



**FEDERAZIONE
ITALIANA
GIUOCO
HANDBALL**

**PROTOCOLLO PER LA RIPRESA DELLE ATTIVITÀ DI
ALLENAMENTO NELLA PALLAMANO E BEACH HANDBALL**

in applicazione delle Linee-Guida dell'Ufficio per lo Sport della
Presidenza del Consiglio dei Ministri del 04 Maggio 2020 e 18 Maggio
2020 e del DPCM 26 Aprile 2020

PREMESSA

Il DPCM 08 Marzo 2020 disponeva che *“sono sospesi gli eventi e le competizioni sportive di ogni ordine e disciplina, in luoghi pubblici o privati. Resta consentito lo svolgimento dei predetti eventi e competizioni, nonchè delle sedute di allenamento degli atleti professionisti e atleti di categoria assoluta che partecipano ai giochi olimpici o a manifestazioni nazionali o internazionali”*.

Il successivo DPCM 01 Aprile 2020 imponeva che *“La lettera d) dell’art. 1 del decreto del Presidente del Consiglio dei ministri 8 marzo 2020 è sostituita dalla seguente: «d) sono sospesi gli eventi e le competizioni sportive di ogni ordine e disciplina, in luoghi pubblici o privati. Sono sospese altresì le sedute di allenamento degli atleti, professionisti e non professionisti, all’interno degli impianti sportivi di ogni tipo”*.

Infine il DPCM 26 Aprile 2020 disponeva *“Allo scopo di consentire la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da COVID-19, le sessioni di allenamento degli atleti, professionisti e non professionisti riconosciuti di interesse nazionale dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI), dal Comitato Italiano Paralimpico (CIP) e dalle rispettive Federazioni, in vista della loro partecipazione ai giochi olimpici o a manifestazioni nazionali ed internazionali - sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse, per gli atleti di discipline sportive individuali”*.

In ottemperanza a quanto disposto da quest’ultimo DPCM, il 04 Maggio 2020 l’Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri ha emanato delle specifiche linee guida recanti le *“Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali”*. Tale documento consentiva altresì *“che possano svolgersi allenamenti anche di atleti, professionisti e non, riconosciuti di interesse nazionale e internazionale, di discipline sportive di squadra, purchè questi si svolgano sempre in forma individuale”*.

Il 18 Maggio 2020 l’Ufficio per lo sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, ai sensi del DPCM 17 Maggio 2020, ha emanato le linee guida sulle *“Modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport di squadra”* per consentire *“la graduale ripresa delle attività sportive, nel rispetto di prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da COVID-19, le sessioni di allenamento degli atleti professionisti e non professionisti degli sport individuali”*

e di squadra, sono consentite, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, a porte chiuse”.

In base a tali documenti 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 devono prendere in considerazione tutte le persone presenti all'allenamento e non soltanto gli atleti.

I succitati documenti hanno, inoltre, affidato alle singole Federazioni Sportive Nazionali (FSN), olimpiche e paralimpiche, il compito di identificare gli atleti riconosciuti di interesse nazionale e internazionale, rilasciare ai medesimi apposita certificazione che possa essere esibita per l'accesso agli impianti, nonchè per tutti gli usi previsti, ivi compresa l'attività di controllo a cui sono preposte le Autorità locali e di definire *“appositi Protocolli di dettaglio che tengano conto tanto delle indicazioni del documento emanato, quanto delle specificità delle singole discipline e delle indicazioni tecnico-organizzative per garantire il rispetto delle indicazioni di sicurezza da parte dei gestori degli impianti di propria competenza, o delle associazioni e/o di qualunque altro soggetto di rispettiva affiliazione”.*

Il seguente Protocollo, redatto della Federazione Italiana Giuoco Handball (FIGH) in collaborazione con la Commissione Medica della FIGH sulla base dell'attuale quadro normativo e delle limitazioni in esso contenute, così come disposto dalle citate linee guida dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, ha come obiettivo quello di descrivere le condizioni tecnico-organizzative e igienico-sanitarie che, nell'ambito delle discipline della pallamano e del beach handball, devono essere rispettate per la ripresa degli allenamenti degli atleti d'interesse nazionale all'interno delle rispettive società sportive o nei centri di allenamento federale nel rispetto delle prioritarie esigenze di tutela della salute connesse al rischio di diffusione da COVID-19. Il protocollo potrà essere aggiornato in relazione ai futuri provvedimenti che verranno adottati dai competenti organi governativi, dal CONI, dal CIP e dal Consiglio Federale della FIGH in merito alla ripresa delle attività di allenamento per le altre

OPERATORI SPORTIVI AUTORIZZATI

La Federazione Italiana Giuoco Handball, in ottemperanza a quanto prescritto dalle direttive della Presidenza del Consiglio dei Ministri, provvede a trasmettere gli elenchi dei propri atleti di Interesse Nazionale al CONI, al CIP e all'Ufficio Sport del Governo.

