



1. Premesse

1.1 Nuove condizioni quadro

Il presente piano di protezione è basato sulle nuove direttive del Consiglio federale del 8 settembre 2021 e sulle linee guida per i concetti di protezione elaborati dal DECS per l'utilizzo delle palestre scolastiche cantonali, da UFSPO/Swiss Olympic, rispettivamente in applicazione al piano di protezione per lo sport di massa nella disciplina della ginnastica elaborato della Federazione Svizzera di Ginnastica.

L'esercizio di un'attività sportiva o culturale all'aperto non è più soggetto ad alcuna restrizione. Al chiuso invece l'accesso sarà limitato a chi è in possesso di un certificato Covid accompagnato da un documento di identità. (Questa restrizione non varrà per i gruppi a composizione stabile di al massimo 30 persone che si allenano o si esercitano regolarmente insieme in locali separati).

Tutte le persone di età pari o superiore a 16 anni che partecipano ad un corso, gara o ad un evento della Federazione Svizzera di Ginnastica e dell'Associazione Cantonale Ticinese di Ginnastica **dovranno presentare un certificato Covid accompagnato da un documento di identità**. Ulteriori informazioni e dettagli saranno indicati nei relativi piani di protezione pubblicati unitamente ai programmi dei corsi, competizioni e manifestazioni.

Il certificato Covid viene rilasciato a tutte le persone vaccinate, guarite o risultate negative. Per maggiori informazioni sull'ottenimento del certificato [clicca qui](#).

1.2 Obiettivi

L'obiettivo è la messa in atto dell'attività sportiva nel rispetto delle direttive sanitarie/epidemiologiche emanate dall'ufficio federale della salute pubblica (UFSP).

La responsabilità della messa in atto dei piani di protezione è di tutti gli attori coinvolti: dirigenza, monitori, ginnasti.

2. Principi di carattere generale nello sport

Il presente piano di protezione si basa sui principi generali di prevenzione contro la diffusione del coronavirus, questi principi sono:

- A. Partecipazione a gare e allenamenti solo in assenza di sintomi
- B. Mantenere le distanze
- C. Rispetto delle norme di igiene dell'UFSP
- D. Lista delle presenze (tracciabilità di eventuali stretti contatti – Contact Tracing)
- E. Obbligo di indossare la mascherina
- F. Indicazione della persona responsabile, rispetto del piano di protezione



3. Principi di carattere generale nello sport

A | Nessun sintomo in allenamento



Ginnasti e monitori che presentano sintomi di malattia non sono autorizzati a partecipare agli allenamenti. Sono tenuti a restare a casa rispettivamente a isolarsi, sono pregati di prendere contatto con il proprio medico curante e seguire le sue indicazioni: il gruppo di allenamento deve essere immediatamente informato dei sintomi in questione.

B | Mantenere le distanze



Accesso all'infrastruttura sportiva

Solo le persone indispensabili all'allenamento hanno accesso all'infrastruttura sportiva.

Durante gli allenamenti solo le seguenti persone possono accedere all'infrastruttura: **monitori, ginnasti, funzionari, personale di pulizia.**

Gli accompagnatori e le persone esterne (genitori, parenti, amici, ...) possono accedere unicamente in casi straordinari (**urgenza / necessità**) indossando una mascherina.

Allenamenti

Organizzazione:

- ginnasti e monitori **arrivano in palestra indossando la mascherina** generalmente poco prima dell'inizio dell'allenamento (circa 5 minuti);
- **i ginnasti arrivano in palestra già pronti per l'allenamento.** (spogliatoi e docce sono utilizzabili in accordo con i monitori responsabili)
- al termine dell'allenamento, ginnasti e monitori **lasciano l'infrastruttura sportiva indossando la mascherina**, a meno che siano coinvolti anche nella sessione di allenamento successiva;
- al fine di evitare che più gruppi di allenamento si ritrovino insieme, è da prevedere un tempo di attesa tra differenti blocchi di allenamento; **l'incrocio tra gruppi diversi è da evitare.**

C | Rispetto delle norme di igiene



Igiene personale

Prima e dopo l'allenamento:

all'entrata e all'uscita della palestra, tutti devono disinfettare le mani o lavarle molto bene.

Attrezzi

Ginnastica Attrezzistica

La pulizia/disinfezione degli attrezzi non è sostanzialmente possibile per ragioni di materiali o di sicurezza (preparazioni con la magnesia): per ciò che può essere pulito/disinfettato va fatto regolarmente.

Gymnastique

Le ginnaste utilizzano i propri attrezzi e li puliscono regolarmente; eventuali attrezzi utilizzati in comune devono essere disinfettati dopo ogni sessione di allenamento.

Infrastruttura

- La pulizia degli spazi dell'infrastruttura sportiva è effettuata in accordo con i gestori delle infrastrutture utilizzate.
- Gli spogliatoi (docce comprese) sono messi a disposizione per cambiarsi prima e dopo l'attività. Prima e dopo l'attività ogni gruppo deve disinfettare le superfici di contatto con le mani dello spogliatoio (panchine, appendiabiti, maniglie, ecc.).

