



Federazione Italiana Giuoco Squash

## PROTOCOLLO DELLE MODALITA' DI SVOLGIMENTO DEGLI ALLENAMENTI INDIVIDUALI DI SQUASH





**FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH**

## **PROTOCOLLO PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE DELLO SQUASH**



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

### PREMESSA

Il 21 maggio 2020 l'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, in ottemperanza a quanto disposto dal DPCM del 17 maggio 2020, art. 1 lettera f), ha emanato le "linee guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere", volte a fornire le indicazioni generali e le azioni di mitigazione necessarie ad accompagnare la ripresa dello sport, a seguito del lockdown per l'emergenza Covid-19, alle quali devono attenersi tutti i soggetti che gestiscono, a qualsiasi titolo, siti sportivi, o che comunque ne abbiano la responsabilità e costituiscono il quadro di riferimento anche per le ulteriori indicazioni fornite in materia a livello regionale.

Il documento ha l'obiettivo di costituire un indirizzo generale e unitario e ha carattere temporaneo e strettamente legato all'emergenza. Esso è declinato per le singole discipline sportive dalle rispettive Federazioni sportive nazionali, dalle Discipline sportive associate e dagli Enti di promozione sportiva, riconosciuti dal CONI e dal CIP, tramite appositi protocolli applicativi.

La Federazione Italiana Giuoco Squash, in riferimento a tali Linee Guida, ha predisposto il presente Protocollo per l'attività sportiva di base dello squash.

Per quanto non specificatamente previsto nel presente protocollo si fa espresso riferimento alle norme e alle prescrizioni contenute nei DPCM e nelle "Linee Guida per l'Attività Sportiva di Base e l'Attività Motoria in Genere, emanate ai sensi del DPCM del 17 maggio 2020, art. 1 lettera f) .



### **ATTIVITA' SPORTIVA E DI SUPPORTO**

L'attività sportiva di base dello squash si svolge individualmente, con l'assistenza di personale di supporto (Accompagnatori, Tecnici, ecc., al massimo uno per ogni atleta) o con l'assistenza, in campo, di un Tecnico Federale, regolarmente iscritto all'abito dei Tecnici Federali, appositamente formato dalla Figs. Il personale di supporto non può, in nessun caso, entrare in campo. Un campo da squash può essere occupato da un solo giocatore o da un giocatore "assistito" da un Tecnico Federale, nel rispetto delle seguenti normative e, per quanto non contemplato dal presente Protocollo, in ottemperanza a quanto disposto dalle "Linee Guida per l'Attività Sportiva di Base e l'Attività Motoria in Genere, emanate ai sensi del DPCM del 17 maggio 2020, art. 1 lettera f) .

L'attività di supporto all'attività sportiva di base di squash, si svolge all'aperto nel rispetto delle vigenti normative in materia di tutela della salute connessa al rischio di diffusione da Covid-19.

### **ORGANIZZAZIONE DELL'ATTIVITA'**

- Gli atleti, i tecnici e il personale di supporto, per poter accedere agli impianti, devono preventivamente prenotare, con le modalità indicate dal datore di lavoro/gestore dell'impianto/legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva, l'orario della sessione nella quale intendono svolgere il proprio allenamento. Per gli atleti minorenni la prenotazione deve essere fatta dai genitori o da chi ne fa le veci o da chi da questi appositamente delegato.

In ogni caso è consigliato l'utilizzo di soluzioni tecnologiche che consentano la possibilità di tracciarne l'accesso alle strutture per il tramite di applicativi WEB, o applicazioni per device mobili. Queste soluzioni consentiranno di meglio regolamentare l'accesso alle strutture con appuntamenti prenotabili in anticipo per evitare il rischio di assembramenti o il mancato rispetto delle misure di distanziamento e di divieto di assembramenti, con particolare riferimento alle aree più a rischio (reception, hall, sale di attesa, percorsi di accesso agli impianti, ecc....);

- Il datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva, dovrà provvedere a fornire una completa informazione per tutti coloro che intendono accedere all'impianto, a qualsiasi titolo, nonché predisporre piani di evacuazione



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

che evitino aggregazione in caso di necessità e/o urgenza di lasciare i siti o loro parti (ad esempio, campi da gioco).

A tale scopo, si consiglia di stampare ed affiggere le schede informative allegate al presente Protocollo.

- gli orari di inizio e di durata delle sessioni di allenamento sono stabiliti dal datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva;
- Gli atleti, i Tecnici ed il personale di loro supporto, al momento del primo ingresso all'impianto, dovranno consegnare:
  - una dichiarazione, dagli stessi sottoscritta (allegato 1), con la quale attestano di aver preso visione del presente protocollo e di impegnarsi a rispettare quanto dallo stesso previsto;
  - una dichiarazione dagli stessi sottoscritta (allegato 2), con la quale attestano di sottoporsi, quotidianamente ed autonomamente, alla misurazione della temperatura corporea e, qualora dovesse risultare superiore a 37,5°, si impegnano a rimanere al proprio domicilio e a contattare il medico di famiglia e l'autorità sanitaria e ad informare tempestivamente il Presidente della propria Associazione/Società Sportiva;
  - una dichiarazione dagli stessi sottoscritta (allegato 3), con la quale attestano di non essere risultati positivi al Covid-19; di non essere stati a stretto contatto con persona affetta da Covid-19; di non aver avuto sintomi riconducibili al Covid-19 negli ultimi 15 giorni;
- il datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva, o chi da questi delegato, provvederà ad organizzare le presenze nel rispetto degli obiettivi prefissati ed in modo da evitare assembramenti all'inizio e al termine delle sessioni di allenamento. A tal proposito, per consentire che l'avvicendamento degli atleti avvenga senza alcun pericolo, si dovrà prevedere una pausa di 15 minuti tra una sessione di allenamento e quella successiva;
- al fine di ricostruire, in caso di contagio, i contatti, Il datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva, o chi da questi delegato, dovrà archiviare i registri giornalieri delle presenze (nominativi ed orari di allenamento) degli atleti e del personale di supporto;



