

# PROTOCOLLO COVID-19 PER SOCI A.S.D. "360 GRADI KAYAK"

A CURA DELLA A.S.D. 360 GRADI KAYAK

AFFILIATA F.I.C.T. (FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA)

DATA STESURA: 24/02/2021

REVISIONE: 2.0

A CURA DI: DIRETTIVO E COORDINATORI ISTRUTTORI



## Indice

Introduzione .....	3
Informazione .....	3
Utilizzo dei DPI .....	3
Distanza interpersonale e precauzioni igieniche personali .....	5
Furgone associativo .....	5
Gestione di un evento/uscita .....	5
Gestione di una persona sintomatica .....	6
Accesso ed utilizzo del deposito .....	6
Sacca e busta stagna .....	7
Appendice A: depliant informativi da appendere .....	8
Appendice B: autodichiarazione .....	13
Appendice C: registro presenze .....	14



## Introduzione

L'obiettivo del presente protocollo condiviso di regolamentazione è fornire indicazioni operative finalizzate a incrementare, l'efficacia delle misure precauzionali di contenimento adottate per contrastare l'epidemia di COVID-19.

Le indicazioni di base contenute nel presente documento sono state redatte tenendo in considerazione, il "Documento tecnico sulla possibile rimodulazione delle misure di contenimento del contagio da SARS-CoV-2 nei luoghi di lavoro e strategia di prevenzione" pubblicato dall'INAIL, il DPCM 26 aprile 2020, il Protocollo di contrasto e contenimento del virus SARS – COV- 2 e allegati ed il Protocollo ministeriale condiviso di regolazione delle misure per il contrasto e il contenimento della diffusione del virus Covid-19 negli ambienti di lavoro integrato il 24/04/2020 e successivi aggiornamenti e DPCM fino alla data 24/02/2021

## Informazione

In ogni sede devono essere affissi all'ingresso e nei luoghi maggiormente visibili dépliant informativi e procedure di comportamento disponibili in fondo al presente documento.

Oltre a questo, va fatto compilare e firmare il documento per l'autocertificazione di buona salute ad ogni evento.

## Utilizzo dei DPI

Negli spazi che comportano la compresenza di persone nello stesso locale e negli spazi comuni, indipendentemente dalla distanza interpersonale, è fatto obbligo di indossare sempre la mascherina chirurgica.

Qualora il lavoro imponga di lavorare a distanza interpersonale minore di un metro e non siano possibili altre soluzioni organizzative è comunque necessario l'uso delle mascherine FFP2 o superiori.

Per **INDOSSARE** la mascherina:

1. Prima di utilizzare una mascherina nuova, lavare con cura le mani con acqua e sapone o con soluzioni/gel a base alcolica.
2. Controllare la mascherina: verificare che la mascherina non presenti difetti (buchi o strappi) nel materiale. Se la mascherina è difettosa, sostituirla.
3. Orientare la mascherina nella maniera corretta. Assicurarsi che il bordo modellabile sia rivolto verso l'alto prima di applicare la mascherina sul viso. Assicurarsi che il lato corretto della mascherina sia rivolto verso l'esterno. Il lato interno è solitamente bianco; il lato esterno ha invece un colore diverso. Prima di applicare la mascherina, assicurarsi che il lato bianco sia rivolto verso il viso.
4. Mettere la mascherina sul viso: esistono molti tipi di mascherina, ciascuno con modalità di applicazione diverse:



- Anelli alle orecchie: alcune mascherine hanno due anelli, uno su ogni lato. Prendere la mascherina per gli anelli, metterne uno intorno a un orecchio e poi mettere il secondo sull'altro orecchio.
  - Lacci - alcune mascherine hanno dei lacci (superiori e inferiori) che vanno legati dietro la testa. Prendere la mascherina dai lacci presenti sulla parte superiore, portarli dietro la testa e legarli insieme con un fiocco.
  - Fasce elastiche - alcune mascherine hanno due fasce elastiche che vanno applicate intorno alla testa e alla nuca. Tenere la mascherina davanti al viso, tirare la fascia superiore e metterla intorno alla parte superiore della testa. Tirare poi la fascia inferiore sulla testa e sistemala alla base della nuca.
5. Sistemare la parte sul naso. Una volta messa in posizione sulla testa e sul viso, usare indice e pollice per stringere la porzione flessibile del bordo superiore della mascherina intorno al ponte del naso.