La FIGH, per le attività di cui al presente "Protocollo", definisce atleti di interesse nazionale, tutti gli atleti/e tesserati/e per le Associazioni sportive partecipanti ai campionati nazionali (serie A1 e A2 maschile e femminile) come da elenchi forniti dalle medesime Associazioni attraverso email federale, per un numero massimo di n. 24 atleti tesserati per squadra.

Gli elenchi dovranno comprendere anche l'indicazione dei tecnici responsabili, dei collaboratori e del personale sanitario di supporto (medici, fisioterapisti) che fanno parte del cc.dd. "Gruppo Squadra". L'Associazione, inoltre, dovrà indicare il/i responsabile/i Covid-19 ed eventualmente il nominativo del medico sociale o medico di riferimento.

DEFINIZIONI

Nel presente Protocollo si fa riferimento alle definizioni riportate nel documento dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, Prot. 3180 del 03 Maggio 2020, al quale si rinvia per la definizione integrale, per:

- Operatore sportivo
- Sito sportivo
- Organismo sportivo
- Organizzazione sportiva
- Atleti di interesse nazionale
- Formazione a distanza (FAD)
- Telelavoro

SCOPO E DESTINATARI DEL PROTOCOLLO

Il seguente Protocollo ha lo scopo di consentire la ripresa graduale degli allenamenti della pallamano e del beach handball per gli atleti d'interesse nazionale 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 cercando di tutelare la sicurezza e la salute di tutti gli operatori sportivi.

Il Protocollo pertanto è destinato a:

- Associazioni/Società sportive affiliate alla FIGH;
- Centri di allenamento federale;
- Palestre o palazzetti dello sport in cui si allenano le associazioni/società sportive;
- Atleti
- Figure tecniche e sanitarie
- Medici Sociali
- Personale di supporto
- Eventuali accompagnatori
- Chiunque a qualsiasi titolo entri in contatto con l'operatore sportivo o frequenti anche occasionalmente il sito sportivo

RESPONSABILITÀ

La Federazione Italiana Giuoco Handball (FIGH) raccomanda a tutti gli operatori sportivi la massima collaborazione e la stretta osservanza delle regole indicate dalle Autorità istituzionali e dal presente Protocollo al fine di limitare al massimo la diffusione del contagio da COVID-19 e facilitare la ripresa delle normali attività sportive il più rapidamente possibile.

La FIGH non si assume alcuna responsabilità per eventuali infezioni da SARS-CoV-2 contratte durante il periodo di svolgimento degli allenamenti e raccomanda a tutti gli atleti appartenenti a categorie con maggior rischio correlato al contagio (cosiddette "fragili") di non partecipare ancora agli allenamenti o di parteciparvi solo dopo aver consultato il proprio Medico di Medicina Generale/ Medico Sociale/Medico dello sport e, in ogni caso, di rispettare scrupolosamente le direttive previste dagli specifici protocolli emanati dalle Autorità competenti ed utilizzare tutti gli opportuni DPI.

Tutti gli operatori sportivi, per poter accedere a qualsiasi sito sportivo, dovranno sottoscrivere l'apposito consenso informato predisposto dalla FIGH (Allegato 1).

CONTROLLO

Le Organizzazioni sportive/Associazioni/Società sportive, per consentire lo svolgimento dell'allenamento degli atleti di interesse nazionale identificati dalla FIGH presso le proprie palestre o palazzetti di riferimento (siti sportivi), dovranno preventivamente identificare una persona a cui vengano demandati i compiti di controllo del rispetto del presente Protocollo e più in generale di quanto disposto dai citati documenti (DPCM 08 Marzo 2020, DPCM 01 Aprile 2020, DPCM 26 Aprile 2020, Linee guida dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri 04 Maggio 2020 e 18 Maggio 2020), di seguito definito "Responsabile del Protocollo COVID-19".

Parimenti la FIGH, in occasione di allenamenti presso centri di riferimento federale, dovrà identificare un Responsabile del Protocollo COVID-19, preferibilmente tra i componenti la delegazione, incaricato del controllo del rispetto delle regole non solo presso il sito sportivo ma anche per il trasporto, la sistemazione alberghiera e quant'altro necessario per il corretto svolgimento dell'allenamento collegiale.

A titolo esemplificativo e non esaustivo, i compiti del Responsabile del Protocollo COVID-19 dovranno essere:

- verifica della misurazione della temperatura all'ingresso del sito sportivo
- verifica della disponibilità e corretto utilizzo dei DPI
- verifica delle procedure di accesso/uscita all'impianto
- raccolta delle autocertificazioni e dei consensi informati
- compilazione ed aggiornamento del registro degli ingressi
- verifica della corretta esecuzione dell'attività di pulizia e sanificazione
- verifica del corretto svolgimento dell'attività di allenamento con particolare attenzione al rispetto del distanziamento tra gli operatori sportivi
- verifica della predisposizione del materiale informativo

- attuazione delle procedure relative alla gestione dell'atleta sintomatico secondo le indicazioni del Medico Sociale/Medico dello sport

MATERIALE INFORMATIVO

L'organizzazione sportiva, attraverso apposita cartellonistica all'ingresso del sito sportivo, eventualmente integrata con le modalità ritenute più idonee ed efficaci (es. depliant, comunicazioni sul portale internet, messaggistica individuale, ecc.), informa tutti gli atleti, i componenti degli staff e chiunque entri nel sito sportivo sulle disposizioni delle Autorità e del Protocollo disposto dalla FIGH.