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

- il datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva, o chi da questi delegato, è tenuto a valutare i risultati delle attività assegnate rispetto alle normative da rispettare e, se necessario, ad intervenire con azioni mirate per farle rispettare;
- gli atleti possono accedere all'impianto non prima di 5 minuti dall'inizio della propria sessione di allenamento e devono uscire non più tardi di 5 minuti dalla fine della stessa. Nelle operazioni di accesso e di uscita dall'impianto deve essere sempre rispettato il distanziamento tra le persone di minimo 2 metri.
- agli atleti, ai Tecnici ed al personale di supporto si consiglia, nei limiti del possibile, di recarsi negli impianti a piedi od in bicicletta. L'utilizzo di macchine comuni è caldamente sconsigliato e l'uso dei mezzi pubblici è da limitare al massimo. Gli atleti, i Tecnici ed il personale di supporto, nel recarsi presso l'impianto e nel rientro dall'impianto, devono rispettare le vigenti normative in materia di tutela della salute connessa al rischio di diffusione da Covid-19;
- gli atleti, i Tecnici ed il personale di supporto devono accedere agli impianti indossando già l'abbigliamento per la pratica dell'attività sportiva di squash in quanto l'utilizzo degli spogliatoi, almeno per il prossimo periodo estivo è sconsigliato. Nel caso in cui il datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva, decidesse di far utilizzare spogliatoi, docce e servizi igienici, si dovranno prevedere particolari disposizioni di igiene e sicurezza per il loro utilizzo, gli operatori del centro sportivo dovranno prevedere l'accesso contingentato a questi spazi, evitare l'uso di applicativi comuni, quali asciugacapelli, ecc... che al bisogno dovranno essere portati da casa. Tali spazi dovranno essere sottoposti a procedure di pulizia e igienizzazione costante, in relazione al numero di persone e ai turni di accesso a detti spazi.
- in caso di allenamenti svolti individualmente, ogni atleta deve utilizzare le proprie racchette e le proprie palline che non devono, per nessun motivo, essere utilizzate da altri, deve disporre di un contenitore (borsa, zaino, ecc.) dove riporre, al termine dell'allenamento, gli indumenti utilizzati durante l'attività sportiva, le racchette, le palline ed ogni altro accessorio utilizzato;
- in caso di **allenamenti** svolti con l'assistenza di un Tecnico Federale, sia l'atleta che il Tecnico devono utilizzare le proprie racchette, che non devono, per nessun motivo, essere utilizzate da altri, devono disporre di un contenitore (borsa, zaino, ecc.) dove riporre, al termine



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

dell'allenamento, gli indumenti, l'attrezzatura tecnica ed ogni altro accessorio utilizzati durante l'attività sportiva. Le palline di giuoco sono fornite dal Tecnico Federale che provvederà alla loro sanificazione, prima di ogni turno di giuoco.

In caso di allenamenti svolti con l'assistenza di un Tecnico Federale, l'atleta non deve mai toccare la pallina e, sia durante le pause di riposo che al termine della sessione, la porta del campo è aperta e richiusa dal Tecnico Federale;

- ai fini dell'idratazione personale, è fortemente consigliato, agli atleti ed al personale di supporto, di dotarsi di bottigliette d'acqua in quanto è severamente vietato bere dai rubinetti dei servizi igienici dell'impianto;
- durante l'allenamento in campo è severamente vietato asciugare o strofinare le mani sulle pareti del campo ed, ovviamente, anche sulla vetrata posteriore;
- al termine della sessione di allenamento gli atleti e/o il personale di supporto, devono pulire e disinfettare la porta e la maniglia dell'ingresso del campo e di tutte le superfici utilizzate (sedie, panchine, ecc.), con soluzioni idroalcoliche od a base di cloro, messe a disposizione dalla loro associazione/società;

### **Distanziamento nelle varie fasi dell'allenamento**

- Il distanziamento, durante gli allenamenti individuali, nelle varie fasi dell'attività in campo, è garantito dal fatto che in un campo da squash (delimitato da 4 pareti), con dimensioni di mt. 9,75 di lunghezza e mt. 6,40 di larghezza, per un totale di 65 mq, è presente un solo atleta;
- Il personale di supporto (al massimo 1 per ogni atleta), durante le varie fasi dell'attività in campo del proprio atleta, si deve posizionare in un'apposita seduta, collocata in posizione centrale o leggermante laterale, dietro alla parete posteriore del campo, in modo tale che sia rispettato, durante l'ingresso e l'uscita dal campo dell'atleta, il distanziamento di almeno 2 metri;
- Il distanziamento, durante gli allenamenti svolti con l'assistenza, in campo, del Tecnico federale, è garantito dal fatto che l'allenamento è strutturato con una serie di esercitazioni che consentono di mantenere un distanziamento adeguato. A tale scopo, la superficie del campo è suddivisa, orizzontalmente, rispetto alla parete frontale, in 3 settori, delimitati da righe colorate dello spessore di 15 cm (così come indicato nello schema allegato). Il primo



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

settore, a partire dalla parete posteriore, misura 2,60 metri; il secondo settore misura 3,15 metri ed il terzo settore misura 4,00 metri. L'atleta ed il Tecnico Federale eseguiranno delle esercitazioni, appositamente individuate dal settore Tecnico Federale, posizionandosi nel primo e nel terzo settore. Il settore intermedio garantirà un adeguato distanziamento che sarà sicuramente superiore ai 3,15 metri in quanto il Tecnico e l'atleta non si troveranno mai sulla stessa linea verticale;

- al termine della sessione di allenamento, gli atleti, i Tecnici ed il personale di supporto usciranno dall'impianto, rispettando il distanziamento di almeno 2 metri e secondo una sequenza stabilita in base alla distanza che intercorre dal campo utilizzato alla porta di uscita dall'impianto;
- gli atleti ed il personale di supporto che non rispettano quanto previsto dal presente protocollo sono esclusi dall'allenamento dal datore di lavoro/gestore dell'impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva.

### **SICUREZZA SUL LAVORO E RUOLO DEL MEDICO COMPETENTE**

La norma che regola la materia della sicurezza sul lavoro, ferme restando le disposizioni generali previste dalla Costituzione, è l'art. 2087 cod. civ., da interpretarsi come "norma quadro" di carattere generale applicabile a qualsiasi prestatore di lavoro, non solo quello subordinato, indipendentemente dalla tipologia contrattuale adottata. Il D.lgs. n. 81/2008 ("Testo Unico in materia di tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro") si applica a tutti i settori di attività, privati e pubblici, e dunque anche l'impianto sportivo costituisce un luogo la cui frequentazione può esporre al rischio di infortuni non solo l'atleta, professionista o dilettante, ma anche gli addetti che a vario titolo operano all'interno dello stesso.

Il ruolo del medico competente, disciplinato dal D.lgs. n. 81/2008, è stato evidenziato dal Ministero della Salute con la circolare 00145 del 29 aprile 2020 ("Indicazioni operative relative all'attività del medico competente nel contesto delle misure per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus SARS-CoV-2 negli ambienti di lavoro e nella collettività"). La circolare anzidetta, infatti, rammenta che se il ruolo del medico competente risulta di primo piano nella tutela della salute e sicurezza sul lavoro nell'ordinarietà dello svolgimento delle attività lavorative, esso si amplifica nell'attuale momento di emergenza pandemica, periodo durante il quale egli va a confermare il





## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

proprio ruolo di “consulente globale” del datore di lavoro/gestore dell’impianto/Legale rappresentante della Associazione o Società Sportiva.

L'art. 28 del D.lgs. n. 81/2008 fornisce una chiara definizione della valutazione dei rischi, che “deve riguardare tutti i rischi per la sicurezza e la salute dei lavoratori, ivi compresi quelli riguardanti gruppi di lavoratori esposti a rischi particolari”.

L'atto finale della valutazione del rischio è il DVR (Documento di Valutazione del Rischio), obbligo in capo al datore di lavoro/gestore del sito sportivo/Legale rappresentante dell’organizzazione sportiva. Sarà necessario adottare una serie di azioni che andranno ad integrare il Documento di valutazione dei rischi (DVR), atte a prevenire il rischio di infezione da SARS-CoV-2 nei luoghi di lavoro contribuendo, altresì, alla prevenzione della diffusione dell'epidemia.