Per RIMUOVERE la mascherina:

1. Pulire le mani. Prima di rimuovere la mascherina lavare le mani o, se si indossano guanti protettivi, rimuovere i guanti, quindi lavare le mani e infine rimuovere la mascherina. Rimuovere la mascherina con cautela. Togliere la mascherina toccando solamente i bordi, i lacci, o gli anelli. Evitare di toccare la parte anteriore della mascherina, in quanto potrebbe essere contaminata.
2. Anelli alle orecchie - usare le mani per tenere gli anelli e rimuoverli da ciascun orecchio.
3. Lacci - slegare prima i lacci del lato inferiore e poi quelli del lato superiore. Rimuovere la mascherina tenendo i lacci del lato superiore.
4. Fasce elastiche - usare le mani per portare la fascia inferiore sulla testa, quindi fare la stessa cosa con la fascia elastica superiore. Rimuovere la mascherina dal viso mentre si tiene la fascia elastica del lato superiore.
5. Gettare la mascherina rispettando le norme di sicurezza. Guanti e mascherine usate possono essere gettati nel contenitore del secco indifferenziato. Per una maggiore cautela si consiglia di raccogliere i dispositivi rimossi in un sacchetto dedicato e una volta chiuso gettarlo nel bidoncino dell'indifferenziato.
6. Lavarsi nuovamente le mani: Una volta gettata la mascherina secondo le norme di sicurezza, lavarsi le mani ancora una volta per assicurarsi che siano pulite e che non siano contaminate dal contatto con la mascherina sporca.



## Distanza interpersonale e precauzioni igieniche personali

È obbligatorio che le persone presenti in associazione adottino tutte le precauzioni igieniche, in particolare per le mani. Questo è valido sia durante gli eventi esterni che in deposito.

È raccomandata la frequente igiene delle mani con acqua e sapone ovvero, se non disponibili, con soluzioni/gel a base alcolica, e altresì prima e dopo l'utilizzo di qualsiasi oggetto personale o associativo.

Le procedure per il corretto lavaggio e corretta asciugatura delle mani sono reperibili in fondo al documento nelle infografiche e devono essere affisse in maniera diffusa e visibile all'interno del deposito.

Evitare di toccare gli occhi, il naso e la bocca con le mani; tossire o starnutire all'interno del gomito con il braccio piegato o di un fazzoletto, preferibilmente monouso, che poi deve essere immediatamente eliminato.

In via cautelare si raccomanda l'osservanza della distanza fisica di 1 metro.

È vietata ogni situazione di aggregazione, assembramento e affollamento.

## Furgone associativo

Per quanto riguarda il furgone associativo, i soci dovranno utilizzare l'apposita applicazione per la prenotazione del materiale associativo, dovranno altresì comunicare al responsabile del mese la richiesta di utilizzo del furgone per il trasporto del materiale scelto per le uscite organizzate.

I membri del direttivo, gli istruttori dell'associazione, gli organizzatori dell'uscita impegnati nel caricamento/scaricamento e nel trasporto del furgone associativo prima di usarlo puliranno con una soluzione alcolica ed un panno monouso le parti comuni, ovvero: maniglie, volante, cambio, frecce, etc; inoltre, poiché sono molte le persone che la devono usare, si dovranno sempre usare mascherine e guanti. Il panno con cui si pulisce andrà poi gettato.

## Gestione di un evento/uscita

Per quanto riguarda la gestione di un evento, si rimanda alle norme disciplinari del Decreto ministeriale in atto.