- **Tutto il materiale sportivo** (tappetini inclusi) di proprietà della struttura **deve essere sanificato dopo l'utilizzo da parte di ogni gruppo.**
- Al termine di ogni allenamento ogni gruppo che lascia la struttura **deve pulire anche le superfici di contatto:** maniglie delle porte, bottoni per l'accensione delle luci, ecc.
- In caso di occupazione della palestra (unità di campo) da parte di più gruppi di persone (indipendentemente se della stessa società sportiva o società sportiva diversa), alla fine dell'allenamento di un gruppo dovrà essere garantita la sanificazione come esplicitato nei punti precedenti. **Evitare l'incrocio tra gruppi diversi.**

D | Lista delle presenze



Secondo le disposizioni delle autorità sanitarie, **i contatti stretti devono poter essere ricostruiti a ritroso per 14 giorni.**

A questo scopo deve essere tenuta dai monitori una lista presenze che indichi nominativamente gli orari di presenza rispettivamente di composizione dei gruppi di allenamento.

Tali liste devono essere sempre aggiornate, conservate ed essere immediatamente a disposizione se richieste.

E | Obbligo di indossare la mascherina



L'obbligo di indossare la mascherina durante la pratica sportiva è abolito.

L'obbligo di indossare la mascherina rimane in vigore in tutti gli spazi chiusi dove non viene praticata l'attività sportiva (entrata, corridoi, spogliatoi, bagni,...) per tutti a partire da 12 anni.

I ginnasti devono indossare la mascherina all'entrata in palestra, la tolgono per l'allenamento e la rimettono alla fine dello stesso per uscire dalla palestra.

I bambini sotto i 12 anni sono esenti dall'obbligo di indossare la mascherina.

Monitori e aiuto monitori

L'uso della mascherina è obbligatorio anche durante la pratica sportiva se non è possibile rispettare il distanziamento di 1,5 m.

F | Indicazione della persona responsabile, rispetto del piano di protezione



Il responsabile del piano coronavirus:

- è incaricato della messa in atto e del rispetto del piano di protezione;
- informa tutte le persone coinvolte delle presenti disposizioni;
- è interlocutore all'interno e all'esterno per quanto concerne il piano di protezione;
- si assicura che le regole di comportamento di Swiss Olympic (manifesto) siano affisse all'entrata e in altri luoghi opportuni nell'infrastruttura.

I monitori:

- applicano il presente piano di protezione pianificando gli allenamenti nel rispetto dei sei principi generali di prevenzione

Tutti:

- si attengono alle regole di distanziamento e alle misure di igiene in vigore;
- si disinfettano le mani o le lavano molto bene quando arrivano o lasciano l'infrastruttura sportiva;
- applicano attentamente le regole del presente piano di protezione, dando prova di spirito di solidarietà e grande responsabilità.

Il presidente della società è l'istanza responsabile del piano coronavirus:

Venanzio Menghetti / +41 79 423 83 31 - presidente@sfgvdv.ch

4. Comunicazione

Il comitato direttivo della SFG Valle del Vedeggio comunica il presente piano via e-mail a tutte le istanze coinvolte:

- Monitori
- Ginnasti e genitori tramite i monitori
- Gestori delle infrastrutture sportive interessate

I monitori:

- comunicano ai ginnasti l'organizzazione degli allenamenti (giorni, orari, gruppi, ...)
- comunicano le nuove disposizioni verbalmente e/o per iscritto a tutti i ginnasti



Il Consiglio federale estende l'obbligo del certificato 08.09.2021

Dal **13 settembre** il certificato COVID è obbligatorio nei seguenti luoghi (a partire dai 16 anni):

Ristorazione al chiuso

- Ristoranti e bar
- Discoteche e sale da ballo

Il certificato COVID è accessibile a tutte le persone **vaccinate**, **guarite** o risultate **negative al test**. Può essere presentato in forma elettronica (app) o cartacea.

Cultura, sport e tempo libero al chiuso

- Musei e biblioteche
- Strutture per il tempo libero
- Giardini zoologici
- Sale da gioco
- Centri fitness e strutture sportive
- Allenamenti*
- Piscine coperte e parchi acquatici
- Prove musicali e teatrali*

Manifestazioni al chiuso*

- Teatri e cinema
- Eventi sportivi
- Concerti
- Eventi privati in luoghi pubblici (p. es. matrimoni)

Grandi manifestazioni all'aperto

- Manifestazioni con più di 1000 persone

***Eccezioni:** prove e allenamenti in gruppi fissi (max. 30 persone), manifestazioni religiose, manifestazioni per la formazione dell'opinione politica e gruppi di auto-aiuto (max. 50 persone).

Mondo del lavoro: i datori di lavoro possono inserire l'obbligo del certificato nei piani di protezione previa consultazione dei lavoratori.

Scuole universitarie: la decisione sull'obbligo del certificato compete a Cantoni e scuole universitarie.

L'elenco è esemplificativo e non esaustivo. Per i dettagli vedere l'ordinanza COVID-19 situazione particolare.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation

Bundesrat
Conseil fédéral
Consiglio federale
Cunsegl federal
Federal Council