La necessità di riavviare l’impianto sportivo, dopo il fermo od il funzionamento limitato, comporterà l’esigenza di prevedere un’attività di formazione specifica, indirizzata al personale di servizio preposto al funzionamento a regime dello stesso impianto, su tutto quanto previsto dal Documento di valutazione dei rischi (DVR); dal presente Protocollo; dalle norme e dalle prescrizioni contenute nei DPCM e nelle “Linee Guida per l’Attività Sportiva di Base e l’Attività Motoria in Genere, emanate ai sensi del DPCM del 17 maggio 2020, art. 1 lettera f) .

Nei casi in cui l'organizzazione sportiva rappresentata dal datore di lavoro/gestore dell’impianto/legale rappresentante, non sia soggetta agli obblighi previsti dal D.lgs. n. 81/2008 in ordine alla redazione del Documento di valutazione dei rischi (DVR) e di nomina del medico competente, dovrà, in ogni caso, attenersi al presente Protocollo e, per quanto non previsto, alle norme e alle prescrizioni contenute nei DPCM e nelle “Linee Guida per l’Attività Sportiva di Base e l’Attività Motoria in Genere, emanate ai sensi del DPCM del 17 maggio 2020, art. 1 lettera f).

### **ALLESTIMENTI DEGLI IMPIANTI**

Si dovranno individuare i percorsi del personale di servizio, degli atleti, dei Tecnici, del personale di supporto, valutando i percorsi più usuali, con particolare riferimento a: ingresso all’impianto; accesso ai campi da squash; accesso alle aree comuni ed agli altri luoghi; accesso ai servizi igienici. Se possibile in ragione delle condizioni logistiche esistenti, dovranno essere individuati percorsi differenziati per l’ingresso e l’uscita dall’impianto.



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

Considerando il numero di persone potenzialmente presenti nei vari luoghi durante le attività di allenamento, si dovrà valutare la possibilità di variare la disposizione delle diverse postazioni di sosta e di eventuale attesa, in modo da rispettare il distanziamento richiesto per ridurre la possibilità di contagio.

L'accesso all'impianto è consentito se protetti da mascherine chirurgiche che dovranno essere indossate anche durante la permanenza nelle aree comuni, tranne durante lo svolgimento dell'attività di allenamento.

Il personale di servizio, addetto al ricevimento dovrà essere dotato di dispositivi e attrezzature di protezione nelle postazioni di lavoro che limitino il contatto con droplets e aerosol (mascherine ed eventuali schermature)

Si dovranno verificare le caratteristiche di aerazione dei locali e degli impianti di ventilazione e la successiva messa in atto di condizioni di mantenimento di adeguati ricambi e qualità dell'aria indoor.

Per il mantenimento di un idoneo microclima è consigliato:

- garantire periodicamente l'aerazione naturale, in tutto l'arco della giornata, in tutti gli ambienti dotati di aperture verso l'esterno, dove sono presenti postazioni di lavoro, personale interno o utenti esterni, evitando correnti d'aria o freddo/caldo eccessivo durante il ricambio naturale dell'aria;
- aumentare la frequenza della manutenzione/sostituzione dei pacchi filtranti dell'aria in ingresso (adottando idonei pacchi filtranti);
- in relazione al punto esterno di espulsione dell'aria, assicurarsi che permangano condizioni impiantistiche tali da non determinare l'insorgere di inconvenienti igienico sanitari nella distanza tra i punti di espulsione ed i punti di aspirazione;
- attivare l'ingresso e l'estrazione dell'aria almeno un'ora prima fino ad una dopo l'accesso da parte del pubblico;
- Nel caso di locali di servizio privi di finestre ma dotati di ventilatori/estrattori meccanici, mantenere gli stessi in funzione almeno per l'intero orario di lavoro;
- per quanto riguarda eventuali ambienti (quali ad esempio corridoi, zone di transito o attesa) normalmente dotati di minore ventilazione o privi di ventilazione dedicata, porre particolare attenzione al fine di evitare lo stazionamento e l'assembramento di persone, adottando



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

misure organizzative affinché gli stessi ambienti siano impegnati solo per il transito o pause di breve durata;

- negli edifici dotati di specifici impianti di ventilazione con apporto di aria esterna, tramite ventilazione meccanica controllata, eliminare totalmente la funzione di ricircolo d'aria;
- relativamente agli impianti di riscaldamento/raffrescamento che fanno uso di pompe di calore, fancoil, o termoconvettori, qualora non sia possibile garantire la corretta climatizzazione degli ambienti tenendo fermi gli impianti, pulire in base alle indicazioni fornite dal produttore, ad impianto fermo, i filtri dell'aria di ricircolo per mantenere i livelli di filtrazione/rimozione adeguati.

Ai fini della attuazione delle buone pratiche igieniche dovranno essere messi a disposizione del personale di servizio, degli atleti e del personale di supporto, per quanto di loro competenza:

- le procedure informative, tramite l'affissione delle stesse nell'impianto sportivo, nelle zone di accesso, nei luoghi comuni, nelle zone di attività sportiva, nonché nei servizi igienici;
- i dispenser di gel igienizzante;
- le informazioni relative all'uso corretto della mascherina;
- un sistema di raccolta dedicato ai rifiuti potenzialmente infetti (fazzoletti monouso, mascherine/respiratori) e relative buste sigillanti;
- le indicazioni sulle corrette modalità e sui tempi di aerazione dei locali;
- le indicazioni sulla pulizia giornaliera e sulla periodica sanificazione.

### **Pulizia e sanificazione dei luoghi e delle attrezzature dell'impianto sportivo**

Sulla base della valutazione del rischio legata ai luoghi che caratterizzano l'impianto sportivo, occorre predisporre un piano specifico che identifichi le procedure da applicare e la periodicità con cui effettuare la pulizia e la sanificazione dei luoghi, degli ambienti e delle attrezzature:

- per "pulizia" si intende la detersione con soluzione di acqua e detergente;
- con "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 Min. Salute del 22.02.2020.



Nel piano di pulizia occorre includere quanto meno: gli ambienti dedicati alla pratica sportiva; le aree comuni; le eventuali aree ristoro; i servizi igienici, gli spogliatoi, se utilizzati; gli attrezzi ed i macchinari sportivi; le postazioni di lavoro e di allenamento ad uso promiscuo; gli ascensori, i distributori di bevande e snack, con particolare attenzione alle superfici toccate più frequentemente; le parti esposte dell'impianto di ventilazione (es. prese e griglie di ventilazione, se facilmente raggiungibili). L'elaborazione di istruzioni specifiche in merito alla pulizia di dette componenti va strutturata sulla tipologia di impianto per garantirne una corretta pulizia.

Le attività di pulizia devono essere effettuate con cadenza giornaliera ed almeno due volte al giorno; La periodicità della sanificazione dovrà invece essere stabilita dal Datore di Lavoro/Gestore dell'impianto, ovvero dal Legale rappresentante dell'organizzazione sportiva, in relazione alle caratteristiche ed agli utilizzi dei locali, degli attrezzi, dei macchinari, previa consultazione del Medico Competente, del Responsabile del Servizio di Prevenzione e Protezione e del/i Rappresentante/i dei Lavoratori per la Sicurezza.