In particolare, le informazioni devono riguardare:

- la consapevolezza di non poter fare ingresso al sito sportivo laddove sussistano le condizioni di pericolo (sintomi di influenza, difficoltà respiratorie, rinorrea, temperatura superiore a 37.5°C, alterazioni del gusto o dell'olfatto, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, ecc.)
- l'obbligo per gli operatori sportivi di sottoscrivere il consenso informato (Allegato 1) e l'apposita autodichiarazione (Allegato 2) per poter accedere al sito sportivo per la prima volta
- l'obbligo di dover comunicare tempestivamente al Medico Sociale/Medico dello sport presente nel sito sportivo o, in sua assenza, al Responsabile del Protocollo COVID-19 l'eventuale comparsa dei sintomi suelencati nel corso della permanenza presso il sito sportivo o successivamente al primo accesso, ovvero alla sottoscrizione dell'autodichiarazione
- l'obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (superiore a 37.5°C) o altri sintomi influenzali e di contattare il proprio Medico di Medicina Generale/ASL di riferimento
- l'impegno a rispettare tutte le disposizioni delle Autorità competenti e del presente Protocollo nell'accedere al sito sportivo (con particolare riferimento al rispetto delle norme di igiene delle mani e sull'utilizzo dei DPI)

- l'obbligo di mantenere la distanza interpersonale di almeno un metro nei luoghi comuni, elevata ad almeno due metri durante lo svolgimento dell'attività sportiva (ulteriormente aumentata in funzione dell'intensità dell'attività svolta)
- modalità di utilizzo delle diverse strutture del sito sportivo (palestre, servizi igienici, sala medica, aree comuni, ecc.)

PULIZIA E SANIFICAZIONE DEI LUOGHI

Gli operatori sportivi possono utilizzare esclusivamente i seguenti spazi comuni all'interno del sito sportivo:

- campo di gioco / palestra;
- servizi igienici (previa specifica pulizia);
- sala pesi (ad accesso limitato e regolamentato);
- sala medica (ad accesso limitato e regolamentato);
- corridoi di transito per raggiungere le diverse aree comuni

Tutti gli altri spazi sono inibiti fino a diversa indicazione da parte delle Autorità competenti.

In considerazione del potenziale rischio di contagio che inevitabilmente caratterizza ogni sito sportivo, è necessario predisporre un piano specifico dedicato alle procedure e alla periodicità con cui effettuare pulizia e sanificazione delle attrezzature e delle aree precedentemente identificate. Per "pulizia" si intende la detersione con acqua e detergente; per "sanificazione" si intende invece la decontaminazione con apposite soluzioni disinfettanti. Nella scelta dei prodotti da utilizzare per la pulizia, in assenza di altre più recenti indicazioni da parte delle Autorità sanitarie, occorre tenere conto di quanto indicato nella Circolare n. 5443 del Ministero della Salute del 22 Febbraio 2020.

La periodicità della pulizia e della successiva sanificazione deve essere definita dal Gestore del sito sportivo secondo i seguenti parametri minimi:

- le superfici toccate più di frequente (porte, maniglie, finestre, tavoli, interruttori, servizi igienici, rubinetti, lavandini, sedie, ecc.) devono essere pulite almeno due volte al dì e sanificate almeno una volta al giorno
- gli strumenti personali di lavoro/attività sportiva devono essere puliti quotidianamente alla fine del turno di lavoro/allenamento dallo stesso operatore sportivo che li ha utilizzati, al quale il Gestore del sito sportivo deve mettere a disposizione idoneo detergente e fornire adeguata informazione
- gli attrezzi, i macchinari ed ogni attrezzatura comune (materassini, pesi, ecc.) devono essere puliti ad ogni cambio turno ad opera dell'organizzazione sportiva o del singolo operatore sportivo che li ha utilizzati
- tutte le aree comuni, come precedentemente identificate, ivi comprese anche le parti esposte dell'impianto di ventilazione, devono essere pulite ad opera dell'organizzazione sportiva dopo ogni seduta di allenamento
- al termine di ogni seduta di allenamento andrà effettuata una completa aerazione dei locali chiusi (palestre, sala pesi, sala medica, ecc.)
- gli eventuali impianti di condizionamento e filtrazione dell'aria andranno periodicamente controllati e correttamente mantenuti (ISS COVID-19 n. 5/2020 Rev. - Indicazioni ad interim per la prevenzione e gestione degli ambienti indoor in relazione alla trasmissione dell'infezione da virus SARS-CoV-2. Versione del 21 aprile 2020)
- nelle aree geografiche a maggiore endemia o negli impianti sportivi in cui si sono registrati casi sospetti di COVID-19, in aggiunta alle normali attività di pulizia, è necessario prevedere, alla riapertura, una sanificazione straordinaria degli ambienti, delle postazioni di lavoro e delle aree comuni, ai sensi della circolare n. 5443 del Ministero della Salute del 22 Febbraio 2020
- in ambienti dove abbia soggiornato un soggetto successivamente riconosciuto come COVID-19 positivo deve essere eseguito un intervento straordinario di sanificazione/decontaminazione secondo le disposizioni della richiamata circolare n. 5443 del 22 febbraio 2020 nonchè alla loro successiva ventilazione

Tutte le operazioni di pulizia devono essere condotte da personale che indossa idonei DPI. I relativi rifiuti prodotti (stracci, DPI monouso, ecc.) devono essere trattati ed eliminati come materiale potenzialmente infetto.