In particolare, si vuole ricordare che l'arrivo al luogo ed il rientro a casa deve essere fatto seguendo le norme sui trasporti quali il numero massimo di persone per auto a seconda di conviventi o meno e la posizione nei sedili il più distante possibile. Si rimanda comunque alla specifica legislazione che sarà in atto al momento della necessità, sia essa di carattere nazionale, regionale o locale.

Questo si applica anche durante la movimentazione delle auto all'inizio e alla fine di una discesa o altro.

Nei momenti di ritrovo di tutti i soci che parteciperanno all'evento andrà prima di tutto misurata la febbre con l'apposito termometro scanner, andranno fatte sanificare le mani e sarà compilato il registro delle presenze.

Non è consentito l'assembramento prima e dopo la discesa (ad esempio, mangiare insieme a valle della discesa o durante).

Si raccomanda l'uso della mascherina e il distanziamento interpersonale anche nei momenti di vestizione e svestizione.

Durante la discesa, cercare di contingentare il numero di discesisti al fine di mantenere la distanza interpersonale di 1 metro, in particolare nelle curve e con principianti dalla limitata destrezza kayakistica.



Si raccomanda di portare con sé in kayak, in una sacchetta stagna, la mascherina, da utilizzarsi nel caso ci si fermi durante la discesa o a fine attività.

In particolare, nel caso i soci necessitino di trasportare con sé cibo, bevande o chiavi ognuno dovrà provvedere al reperimento e al trasporto di tali beni per sé stesso poiché non è possibile la loro distribuzione da parte dell'associazione. Come riportato sopra tutto potrà essere trasportato tramite l'uso di una sacca o busta stagna posizionata dietro lo schienale del kayak, fissata in maniera tale da non costituire impedimento all'uscita della persona dal mezzo e in modo che in caso di ribaltamento questa non fluttui all'esterno del kayak.

Per i pernotti in eventuali campeggi, l'associazione non si fa carico della gestione di ciò e quindi ognuno si gestirà questa fase secondo le norme vigenti nel luogo e della struttura. Si raccomanda, a tal fine, di documentarsi in base al luogo ed al periodo rispetto alle norme vigenti, che siano esse di carattere nazionale, regionale o locale e della singola struttura.

## Gestione di una persona sintomatica

Nel caso in cui un socio presente sviluppi febbre e sintomi di infezione respiratoria quali la tosse lo deve dichiarare immediatamente, si dovrà procedere al suo isolamento e a quello degli altri presenti dai locali; si procederà immediatamente ad avvertire le autorità sanitarie competenti e i numeri di emergenza per il COVID-19 forniti dalla Regione o dal Ministero della Salute.

L'associazione collabora con le Autorità sanitarie per la definizione degli eventuali "contatti stretti" di una persona presente in associazione e nelle attività che sia stata riscontrata positiva al tampone COVID-19. Ciò al fine di permettere alle autorità di applicare le necessarie e opportune misure di quarantena. Nel periodo dell'indagine, l'associazione potrà chiedere agli eventuali possibili contatti stretti di lasciare cautelativamente lo stabilimento o la zona dell'evento, secondo le indicazioni dell'Autorità sanitaria.

Nel caso in cui un socio presente necessiti di soccorso, il personale presente dovrà immediatamente indossare i DPI e fare indossare alla persona che ha manifestato i sintomi una mascherina chirurgica (ove non già indossata).

## Accesso ed utilizzo del deposito

I soci dovranno utilizzare l'apposita applicazione per la prenotazione del materiale associativo e dovranno altresì comunicare al responsabile del mese la richiesta di ritiro del materiale prenotato.

L'accesso al deposito deve essere il più possibile contingentato, e comunque non possono trovarsi presenti più di due persone contemporaneamente all'interno e altre due all'esterno.

L'accesso per i soci è previsto solamente in caso di ritiro e caricamento del kayak sulla propria auto e previa compilazione dell'autocertificazione di buona salute.

Deve essere rispettata la distanza minima interpersonale di 1 metro e deve essere indossata la mascherina chirurgica.

Il responsabile del mese e i responsabili del deposito si occuperanno di compilare il registro delle presenze posto all'interno della rimessa.