### **Gestione dei casi sintomatici**

Si dovrà realizzare un luogo dedicato all'isolamento, ove far sostare, temporaneamente, coloro che dovessero manifestare, durante la loro presenza nell'impianto, insorgenza di sintomi riconducibili a Covid-19, avendo, peraltro, già messo a punto un'apposita procedura per la gestione del caso.

Nel caso di stazionamento nei siti sportivi di una persona con sintomi, occorre:

- prevedere un intervento straordinario di sanificazione/decontaminazione dei locali frequentati, compreso il locale utilizzato per il suo isolamento. L'intervento degli operatori per la sanificazione deve essere preceduto da un'aerazione completa dei locali;
- a causa della possibile sopravvivenza del virus nell'ambiente e sulle superfici per diverso tempo, i luoghi e le aree, frequentati dalla persona "contaminata", nonché le attrezzature utilizzate e le superfici da lei toccate frequentemente, dovranno essere, prima di essere riutilizzati, sottoposti a completa pulizia con acqua e detersivi comuni;
- dopo la pulizia con detersivo, si dovrà procedere con la decontaminazione da effettuare con disinfettanti a base di ipoclorito di sodio 0,1% o con etanolo al 70-75% per le superfici che potrebbero essere danneggiate dall'ipoclorito di sodio;
- durante le operazioni di pulizia con prodotti chimici, bisogna assicurare la ventilazione degli ambienti;



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

- tutte le operazioni di pulizia devono essere condotte da personale che indossa DPI secondo disposizioni e secondo procedure specifiche dell'attività stessa. I rifiuti prodotti dalle attività di pulizia/sanificazione/decontaminazione dell'ambiente, come gli stracci e i DPI monouso impiegati, devono essere trattati ed eliminati come materiale potenzialmente infetto. I rifiuti devono essere trattati ed eliminati come materiale infetto categoria B (UN 3291), corrispondenti al codice CER 18.01.03\* HP 9 e categoria ADR UN 3291.

### PRATICHE DI IGIENE

- lavarsi frequentemente le mani;
- non toccarsi mai, con le mani, occhi, naso e bocca;
- 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;
- riporre gli indumenti indossati per l'attività fisica in zaini e/o borse personali e, una volta rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- bere sempre da bottiglie in uso strettamente personale;
- gettare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta od altri materiali usati (ben sigillati);
- vietare lo scambio, tra operatori sportivi e personale, presenti nel sito sportivo, di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.) e di attrezzi sportivi; in alternativa, prevedere preventive ed adeguate sanificazioni;
- l'uso di guanti monouso non esime dall'obbligo di disinfezione delle mani e da tutte le indicazioni precedenti. I guanti, una volta contaminati devono immediatamente essere eliminati in appositi contenitori e smaltiti e deve essere immediatamente eseguito il lavaggio o la disinfezione delle mani.



**ALLEGATI:**

- dichiarazione di avvenuta informazione;
- dichiarazione relativa alla misurazione della temperatura corporea;
- dichiarazione “coronavirus Covid-19”;
- Schema delle istruzioni di sicurezza;
- Campo da squash per gli allenamenti con un Tecnico Federale;
- modulistica informativa;
- circolare del 29 aprile 2020 dalla Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria del Ministero della Sanità, avente ad oggetto “Indicazioni operative relative alle attività del medico competente nel contesto delle misure per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus SARS-CoV-2 negli ambienti di lavoro e nella collettività”;
- Linee Guida per l’Attività Sportiva di Base e l’Attività Motoria in Genere, emanate ai sensi del DPCM del 17 maggio 2020, art. 1 lettera f).



**EMERGENZA EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19**

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_

(solo in caso di minore)

esercitante la patria potestà del minore \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_

il \_\_\_\_\_ residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_

n. \_\_\_\_\_, per conto dello stesso minore:

**DICHIARA**

- di aver ricevuto il Protocollo dell'attività sportiva di base dello squash e i relativi allegati;
- di essere stato/a informato/a e formato/a:
  - sui rischi per la salute dovuti all'emergenza epidemiologica da COVID-19;
  - sulle precauzioni da adottare per prevenire ogni possibile forma di diffusione del contagio;
  - sulle misure igieniche da osservare;
  - sulla funzione e sul corretto impiego dei dispositivi di protezione individuale;
  - sulle procedure da seguire nello svolgimento dell'attività sportiva di squash;
  - sui contenuti del Protocollo delle modalità di svolgimento degli allenamenti individuali di squash;
  - sulle disposizioni delle Autorità, in particolare:
    - **sull'obbligo di restare a casa con febbre oltre 37.5** (in presenza di febbre, oltre i 37.5, o altri sintomi influenzali vi è l'obbligo di rimanere al proprio domicilio e di chiamare il proprio medico di famiglia e l'autorità sanitaria);
    - **sull'accettazione di non poter entrare o permanere presso l'impianto sportivo, e di doverlo dichiarare tempestivamente laddove, anche successivamente all'ingresso, sussistano le condizioni di pericolo:** sintomi di influenza, temperatura, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, ecc.;

\_\_\_\_\_, (\_\_\_\_), lì \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_



## FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

Allegato 2a

### EMERGENZA EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_

#### DICHIARA

di sottoporsi quotidianamente ed autonomamente alla misurazione della temperatura corporea e, qualora dovesse risultare superiore a 37,5°, mi impegno a rimanere nel mio domicilio, contattare il medico di famiglia e l'Autorità Sanitaria ed informare tempestivamente il Presidente della mia Associazione/Società Sportiva di appartenenza.

\_\_\_\_\_, li \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_





**EMERGENZA EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19**

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_

esercitante la patria potestà del minore \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_

il \_\_\_\_\_ residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_

n. \_\_\_\_\_, per conto dello stesso minore:

**DICHIARA**

di sottoporre il minore, quotidianamente ed autonomamente, alla misurazione della temperatura corporea e, qualora dovesse risultare superiore a 37,5°, mi impegno a far rimanere lo stesso minore nel mio domicilio, contattare il medico di famiglia e l'Autorità Sanitaria ed informare tempestivamente il Presidente della sua Associazione/Società Sportiva di appartenenza.

\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_), li \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_



**EMERGENZA EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19**

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_

**DICHIARA**

- di non essere sottoposto alla misura della quarantena, ovvero di non essere risultato positivo al Coronavirus COVID-19 di cui all'articolo 1, comma 1, lettera c), del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 8 marzo 2020 e ss.mm.ii.;
- di non essere stato o di non essere a conoscenza di esserlo stato, in contatto stretto (vedi nota sul retro) con una persona affetta da nuovo Coronavirus COVID-19;
- di non aver ricevuto comunicazione da parte delle Autorità Competenti in merito ad un "contatto stretto" con una persona contagiata dal Coronavirus COVID-19;
- di non aver transitato o sostato in zone a rischio epidemiologico come identificate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità;
- di non aver avuto nessuno dei seguenti sintomi negli ultimi 15 giorni:
  - temperatura oltre 37,5°;
  - tosse;
  - peggioramento condizioni (anoressia, sensazione di esaurimento fisico simile a quella provata dopo una fatica eccessiva, cefalea, brividi, nausea e vomito, diarrea, perdita del senso del gusto e/o dell'olfatto, ecc.).