Al fine di ridurre il rischio di contagio e semplificare le operazioni di pulizia/sanificazione, nella palestra deve essere rimosso tutto l'arredamento non indispensabile (panchine, scrivanie, computer, cavi, ecc.).

All'interno del sito sportivo devono essere affissi documenti informativi sulle procedure e periodicità di pulizia e sanificazione degli ambienti, sui materiali utilizzati e sul protocollo di prevenzione del contagio da COVID-19 in vigore nell'impianto.

PROTOCOLLO SANITARIO PRELIMINARE

Per tutte le procedure non elencate nel presente Protocollo si fa espresso riferimento alle norme e prescrizioni contenute nei citati DPCM e nelle linee guida dell'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri del 04 Maggio 2020.

Prima della ripresa degli allenamenti individuali, tutti gli operatori sportivi dovranno sottoscrivere un'autodichiarazione (Allegato 2) attestante l'assenza di infezione da SARS-COV-2 e di rischi di contagio, per quanto di propria conoscenza. L'autodichiarazione sarà consegnata al Responsabile del Protocollo COVID-19, ovvero al Medico Sociale/di riferimento al momento della **valutazione sanitaria preliminare**, che la conserveranno secondo quanto disposto dalla vigente normativa sulla privacy.

Tutti gli Atleti devono essere in possesso della certificazione di idoneità agonistica (DM 18/02/82) in corso di validità.

Tutti gli operatori sportivi (atleti, allenatori, fisioterapista, accompagnatori) dovranno essere sottoposti ad una valutazione sanitaria preliminare a fini epidemiologici da parte del Medico Sociale/di riferimento, il quale deve:

- esaminare l'autodichiarazione (Allegato 2)

- eseguire l'indagine anamnestica individuale mirata in particolare alla identificazione di sintomi quali tosse, dispnea, rinorrea, congiuntivite, faringodinia (mal di gola), iposmia (riduzione/assenza di olfatto), ageusia (riduzione/assenza di gusto), spossatezza e malessere generale
- indagare su eventuali contatti con familiari che presentino sintomi riferibili ad infezione da SARS-CoV-2
- far compilare e sottoscrivere il questionario epidemiologico (Allegato 3)
- eseguire la visita medica generale se le condizioni di salute preesistenti possano causare una maggior suscettibilità all'infezione da SARS-CoV-2 (come nel caso di fattori predisponenti o malattie che riducono le difese immunitarie, malattie autoimmuni, terapia immunosoppressiva) o un aumentato rischio di complicanze (malattie cardiovascolari, diabete, malattie croniche dell'apparato respiratorio, insufficienza renale, ipertensione arteriosa)
- richiedere ogni altro esame o accertamento (compreso il tampone nasofaringeo per la ricerca dell'RNA e/o gli esami ematici per la ricerca degli anticorpi) ritenuto necessario per l'accertamento dello stato di salute dell'operatore sportivo e la prevenzione della diffusione del contagio, nel caso se ne ravvisi la necessità
- nel corso della visita sia il medico che il paziente devono indossare la mascherina chirurgica ed i guanti monouso

In base all'autodichiarazione ed alla visita medica gli atleti, così come disposto dalla FMSI, vengono divisi in due gruppi:

- Atleti COVID+ accertati e guariti e atleti che abbiano avuto sintomi riferibili all'infezione da COVID-19
- Atleti COVID- e atleti asintomatici nel periodo della pandemia

Per gli atleti del primo gruppo si rimanda a quanto disposto dal protocollo predisposto dalla FMSI per la ripresa dell'attività sportiva degli atleti e successivi aggiornamenti, eventualmente integrato a giudizio clinico, mentre per gli atleti del secondo gruppo non è

richiesto alcun ulteriore accertamento, salvo diverse valutazioni emerse nel corso della visita medica.

Tutti gli operatori sportivi hanno l'obbligo di auto-monitorarsi per sintomi correlati all'infezione da COVID-19 almeno una volta al giorno. Qualora presentassero segni o sintomi riconducibili ad una possibile infezione da COVID-19 (come sopra elencati) dovranno darne tempestiva comunicazione al proprio Medico di Medicina Generale/ASL di riferimento, al Responsabile del Protocollo COVID-19 e/o al Medico Sociale per le procedure previste dalla legge; successivamente ne dovrà essere data comunicazione al Medico Federale della FIGH.