Chiunque presenti febbre (oltre 37.5°), tosse, difficoltà respiratorie o altri sintomi quali mialgie diffuse, ageusia (assenza di gusto) e anosmia (perdita olfatto), dovrà rimanere presso il proprio domicilio e contattare immediatamente il proprio Medico di Medicina Generale o, in caso di sintomi gravi, il 118

È vietato l'accesso a chi negli ultimi 14 giorni abbia avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19.

L'accesso non è consentito a persone esterne all'associazione.

Tutti i locali saranno arieggiati frequentemente.

Prima e dopo l'utilizzo del deposito saranno disinfettate tutte le superfici oggetto di contatti ripetuti e promiscui quali maniglie o altro con prodotti caratterizzati dal 70% di etanolo.

Il materiale tecnico associativo utilizzato dai soci, una volta riconsegnato, sarà lavato con l'apposito disinfettante dagli organizzatori dell'uscita.

Le attrezzature rigide, quindi kayak, pagaie e caschetti verranno disinfettate con lo spray disinfettante e lasciate asciugare nel loro spazio.

## Sacca e busta stagna

È indicato l'ausilio di una busta stagna o di una sacca stagna:

**La busta stagna** è utile per l'inserimento della mascherina e delle chiavi dell'auto, poiché esse non potranno essere date in custodia ad altri per questioni sanitarie. Durante la discesa in fiume La busta stagna andrà posizionata sotto la supervisione degli istruttori attorno al collo e sotto la maglietta, in modo che nessuna parte del nastro sia esposta all'esterno dei vestiti.

**La sacca stagna** da 2 o 5 litri oltre a contenere mascherina e chiavi dell'auto, può trasportare una bottiglietta d'acqua e delle barrette energetiche, comode per la discesa del fiume. La sacca stagna andrà posizionata e agganciata sotto la supervisione degli istruttori, tra lo schienale del kayak e i sacchi di coda. Non dovrà essere messa in nessun'altro posto oltre a quello



BUSTA STAGNA



SACCA STAGNA

## Appendice A: depliant informativi da appendere



### Come **frizionare** le mani con la soluzione alcolica?

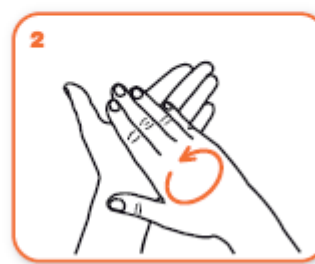
**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!  
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**



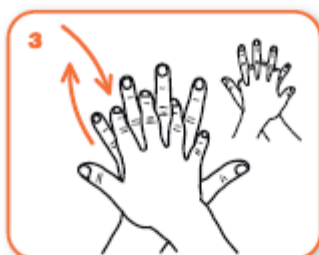
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



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



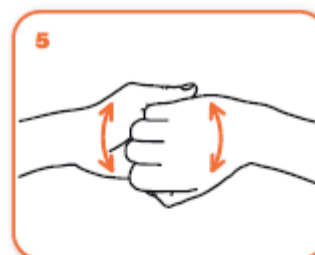
frizionare le mani palmo contro palmo



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



palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



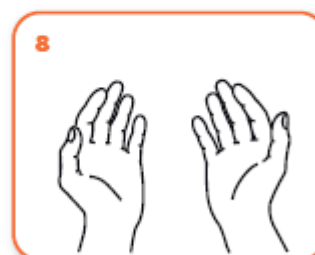
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



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.