\_\_\_\_\_, li \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_, Firma: \_\_\_\_\_

**N.B. qualora il dichiarante segnalasse la positività al virus o le altre condizioni sopra indicate NON gli è ASSOLUTAMENTE CONSENTITO L'ACCESSO o la PERMANENZA NELL'IMPIANTO SPORTIVO.**



**EMERGENZA EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19**

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_

esercitante la patria potestà del minore \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_

il \_\_\_\_\_ residente a \_\_\_\_\_ in Via/Piazza \_\_\_\_\_

n. \_\_\_\_\_,

**DICHIARA CHE IL MINORE**

- non è stato sottoposto alla misura della quarantena, ovvero che lo stesso non è risultato positivo al Coronavirus COVID-19 di cui all'articolo 1, comma 1, lettera c), del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 8 marzo 2020 e ss.mm.ii.;
- di non essere stato o di non essere a conoscenza di esserlo stato, in contatto stretto (vedi nota sul retro) con una persona affetta da nuovo Coronavirus COVID-19;
- non ha ricevuto comunicazione da parte delle Autorità Competenti in merito ad un "contatto stretto" con una persona contagiata dal Coronavirus COVID-19;
- non ha transitato o sostato in zone a rischio epidemiologico come identificate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità;
- non ha avuto nessuno dei seguenti sintomi negli ultimi 15 giorni:
  - temperatura oltre 37,5°;
  - tosse;
  - peggioramento condizioni (anoressia, sensazione di esaurimento fisico simile a quella provata dopo una fatica eccessiva, cefalea, brividi, nausea e vomito, diarrea, perdita del senso del gusto e/o dell'olfatto, ecc.).

\_\_\_\_\_, (\_\_\_\_), li \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

**N.B. qualora il dichiarante segnalasse la positività al virus o le altre condizioni sopra indicate al minore NON è ASSOLUTAMENTE CONSENTITO L'ACCESSO o la PERMANENZA NELL'IMPIANTO SPORTIVO.**



Definizione di contatto stretto (circolare Ministero della Salute 0007922-09/03/2020)

- una persona che vive nella stessa casa di un caso di COVID-19;
- una persona che ha avuto un contatto fisico diretto con un caso di COVID-19 (per esempio la stretta di mano);
- una persona che ha avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un caso di COVID-19 (ad esempio toccare a mani nude fazzoletti di carta usati);
- una persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia) con un caso di COVID-19, a distanza minore di 2 metri e di durata maggiore a 15 minuti;
- una persona che si è trovata in un ambiente chiuso (ad esempio aula, sala riunioni, sala d'attesa dell'ospedale) con un caso di COVID-19 per almeno 15 minuti, a distanza minore di 2 metri;
- un operatore sanitario od altra persona che fornisce assistenza diretta ad un caso di COVID-19 oppure personale di laboratorio addetto alla manipolazione di campioni di un caso di COVID-19 senza l'impiego dei DPI raccomandati o mediante l'utilizzo di DPI non idonei;
- una persona che abbia viaggiato seduta in aereo nei due posti adiacenti, in qualsiasi direzione, di un caso di COVID-19, i compagni di viaggio o le persone addette all'assistenza e i membri dell'equipaggio addetti alla sezione dell'aereo dove il caso indice era seduto (qualora il caso indice abbia una sintomatologia grave od abbia effettuato spostamenti all'interno dell'aereo, determinando una maggiore esposizione dei passeggeri, considerare come contatti stretti tutti i passeggeri seduti nella stessa sezione dell'aereo o in tutto l'aereo). Il collegamento epidemiologico può essere avvenuto entro un periodo di 14 giorni prima dell'insorgenza della malattia nel caso in esame.



Presidenza del  
Consiglio dei Ministri  
Ufficio per lo sport

# Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 MT IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



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



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 RIENTRATO A CASA, LAVARLI SEPARATAMENTE DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE NON INFERIORE A 2 MT



GETTARE SUBITO IN APPPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:

METTERE A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI" (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCHE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

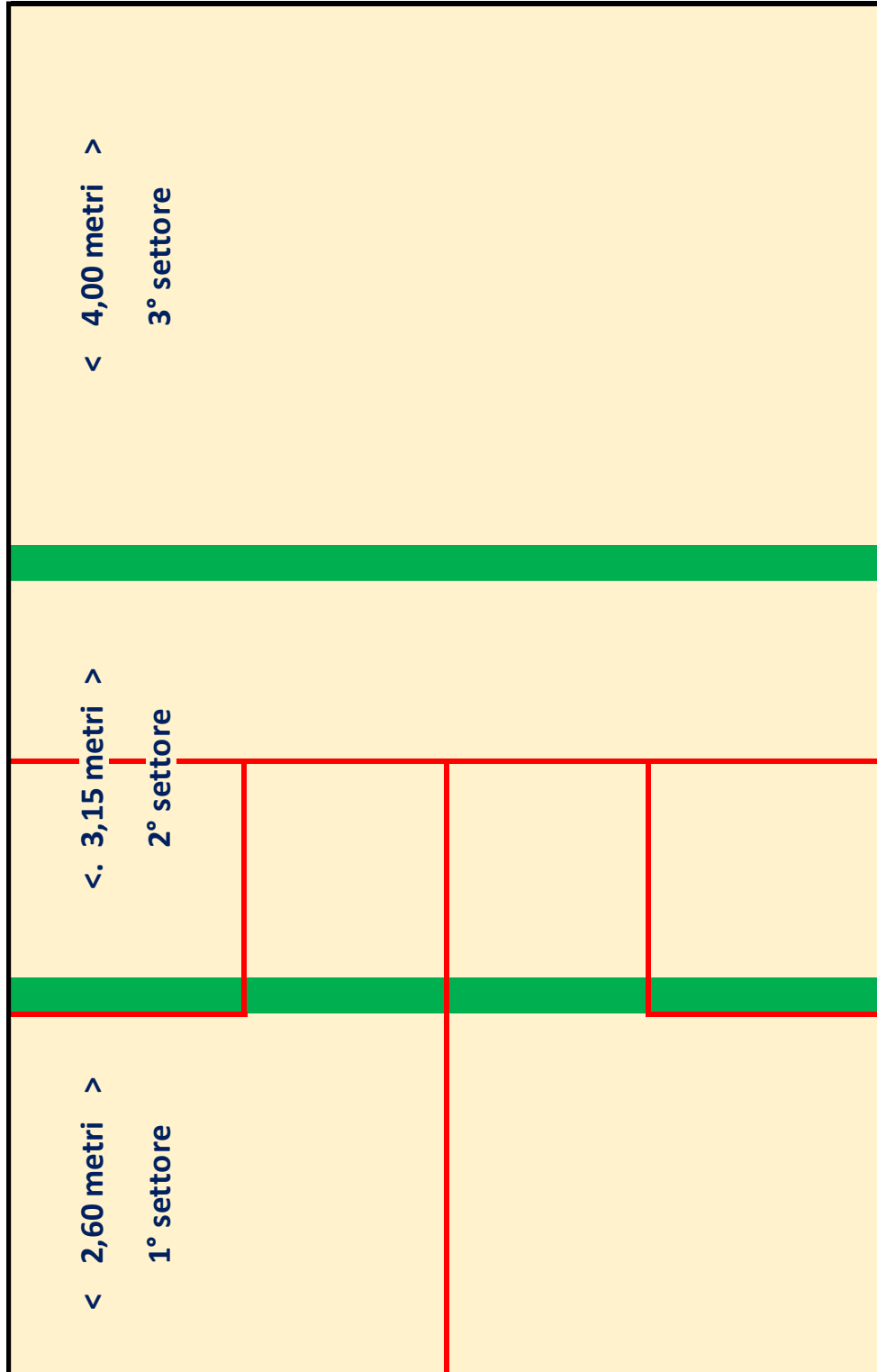
Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