TRASPORTO DEGLI OPERATORI SPORTIVI

È consigliabile richiedere agli operatori sportivi, per quanto possibile, di utilizzare mezzi di trasporto privati ed individuali, sia per accedere al sito sportivo, sia per gli spostamenti in ambito privato. È inoltre consigliabile ridurre quanto più possibile l'utilizzo di macchine comuni, car sharing e soprattutto dei mezzi pubblici, nel qual caso sarà necessario rispettare scrupolosamente le norme comportamentali previste dalle Autorità competenti. Nel caso in cui fosse necessario ricorrere a navette comuni valgono le medesime regole di distanziamento e prevenzione stabilite per i trasporti pubblici.

MODALITÀ DI INGRESSO NEL SITO SPORTIVO

All'interno del sito sportivo, per le sedute di allenamento, possono essere ammessi contemporaneamente i seguenti operatori sportivi, da intendersi come numero massimo:

- n. 10 atleti sia per la pallamano che per il beach handball (attività all'aperto)
- n. 2 tecnici
- n.1 medico
- n. 1 fisioterapista
- n. 1 Responsabile del Protocollo COVID-19
- n. 1 custode del sito sportivo

È raccomandata, ove possibile, una turnazione su gruppi fissi e riconoscibili di operatori sportivi, compresi eventuali accompagnatori, in un'ottica di tracciabilità delle presenze e delle interazioni tra soggetti presenti nel sito sportivo.

Non è ammessa la presenza di personale non direttamente coinvolto nell'attività sportiva, compresi eventuali visitatori, accompagnatori o spettatori; laddove fosse strettamente necessaria l'ammissione di alcune persone (ad esempio addetti al campo, manutentori, ecc.) si dovranno attenere scrupolosamente alle medesime modalità di accesso degli operatori sportivi e dovranno attendere, se possibile, il termine della seduta di allenamento.

Inoltre:

- Gli operatori sportivi, prima dell'accesso al sito sportivo, devono essere sottoposti al controllo della temperatura corporea, se tale temperatura risultasse superiore ai 37,5°C non sarà loro consentito l'accesso. I soggetti in tale condizione saranno momentaneamente isolati e forniti di mascherina, qualora non ne fossero già dotati; non dovranno recarsi al Pronto Soccorso e/o nella sala medica del sito sportivo, ma dovranno contattare nel più breve tempo possibile il proprio Medico di Medicina Generale/ASL di riferimento/Medico Sociale e seguire le sue indicazioni
- all'ingresso del sito sportivo è obbligatorio disinfettare le mani con gel a base alcolica che deve essere messo a disposizione dal Gestore del sito sportivo sia all'ingresso dello stesso che nei luoghi strategici di utilizzo
- l'accesso al sito sportivo deve essere organizzato/programmato al fine di evitare il rischio di creare assembramenti e interazioni tra gli operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita, soprattutto nel caso in cui siano previsti allenamenti di più gruppi di atleti pertanto a tale scopo:
 - deve essere previsto, ove possibile, un percorso di ingresso differente da quello di uscita
 - l'inizio di una seduta di allenamento deve essere differita di non meno di 20 minuti dalla fine della seduta precedente e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, sanificazione ed areazione

- l'ingresso nel sito sportivo è consentito al massimo 10 minuti prima l'inizio dell'allenamento e deve essere abbandonato nel minor tempo possibile dopo la fine dell'allenamento e comunque non oltre i 10 minuti successivi
- deve essere tenuto un registro quotidiano di tutti gli ingressi nel sito sportivo, in particolare deve essere segnata l'ora di ingresso ed uscita, il motivo dell'accesso (atleta, tecnico, fisioterapista, ecc.) e la firma dell'operatore sportivo; il Responsabile del Protocollo COVID-19 dovrà vigilare sulla completa e corretta compilazione del registro quotidiano degli ingressi ed è responsabile della sua conservazione
- è obbligatorio giungere al sito sportivo indossando già la tenuta di allenamento, evitando così il passaggio negli spogliatoi; analogamente al termine della seduta di allenamento è vietato l'uso dello spogliatoio e per il cambio di abiti possono essere utilizzati, se necessario, i servizi igienici; la doccia deve essere fatta presso il proprio domicilio o sistemazione alberghiera
- la riammissione nel sito sportivo di operatori sportivi già risultati positivi all'infezione da COVID-19 deve essere preceduta da una preventiva comunicazione al Medico Sociale (che dovrà successivamente darne comunicazione al Medico Federale) avente ad oggetto la certificazione medica da cui risulti la "avvenuta guarigione" rilasciata dal Dipartimento di Prevenzione territoriale di competenza; per le attività collegiali delle Squadre Nazionali tale comunicazione andrà indirizzata direttamente al Medico Federale

ATTIVITÀ CONSENTITE ALL'INTERNO DEL SITO SPORTIVO

- All'interno del sito sportivo sono consentite esclusivamente le attività strettamente necessarie all'allenamento fisico e tecnico in forma individuale
- all'interno dei siti sportivi non si può svolgere alcun meeting in presenza (analisi video, riunioni tecniche, riunioni di dirigenti), che devono essere eseguite da remoto attraverso apposite piattaforme FAD
- non è altresì consentito consumare alimenti od utilizzare gli spazi comuni per attività diverse da quelle programmate

Il Responsabile del Protocollo COVID-19 è autorizzato ad allontanare dal sito sportivo chiunque non rispetti quanto disposto dal presente Protocollo e dalle disposizioni delle Autorità competenti.

