

Il presente concetto è basato sulle raccomandazioni del Consiglio Federale del 17 dicembre 2021 e sulle direttive quadro per i concetti di protezione nello sport di OFSPO/Swiss Olympic; il piano di protezione è valido fino a nuovo avviso e definisce le modalità in cui gli allenamenti possono avere luogo. Per le manifestazioni e le competizioni sono in vigore piani di protezione specifici.

Eventuali modifiche vengono segnalate tramite i monitori responsabili in palestra e pubblicate sul sito www.sfgcanobbio.ch, sotto l'etichetta *Società*.

Devono essere rispettati i seguenti *cinque principi*:

A. Ci si allena solo senza sintomi

Ginnasti e monitori che presentano sintomi della malattia NON possono partecipare agli allenamenti, ma devono rimanere a casa, chiedendo indicazioni su come comportarsi al proprio medico di famiglia. Il gruppo deve essere subito avvisato di eventuali sintomi. Eventuali quarantene vengono decise e comunicate dall'autorità cantonale.

B. Mantenere le distanze / grandezza dei gruppi

In generale, non ci sono restrizioni per le attività sportive all'esterno, mentre – per tutte le persone dai 16 anni compiuti (sia partecipanti, sia monitori, sia genitori GeBa) - l'accesso alle attività sportive in palestra è limitato a chi è vaccinato o guarito (2G). L'obbligo del certificato 2G vale per tutte le attività sportive all'interno, indipendentemente dalla superficie e dalla grandezza del gruppo. Solo il certificato 2G+ (vaccinato o guarito e testato) può esentare dall'obbligo della mascherina.

Resta, inoltre, necessario tenere la lista dei partecipanti e aerare sufficientemente gli spazi. Si chiede, comunque, di limitare il contatto fisico allo stretto necessario, autorizzato per lo svolgimento delle attività.

C. Rispetto delle misure di igiene

Lavarsi con acqua e sapone o disinfettarsi le mani (prima e dopo gli allenamenti) è una misura di igiene di importanza cruciale che permette di proteggere se stessi e gli altri.

D. Tenere elenchi delle presenze

Per semplificare il contact tracing, il monitore titolare di ogni gruppo compila in maniera precisa gli elenchi delle presenze per tutti gli allenamenti: egli è responsabile della completezza e della correttezza dell'elenco.

E. Obbligo della mascherina

A partire dalla 1a elementare, la mascherina deve essere indossata in tutti gli spazi comuni in cui non si pratica l'attività: spogliatoi, corridoi, zona d'entrata. Fintanto che lo sarà per le lezioni di educazione fisica nelle scuole ticinesi (elementari, medie e post-obbligatorie), per i ragazzi viene mantenuto l'obbligo di indossare la mascherina anche durante l'attività sportiva (eccezione: solo se l'attività è intensa; in tal caso occorre mantenere le distanze). Al fine di evitare contatti stretti e dunque possibili quarantene in caso di un partecipante positivo al coronavirus, si ritiene che il mantenimento della mascherina sia a beneficio di tutti i presenti.

Per i gruppi di adulti, solo le persone vaccinate, guarite e testate negativamente (2G+) sono esentate dal porto della mascherina durante l'attività fisica vera e propria. Le persone la cui vaccinazione (2a dose o richiamo booster) o guarigione risale a meno 4 mesi, non hanno l'obbligo di farsi testare.

F. Designazione della persona responsabile, rispetto del piano di protezione

Ogni organizzazione designa una o più persone responsabili del piano di protezione; questa persona ha la responsabilità di garantire il rispetto delle disposizioni in vigore. Nella nostra società, la responsabile è il CT Barbara Prandi (prandibarbara@gmail.com o 079 445-7346).

I monitori sostengono la responsabile del piano di protezione e pianificano gli allenamenti nel rispetto dei punti A-E.

Tutti i partecipanti e le loro famiglie si attengono alle regole di distanziamento e alle misure di igiene e protezione in vigore; tutti dimostrano solidarietà e applicano le regole del piano di protezione dando prova di grande responsabilità.

X. Disposizioni particolari legate alla nostra situazione logistica

- Di regola, solo i partecipanti all'attività hanno accesso all'infrastruttura; i genitori rimangono all'esterno della palestra - Eccezione: i genitori dei bambini del gruppo infantile, possono avere accesso all'infrastruttura per essere d'aiuto prima e dopo la lezione (vestirsi/svestirsi, andare in bagno); in questo caso gli adulti, devono indossare la mascherina.
- All'entrata tutti si lavano le mani con acqua e sapone o le disinfettano.
- I partecipanti hanno accesso allo spogliatoio solo 5/10' prima dell'inizio dell'allenamento.
- Per evitare i contatti diretti con il gruppo che precede/segue, lo spogliatoio per tutto il gruppo è diverso da quello del gruppo che precede/segue e viene definito così definito:
Spogliatoio femminile: ginnastica infantile, gymnastique, genitore&bambino, attrezzistica MIX non competitiva giovedì, gruppo donne venerdì, attrezzistica C3-4
Spogliatoio maschile: attrezzistica non competitiva lunedì, gruppo FIT lunedì, attrezzistica C1-2, attrezzistica Csup
- I monitori, al termine della lezione, arieggiano la palestra.
- L'uscita della palestra, dopo aver lavato o disinfettato le mani, è possibilmente individuale e veloce.
- In caso di ev. contagio, l'autorità cantonale competente prende contatto direttamente per informare sulle procedure da seguire (di regola, viene messo in quarantena solo chi non è vaccinato ed è stato in stretto contatto con una persona positiva - vale a dire più vicino di 1,5m e più a lungo di 15', senza mascherina).

La responsabile tecnica responsabile dei piani di protezione *Barbara Prandi*
Il Presidente *Stefano Rigo*