sport.governo.it



IL CAMPO DA SQUASH PER GLI ALLENAMENTI CON UN TECNICO FEDERALE



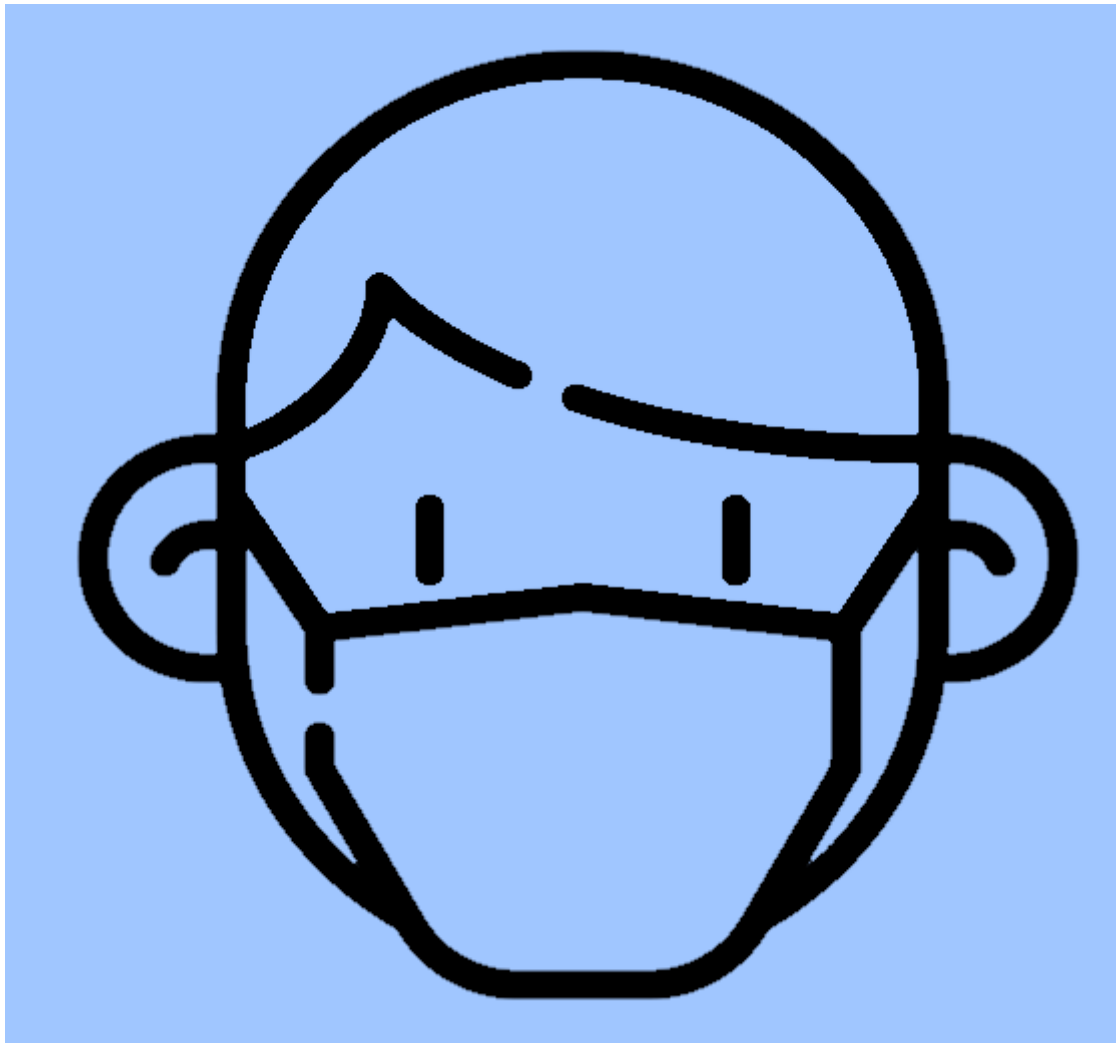


FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

# **NO ASSEMBRAMENTI DI PERSONE**



**INDOSSARE APPOSITA  
MASCHERINA SE LA  
DISTANZA INTERPERSONALE  
E' INFERIORE A 2 METRI**

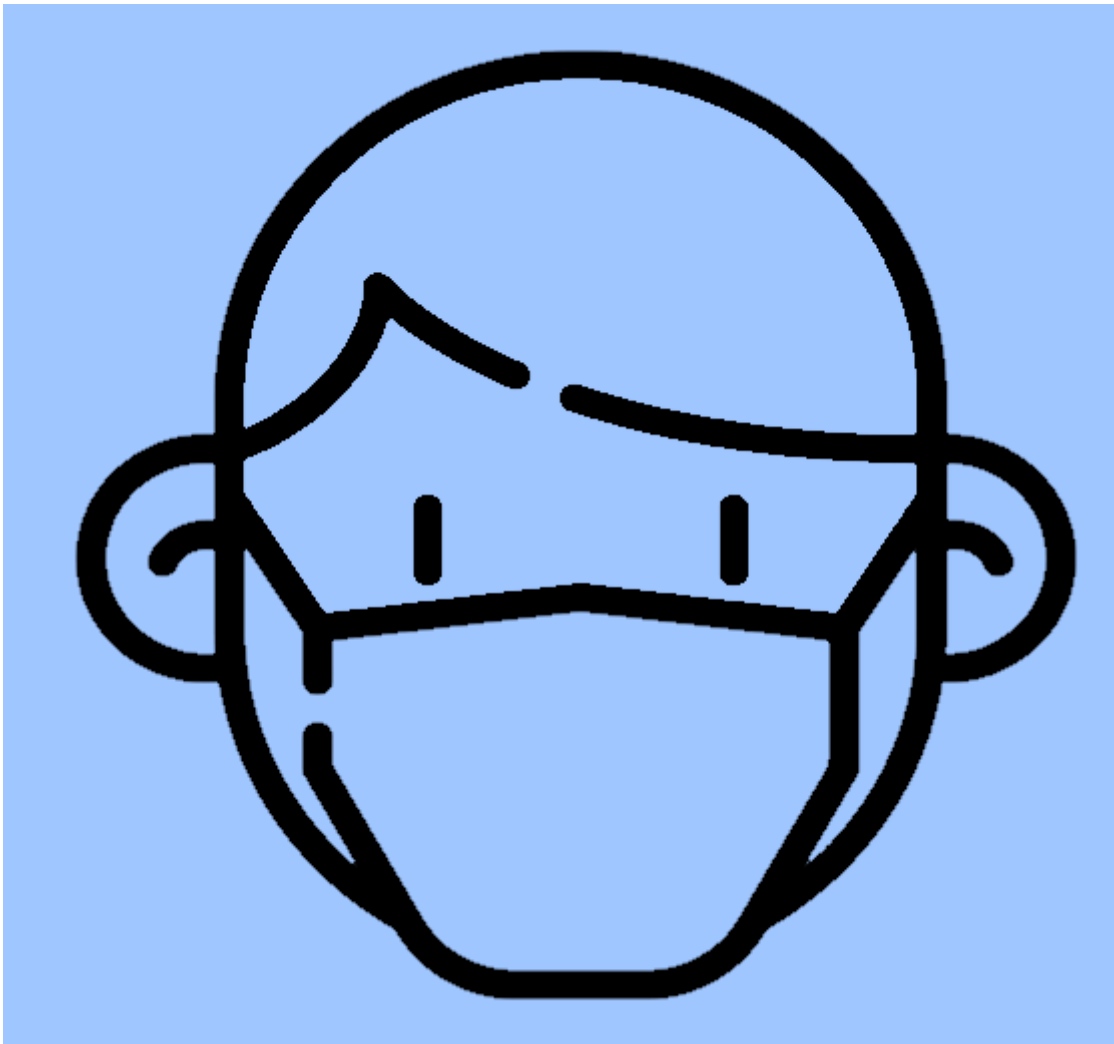