PRECAUZIONI IGIENICHE PERSONALI

- Lavarsi frequentemente le mani
- indossare i dispositivi di prevenzione del contagio individuali
- mantenere la distanza interpersonale come meglio di seguito specificato
- 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
- gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati
- 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 rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti
- bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate
- non consumare cibo all'interno dell'impianto
- evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE

Tutti gli operatori sportivi devono raggiungere l'impianto sportivo indossando una mascherina di tipo chirurgico e, possibilmente, guanti monouso.

La mascherina deve essere indossata dagli atleti anche nella fase di preparazione prima dell'inizio dell'allenamento e deve essere nuovamente indossata appena terminato lo stesso. Se

necessario interrompere momentaneamente l'allenamento per discutere di un aspetto tecnico con l'allenatore, l'atleta deve indossare la mascherina. Tutti i componenti dello staff, e comunque chiunque autorizzato ad accedere al sito sportivo, devono indossare la mascherina e, possibilmente, i guanti monouso per tutta la permanenza all'interno del sito sportivo. Fermo restando il mantenimento tra tutti gli operatori sportivi di un distanziamento interpersonale minimo di 2 metri come sancito dal DPCM 26 Aprile 2020 in tutte le fasi della seduta.

Tutti i dispositivi di sicurezza sopra menzionati devono essere smaltiti in maniera adeguata, pertanto l'organizzazione sportiva deve prevedere un sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine, guanti ecc.).

GESTIONE DELL'ATLETA SINTOMATICO

Durante lo svolgimento degli allenamenti chiunque manifesti sintomi (non evidenziati all'atto dell'ingresso nell'impianto) come febbre > di 37.5°C, tosse, sintomi respiratori anche apparentemente banali, disturbi gastro-intestinali, cefalea, astenia, disturbi dell'olfatto o del gusto, deve essere immediatamente isolato dal resto del gruppo e confinato in un'area appositamente predisposta nel sito sportivo, attivando le procedure di identificazione della problematica e mettendo in atto tutte le procedure di sanità pubblica obbligatorie.

L'operatore sportivo deve inoltre contattare nel più breve tempo possibile il proprio Medico di Medicina Generale/ASL di competenza/Medico Sociale e, successivamente, ne dovrà essere informato il Medico Federale.

Il Responsabile del Protocollo COVID-19 è tenuto a verificare immediatamente i contatti tra operatore sportivo Covid+ e gli altri utenti a mezzo del registro degli ingressi al sito sportivo ed è tenuto ad informare immediatamente tutti gli utenti che potrebbero esserci entrati in contatto.

Verranno inoltre attuate misure di emergenza per la sanificazione dell'intero sito sportivo, compreso l'impianto di aerazione.

MODALITÀ DI ALLENAMENTO

Negli Atleti d'élite, durante gli allenamenti intensivi e le gare, gli elevati flussi respiratori oronasali, con componente orale al 60%, compromettono l'azione di filtro dei microorganismi del tratto respiratorio superiore, favorendo l'inalazione profonda di molti irritanti, allergeni e agenti infettanti, compreso il SARS-CoV-2, che può giungere rapidamente e facilmente nelle aree più profonde dei polmoni (bronchioli alveolari e alveoli) e da lì iniziare la propria azione distruttiva. Inoltre i livelli di IgA salivare, importanti per contrastare le infezioni delle alte vie respiratorie, si abbassano negli atleti durante e dopo gli allenamenti e le gare. Infine, recenti lavori svolti dalle Università di Eindhoven e Leuven, nonché della FMSI, 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.

Sulla base di tali evidenze pertanto è necessario adeguare le distanze tra gli atleti e tra gli atleti ed i tecnici in funzione di tipo di attività svolta.

All'interno del sito sportivo ogni atleta deve disporre di uno spazio personale di almeno 4 m², chiaramente identificato, con una sedia per il riposo e la possibilità di appoggiare la borsa e i suoi effetti personali, le attrezzature ginniche e l'acqua.

È raccomandato, laddove possibile, lo svolgimento delle attività di allenamento in spazi aperti.

Ogni atleta deve essere dotato di un solo pallone ad uso personale ed esclusivo che deve essere sanificato all'inizio e al termine della seduta di allenamento.

L'uso della pece deve essere limitato al massimo, meglio se evitato completamente, vista l'oggettiva difficoltà di pulizia e sanificazione dei materiali su cui si deposita.

È espressamente vietato lo scambio di materiale personale e tecnico tra gli atleti.

È richiesto l'uso di calzature dedicate (da cambiarsi all'ingresso in palestra ed all'uscita).

