scia" ma normalmente affiancata all'avversario (il fallo da dietro è regolarmente punito) Il corretto allenamento tende di regola a proporre esercitazioni individuali, a coppia o tra più giocatori che tendono a riprodurre le modalità di gara.

Le esercitazioni tipiche dell'allenamento non prevedono corsa ravvicinata "in scia" e nelle fasi di riposo la distanza interpersonale è normalmente sempre superiore a un metro (salvo momenti camerateschi dei calciatori e delle calciatrici soprattutto nelle pause per il recupero (bere e eseguire semplici esercizi defaticanti sul posto).

Le suddette condizioni di rischio relative alla corsa con elevato dispendio metabolico non si verificano nello svolgimento di esercitazioni tecnico/tattiche, sono di livello diverso nelle attività di calcio giovanile (a seconda delle fasce d'età di riferimento).

L'allenatore, l'istruttore di calcio giovanile e per le attività di base, e il preparatore atletico raramente sono costretti ad avvicinarsi ai calciatori ad una distanza inferiore a un metro in condizioni di riposo e anche nel corso delle esercitazioni in allenamento tale situazione è da considerarsi non frequente.

Gli addetti ai materiali lavorano rispettando normalmente le misure di distanziamento sociale utilizzando DPI (mascherine FFP2 o chirurgiche, guanti e tute da lavoro) in locali e percorsi separati per materiale sporco e pulito.

I Fisioterapisti e i medici lavorano a stretto contatto con i calciatori.

Ogni singola società sportiva, oltre ad adottare un proprio protocollo sulla base dei principi e prescrizioni indicati, è tenuto costantemente ad informarsi ed adeguarsi alle prescrizioni provenienti dalle disposizioni degli enti preposti ed adeguare tempestivamente le proprie attività in funzione delle norme.



**ASD  
GIOVANI IMPAVIDA VERNIO  
ASD  
VERNIO**



## ADDENDUM 3

### VADEMECUM RIASSUNTIVO DELLE “COSE DA FARE”

Assicurare sempre la presenza del Medico Sociale o del DAP, che verifichi il rispetto delle raccomandazioni elencate sopra elencate, prima, durante e al termine dell'attività sportiva per poter intervenire prontamente in caso di inadempienza.

#### **A. Prima delle attività sportive**

- Essere liberi dai sintomi per almeno 14 giorni prima di qualsiasi attività.
- Restare a casa se si è malati o non ci si sente bene.
- Lavare e/o disinfettare spesso le mani.
- Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- Praticare regolarmente il distanziamento interpersonale
- Indossare una mascherina per ridurre l'esposizione alle particelle sospese nell'aria.
- Coprire la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- Portare con sé disinfettante per le mani e salviettine disinfettanti.
- Tenere un elenco delle persone con cui è stati in contatto stretto ogni giorno.

#### **B. Durante le attività sportive**

- Astenersi dal partecipare a qualsiasi attività se si manifestano sintomi COVID-19.
- Rispettare tutte le norme consentite approvate nell'impianto sportivo.
- Lavare 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.)
- Praticare il distanziamento interpersonale nelle fasi statiche (finiti gli allenamenti, prima e dopo le partite, etc.).
- Indossare una mascherina mentre non si sta svolgendo attività fisica.
- Coprire la bocca e il naso con un fazzoletto o il gomito se si tossisce o starnutisce.
- Portare con sé disinfettante per le mani e salviettine disinfettanti.
- Smaltire correttamente i bicchieri, le bottiglie o gli utensili personali utilizzati.

#### **C. Dopo le attività sportive**

- Lavare e/o disinfettare spesso le mani.
- Non toccare il viso, gli occhi o la bocca con mani sporche.
- Monitorare la propria salute e segnalare eventuali sintomi dopo ogni attività.
- Praticare il distanziamento se richiesto (luoghi chiusi).
- Coprire 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.



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 riscontrati negli ultimi 14 giorni

Febbre >37,5°	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Tosse	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Stanchezza	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Mal di gola	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Mal di testa	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Dolori muscolari	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Congestione nasale	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Nausea	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Vomito	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Perdita di olfatto e gusto	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Congiuntivite	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
Diarrea	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>

#### Eventuale esposizione al contagio

<b>CONTATTI</b> con casi accertati COVID 19 (tampone positivo)	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
<b>CONTATTI</b> con casi sospetti	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
<b>CONTATTI</b> con familiari di casi sospetti	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
<b>CONVIVENTI</b> con febbre o sintomi influenzali (no tampone)	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>
<b>CONTATTI</b> con febbre o sintomi influenzali (no tampone)	SI <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>

#### Ulteriori dichiarazioni

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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 \_\_\_\_\_ (indicare la denominazione dell'associazione/società sportiva) al trattamento dei miei dati particolari relativi allo stato di salute contenuti in questo modulo ed alla sua conservazione ai sensi del Reg. Eu 2016/679 e della normativa nazionale vigente.

Data \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_