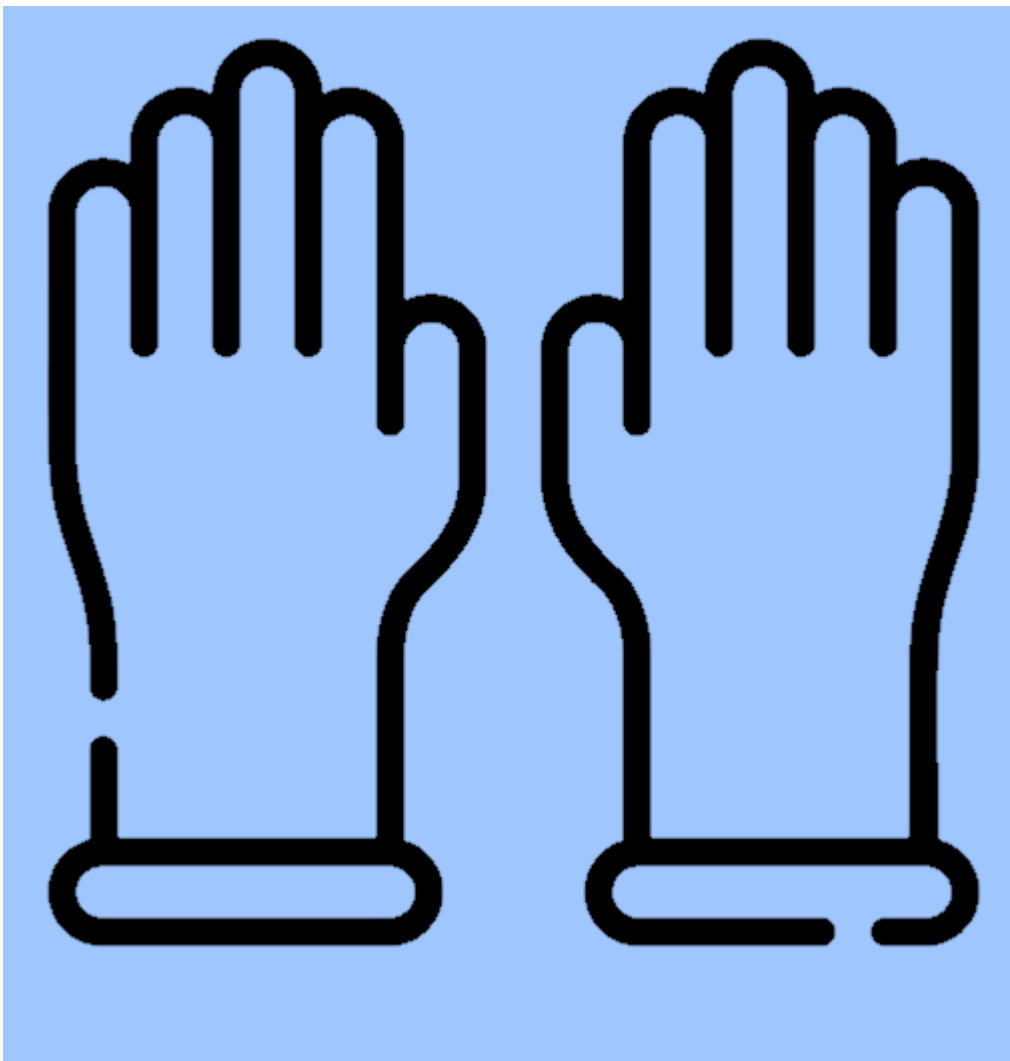


FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

**GLI ATLETI ED IL PERSONALE DI  
SUPPORTO DEVONO  
OBBLIGATORIAMENTE INDOSSARE  
NELLE ZONE COMUNI LA MASCHERINA**



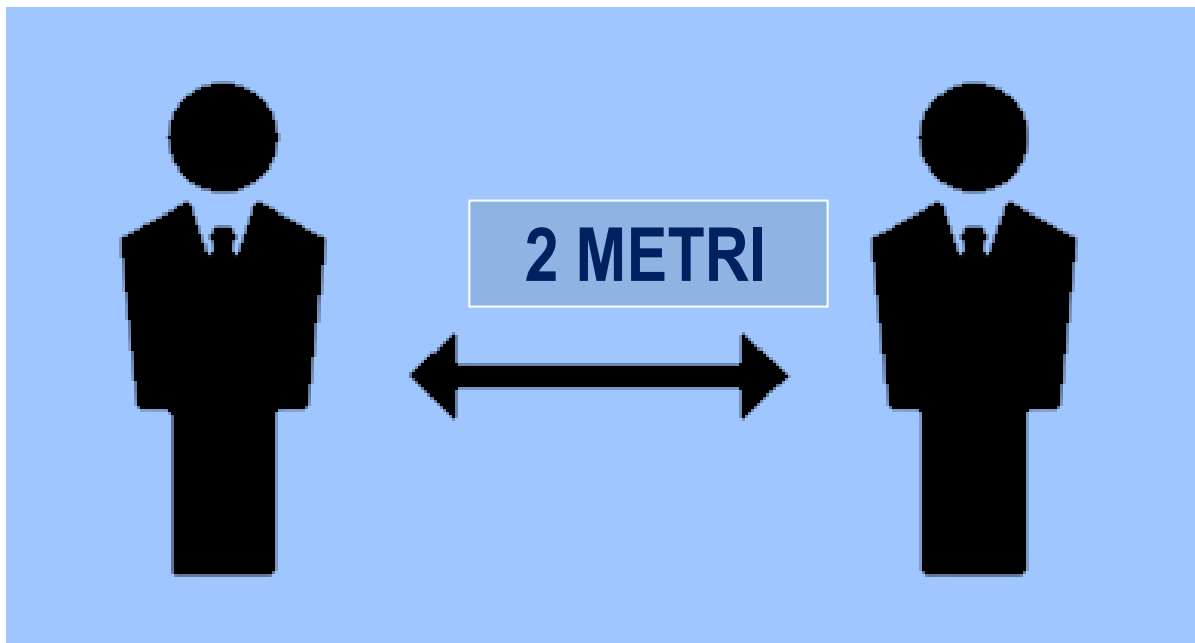
**IL PERSONALE DI SUPPORTO  
DEVE OBBLIGATORIAMENTE  
INDOSSARE E IGIENIZZARE  
I GUANTI**