Sul campo di allenamento potranno accedere al massimo 6 atleti contemporaneamente (3 per ogni metà campo), più due portieri, mantenendo sempre un distanziamento minimo di

2 metri. Nel caso di lavori in linea l'atleta deve lavorare sempre sulla stessa linea sia all'andata che al ritorno.

È responsabilità del Tecnico supervisionare che sia mantenuto il distanziamento di almeno 2 metri, non solo durante l'esercizio, ma anche nelle fasi di attesa.

Nella sala pesi possono accedere al massimo 2 atleti per volta, indossando sempre guanti monouso e mantenendo un distanziamento minimo di 2 metri. Tutti gli attrezzi impiegati (manubri, bilancieri, pesi, macchinari, ecc.) devono essere puliti dopo ogni singolo utilizzo da parte degli atleti e comunque sanificati almeno una volta al giorno.

In questa prima fase, l'attività proposta agli atleti dovrà avere come obiettivo la ripresa della condizione mentale, motoria e fisica.

In particolare, con il rispetto del distanziamento di almeno 2 metri, è consentito:

- eseguire tutti gli esercizi individuali, con e senza la palla, mirati alla riattivazione motoria, sviluppo muscolare e coordinazione
- l'allenamento sulle tecniche individuali ed alcune semplici situazioni di gioco
- l'allenamento di tiro della palla, anche verso la porta nella quale però non deve essere presente il portiere
- per le attività di riscaldamento dinamico, attività di coordinazione motoria e potenziamento muscolare per le quali sia richiesta la presenza di un tecnico o preparatore atletico quest'ultimo deve mantenere un distanziamento minimo di 4 metri ed indossare tutti i dispositivi di protezione individuali (mascherina chirurgica, guanti monouso e, possibilmente, occhiali protettivi o visiera)
- per le attività di corsa evitare la disposizione in scia tra gli atleti, in difetto il distanziamento interpersonale deve salire ad almeno 10 metri

Sono invece vietate:

- tutte le situazioni di gioco in cui gli atleti possano venire a contatto diretto o comunque a meno di due metri di distanza
- le situazioni di gioco 1 contro 1, 2 contro 2, ecc., neanche laddove "l'avversario" dovesse essere un tecnico/allenatore
- il passaggio della palla tra gli atleti compreso il tiro in porta in presenza del portiere

GESTIONE DELLE TERAPIE FISICHE E DELLA SALA MEDICA

- Il fisioterapista non può essere presente sul campo di allenamento ma deve rimanerne al di fuori, con mascherina chirurgica, guanti monouso, e possibilmente, occhiali protettivi o visiera
- in caso di necessità, tipo infortunio che avviene sul campo di allenamento o comunque all'interno del sito sportivo, il fisioterapista ed il Medico Sociale, se presente, possono intervenire per le misure di primo soccorso; gli altri atleti e i tecnici presenti devono mantenere una distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato, a meno di situazioni di emergenza; nel caso in cui l'atleta non possa tornare ad allenarsi, deve essere trasportato nella sala medica dal fisioterapista e dal Medico Sociale o, in sua assenza, da un tecnico (anch'esso dotato di mascherina chirurgica, guanti monouso e, possibilmente, occhiali protettivi o visiera); da questo momento l'atleta infortunato deve indossare nuovamente la mascherina chirurgica. Nella sala medica l'atleta infortunato deve essere monitorato e controllato dal sanitario e dovranno essere messe in atto tutte le procedure e/o accertamenti ritenuti necessari
- le 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
- alla fine di ogni trattamento il fisioterapista deve cambiare sia i guanti che la mascherina, mentre la visiera o occhiali protettivi devono essere sanificati
- i lenzuolini coprilettino devono essere usa e getta e il lettino deve essere sanificato dopo ogni trattamento
- nella sala medica può accedere solamente un atleta per volta, indossando sempre la mascherina chirurgica
- deve essere prevista una turnazione/programmazione tra gli atleti che necessitano di trattamenti fisioterapici al fine di evitare assembramenti

- il materiale di consumo utilizzato dal fisioterapista deve essere gettato negli appositi contenitori per i materiali potenzialmente infetti che devono essere forniti dal Gestore del sito sportivo
- la sala medica deve essere dotata di impianto di aereazione per il ricircolo dell'aria e tra un paziente e l'altro, al fine di effettuare la massima ventilazione possibile e per sanificare i macchinari e il lettino, deve passare un tempo di almeno 15 minuti
- la sala medica deve essere interamente sanificata almeno una volta al giorno

NOTE CONCLUSIVE

Per tutto quanto non espressamente indicato nel presente Protocollo si rimanda ai citati documenti delle Autorità competenti.

Essendo la normativa in continua evoluzione, anche il presente Protocollo potrà essere soggetto a modifiche, integrazioni ed aggiornamenti che saranno prontamente condivisi e pubblicati sul sito federale.