## 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**



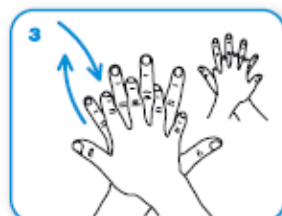
Bagna le mani con l'acqua



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



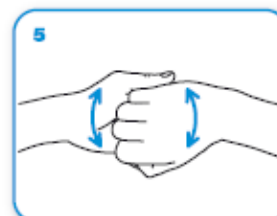
friziona le mani palmo contro palmo



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



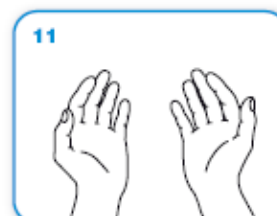
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



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



## VADEMECUM CONTRASTO E CONTENIMENTO



## VERSO LA DIFFUSIONE DEL COVID 19



COMPILA L'AUTOCERTIFICAZIONE DI IDONEITÀ ALL'ALLENAMENTO E CONSEGNA LA AD UN RESPONSABILE DELL'ASSOCIAZIONE



NON È POSSIBILE PARTECIPARE ALLE ATTIVITÀ ASSOCIATIVE SE SEI POSITIVO AL COVID 19, SE HAI SINTOMI INFLUENZALI E/O TEMPERATURA SUPERIORE A 37,5 M. IN QUESTI CASI INFORMA IL TUO MEDICO CURANTE



USA LA MASCHERINA FUORI DALL'ACQUA, NEGLI SPAZI DOVE NON RIESCI A MANTENERE LA DISTANZA DI 1 METRO O DI 2 METRI SE STIA FACENDO ATTIVITÀ FISICA



ADOTTA PRECAUZIONI IGENICHE PERSONALI: IGENIZZARE SPESSO LE MANI CON SOLUZIONI A BASE DI GEL IDROALCOLICO



IN ACQUA MANTIENI SEMPRE IL DISTANZIAMENTO SOCIALE DI ALMENO 2 METRI



EVITA DI TOCCARE OCCHI, NASO E BOCCA, ANCHE SE DOTATO DI GUANTI



STARNUTISCI O TOSSISCI UTILIZZANDO UN FAZZOLETTO O PORTANDO LA BOCCA TRA BRACCIO E AVAMBRACCIO, ALL'ALTEZZA DEL GOMITO



EVITA ABBRACCI E STRETTE DI MANO



EVITA L'USO PROMISQUO DI CIBI, BEVANDE E OGGETTI :  
UTILIZZA LA SACCA O LA BUSTA STAGNA PER IL TRASPORTO DI ESSI



PULISCI E SANIFICA IL KIT PACCHETTO CON IL VESTIARIO PER LE ATTIVITÀ IN ACQUA SECONDO LE MODALITÀ INDICATE NELLA DISPENSA CHE TI È STATA CONSEGNA



# Misure igienico-sanitarie per contenere il contagio da **CORONAVIRUS**



LAVATI SPESSO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA



UTILIZZA MISURE DI PROTEZIONE INDIVIDUALE IGIENICO-SANITARIE QUALI MASCHERINE E GUANTI MONOUSO



NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI



NEI CONTATTI SOCIALI, MANTIENI UNA DISTANZA INTERPERSONALE DI ALMENO UN METRO



È SCONSIGLIATO L'USO DELL'ASCENSORE



EVITA LE STRETTE DI MANO E GLI ABBRACCI



PULISCI LE SUPERFICI CON DISINFETTANTI A BASE DI CLORO O ALCOL



EVITA L'USO PROMISCUO DI BOTTIGLIE E BICCHIERI



NON PRENDERE FARMACI ANTIVIRALI E ANTIBIOTICI SE NON SONO PRESCRITTI DAL MEDICO

Info Coronavirus e Misure di Protezione - Ufficio Comunicazione

**EVITA IL CONTATTO RAVVICINATO CON PERSONE CHE SOFFRONO DI INFEZIONI RESPIRATORIE ACUTE**

**Se hai sintomi simili all'influenza resta a casa, non recarti al pronto soccorso, ma contatta il tuo medico, la guardia medica o il numero verde della Regione Veneto 800 462 340 o il numero di pubblica utilità 1500**



## CONTRASTO E CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL COVID-19 NELLE SOCIETA' SPORTIVE DI CANOA

Regole da adottare all'interno delle sedi societarie

### INGRESSO VIETATO

RESTA A CASA ED INFORMA IL TUO MEDICO CURANTE



Se hai sintomi influenzali e temperatura  $>37,5$

Se sei positivo al COVID-19

### INGRESSO CONSENTITO



Usa la mascherina negli spazi chiusi e dove non riesci a mantenere la distanza

Rispetta gli orari, compila l'autocertificazione di idoneità all'allenamento e consegnala in società



## NORME DI COMPORTAMENTO ESSENZIALI



### ADOTTARE PRECAUZIONI IGIENICHE PERSONALI

LAVARE FREQUENTEMENTE LE MANI CON ACQUA E SAPONE O CON SOLUZIONI A BASE DI GEL IDROALCOLICO.