FEDERAZIONE ITALIANA GIUOCO SQUASH

# **MANTENERE SEMPRE UNA DISTANZA INTERPERSONALE MAGGIORE DI DUE METRI**



# GLI ATLETI DEVONO IGIENIZZARE LE MANI



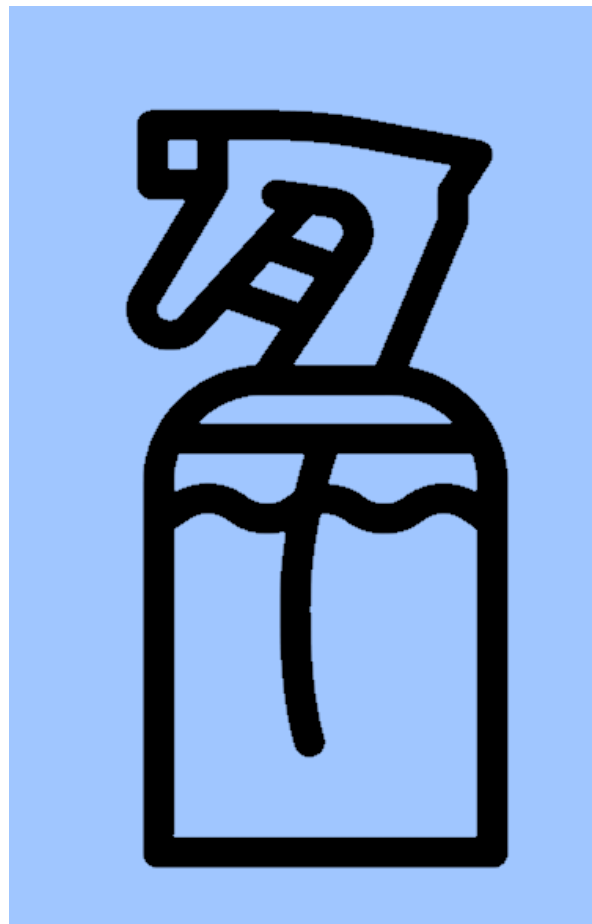
# IGIENIZZARE LE MANI



**COPRIRE LA BOCCA ED IL NASO CON  
FAZZOLETTI MONOUSO  
SE SI STARNUTISCE O SI TOSSISCE IN  
MANCANZA DI FAZZOLETTI UTILIZZA  
LA PIEGA DEL GOMITO**



# **DISINFETTARE LA PORTA, LA MANIGLIA DEL CAMPO, LE SUPERFICI E GLI OGGETTI DI USO COMUNE**



# NUOVO CORONAVIRUS

## Dieci comportamenti da seguire

- 1** Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica
- 2** Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
- 3** Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- 4** Copri bocca e naso con fazzoletti monouso quando starnutisci o tossisci. Se non hai un fazzoletto usa la piega del gomito
- 5** Non prendere farmaci antivirali né antibiotici senza la prescrizione del medico
- 6** Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
- 7** Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o se assisti persone malate
- 8** I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi
- 9** Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus
- 10** In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso, chiama il tuo medico di famiglia e segui le sue indicazioni

Ultimo aggiornamento 24 FEBBRAIO 2020

*Ministero della Salute*[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Hanno aderito: Conferenza Permanente per i rapporti tra lo Stato, le Regioni e le Province Autonome di Trento e Bolzano, Fimmg, FNOMCeO, Amcli, Anipio, Anmdo, Assofarm, Card, Fadoi, FederFarma, Fnopi, Fnopo, Federazione Nazionale Ordini Tsrn Pstrp, Fnovi, Fofi, Simg, Sifo, Sim, Simit, Simpios, SIPMeL, Siti





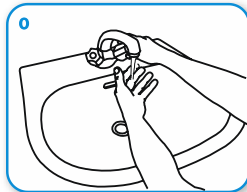
## Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



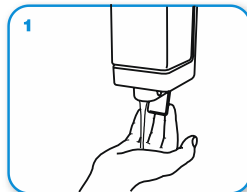
**LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!**



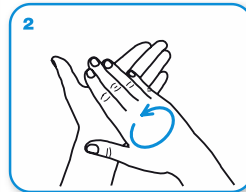
Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



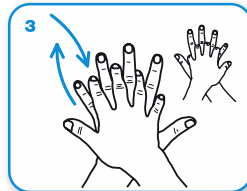
Bagna le mani con l'acqua



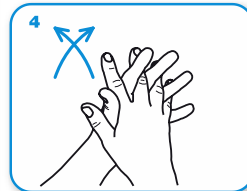
applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



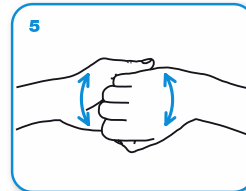
friziona le mani palmo contro palmo



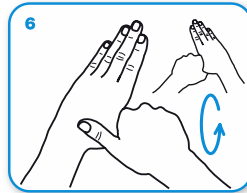
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



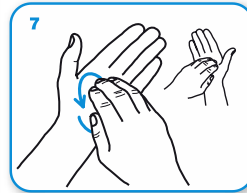
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



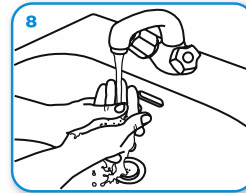
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



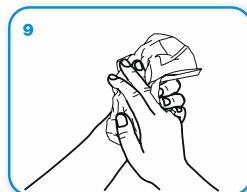
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



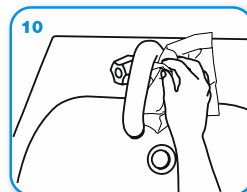
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



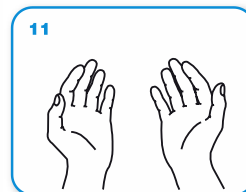
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



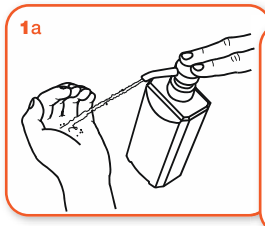
...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

## Come frizionare le mani con la soluzione alcolica?

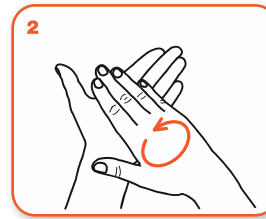
**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!  
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**



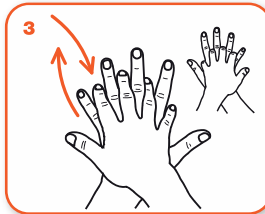
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



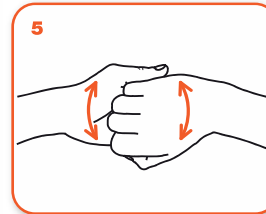
frizionare le mani palmo contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



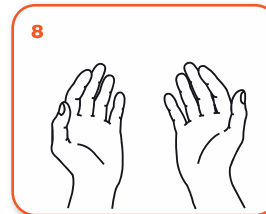
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.