Allegato 1 – CONSENSO INFORMATO

Io sottoscritto _____

Nato a _____ (____) il ____/____/____

Residente a _____ (____) in Via _____

Documento _____ N° _____ Rilasciato da _____ il ____/____/____

SONO CONSAPEVOLE CHE

- la diffusione del Coronavirus COVID-19 è ancora in corso e che è stato dichiarato uno stato di pandemia mondiale dall'Organizzazione Mondiale della Sanità
- le attuali conoscenze scientifiche sul SARS-CoV-2 sono ancora incomplete
- la diffusione del virus avviene per via aerea con le goccioline del respiro (*droplets*) e per contatto da persona a persona e che il virus è dotato di elevata contagiosità, di conseguenza le Autorità sanitarie italiane raccomandano di mantenere il distanziamento sociale
- data la natura del virus, esiste un rischio di infezione da COVID-19 che potrei contrarre a seguito della frequentazione di ambienti chiusi (es. palestra) in presenza di altre persone
- i test attualmente disponibili per COVID-19 in alcuni casi potrebbero non rilevare il virus e che talvolta le infezioni hanno un decorso completamente asintomatico pertanto alcune persone che potrei frequentare potrebbero essere contagiose senza esserne a conoscenza
- che la FIGH ha predisposto un protocollo atto a ridurre il rischio di contagio sulla base delle attuali conoscenze scientifiche, delle linee guida e delle disposizioni delle Autorità competenti ma che potrei comunque contrarre l'infezione da COVID-19
- se dovessi essere contagiato dal COVID-19 potrei essere sottoposto ad una quarantena, ad un autoisolamento, a test aggiuntivi o a ricovero in ospedale

In caso di minori la dichiarazione deve essere firmata da entrambi i genitori

Consapevole di tutto quanto su esposto decido volontariamente ed in piena autonomia di entrare nella palestra/palazzetto/sito sportivo _____ sito a _____ in via _____ al solo scopo di riprendere l'attività sportiva attenendomi scupolosamente a quanto disposto dalle Autorità competenti e dalla FIGH.

In fede

Data: ____/____/____ Firma _____

Allegato 2 - AUTODICHIARAZIONE

Il sottoscritto _____

Nato a _____ (____) il ____/____/____

Residente a _____ (____) in Via _____

Documento _____ N° _____ Rilasciato da _____ il ____/____/____

ATTESTA

- di non aver avuto diagnosi accertata di infezione da COVID-19;
- di non avere in atto e non avere avuto nelle ultime settimane sintomi riferibili all'infezione da COVID-19 tra i quali temperatura corporea maggiore di 37,5°C, tosse, astenia, mialgie, diarrea, anosmia, ageusia
- di non aver avuto contatti a rischio con persone che sono risultate affette da coronavirus (familiari, luogo di lavoro, etc.)

In fede

Data: ____/____/____ Firma _____

In caso di minori la dichiarazione deve essere firmata da entrambi i genitori

Le informazioni di cui sopra saranno trattate in conformità al Regolamento UE n.2016/679 (Regolamento generale sulla protezione dei dati personali) per le finalità di prevenzione da Covid-19 di cui all'informativa resa ai sensi dell'art.13 del predetto Regolamento.

La presente autodichiarazione deve essere portata con sé unitamente ad un documento d'identità.

Il sottoscrittore si impegna a comunicare prontamente ogni qualunque variazione del quadro clinico al Medico Sociale e deve sospendere immediatamente l'attività

Allegato 3 – QUESTIONARIO EPIDEMIOLOGICO

Cognome _____ Nome _____

Nato a _____ (____) il ____/____/____

Residente a _____ (____) in Via _____

1. Dove hai trascorso/ stai trascorrendo l'isolamento _____

2. Sei entrato/a in stretto contatto (a meno di 2 metri di distanza o in ambiente chiuso come casa, sede di lavoro, mezzo di trasporto) con casi accertati di COVID-19? SI NO

3. Hai effettuato il tampone per COVID-19? SI NO
Se Sì, con quale esito? _____

4. Sei stato/a sottoposto/a ad un "isolamento domiciliare fiduciario"? SI NO

5. Sei stato/a ricoverato/a per infezione da COVID-19 sospetta o accertata? SI NO

6. Negli ultimi 60 giorni sei stato ricoverato per una malattia indipendente dal COVID-19? SI NO
Se sì, specifica quale _____

7. Negli ultimi 60 giorni hai manifestato uno o più dei seguenti sintomi: febbre, tosse, dispnea, mal di gola, congiuntivite, diarrea, stanchezza, indolenzimento e dolori muscolari, congestione nasale, naso che cola? SI NO
Se sì, specifica quale/i _____

8. Negli ultimi 60 giorni hai avuto necessità di contattare i numeri di emergenza e/o il medico di base e/o il medico sociale per segnalare eventuali sintomi di sospetta infezione da COVID-19? SI NO

9. Negli ultimi 60 giorni sei stato/a in una delle zone rosse? SI NO
Se sì, specifica quale _____

10. Negli ultimi 60 giorni hai assunto farmaci antivirali o anti-influenzali? SI NO
Se sì, quali? _____

Data: ____/____/____ Firma _____