**PULIZIA E SANIFICAZIONE GIORNALIERA**  
IGIENIZZARE LOCALI COMUNI, PORTE, BAGNI E ATTREZZATURE SPORTIVE (CANOE, PAGAIE)



### GESTIONE DEGLI SPAZI COMUNI

NON SARA' POSSIBILE UTILIZZARE PALESTRE, DOCCE, SALE RIUNIONI E SI DOVRANNO EVITARE ASSEMBRAMENTI NEGLI SPOGLIATOI E NELLE AREE RIMESSAGGIO IMBARCAZIONI

**MANTENERE SEMPRE IL DISTANZIAMENTO SOCIALE**  
almeno 2m





## Appendice B: autodichiarazione

AUTODICHIARAZIONE AI SENSI DEGLI ARTT. 46 e 47 del DPR 445/2000

Il sottoscritto:

nome e cognome: \_\_\_\_\_

data e luogo di nascita: \_\_\_\_\_

indirizzo di residenza: \_\_\_\_\_

codice fiscale: \_\_\_\_\_

iscritto presso l'associazione "360 Gradi Kayak" nell'anno 2021.

anche in nome e per conto del minore di seguito indicato (in qualità di legale rappresentante del medesimo):

nome e cognome: \_\_\_\_\_

data e luogo di nascita: \_\_\_\_\_

indirizzo di residenza: \_\_\_\_\_

codice fiscale: \_\_\_\_\_

DICHIARA SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITA'

- di non essere stato positivo al Covid-19 ovvero di essere stato dichiarato guarito clinicamente o con tampone negativo;
- di non essere sottoposto alla misura di quarantena;
- di non essere entrato a contatto con soggetti positivi negli ultimi 14 giorni e/o di non provenire da aree di rischio secondo le indicazioni dell'OMS;
- di non presentare sintomi influenzali o da Covid-19.

Il socio prende atto che la presente autodichiarazione viene rilasciata in nome proprio (e/o anche del soggetto minore sopra identificato) e si impegna a dare immediata comunicazione al direttivo in caso di ogni variazione ad una delle condizioni di cui sopra (eventualmente intervenute per sé o per il minore), informando anche il proprio medico curante.

Inoltre, il socio dichiara di essere informato e si impegna, anche in nome e per conto del minore sopra indicato, a rispettare tutti i regolamenti e protocolli adottati dalla A.S.D. "360 Gradi Kayak" come misure anticontagio Covid-19.

I dati personali sopra riportati saranno trattati esclusivamente per finalità di prevenzione dal contagio da COVID-19 come meglio indicato nell'Informativa ex art. 13 Regolamento UE, in esecuzione del Protocollo di sicurezza anti-contagio.

Data \_\_\_\_\_

Firma del dichiarante \_\_\_\_\_



## Appendice C: registro presenze

Data: \_\_\_\_\_

Orario: \_\_\_\_\_

Luogo: \_\_\_\_\_

Responsabile: \_\_\_\_\_

Elenco presenti:

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_

5) \_\_\_\_\_

6) \_\_\_\_\_

7) \_\_\_\_\_

8) \_\_\_\_\_

9) \_\_\_\_\_

10) \_\_\_\_\_

11) \_\_\_\_\_

12) \_\_\_\_\_

13) \_\_\_\_\_

14) \_\_\_\_\_

15) \_\_\_\_\_

16) \_\_\_\_\_

17) \_\_\_\_\_

18) \_\_\_\_\_

19) \_\_\_\_\_

20) \_\_\_\_\_