



FC Savosa Massagno

Casella postale 305
CH-6908 Massagno

T +41 79 681 00 11

info@fcsm.ch

www.fcsm.ch

«FC Savosa Massagno»

Misure specifiche di protezione covid-19

per le attività di allenamento dal 22 giugno 2020

Versione: 22.07.2020

Produttore: Mayk Senkal e Giulio Gennaio persone responsabili e delegati della società per il rispetto delle normative COVID-19





Condizioni quadro

Dal 6 giugno 2020, gli allenamenti e le partite/competizioni sono nuovamente consentiti in tutti gli sport, a condizione che vengano rispettati i piani di protezione specifici del club. Il 22 giugno 2020 sono entrati in vigore ulteriori adeguamenti. Nelle attività sportive che, come il calcio, richiedono un costante e stretto contatto fisico, gli allenamenti e le partite devono essere organizzati in modo che si svolgano in gruppi stabili, con la tenuta di una relativa lista di presenze. In questo contesto, un contatto ravvicinato è considerato prolungato (> 15 minuti) o un contatto ripetuto al di sotto di una distanza di 1,5 metri senza misure di protezione.

Negli allenamenti e nelle partite devono obbligatoriamente essere rispettati i seguenti principi:

1. Andare agli allenamenti e alle partite solo se asintomatici

Le persone con sintomi di malattia NON possono partecipare agli allenamenti e alle partite, e non possono essere presenti come spettatori. Devono rimanere a casa o essere messi in isolamento e vagliare ulteriori passi con il medico di famiglia.

2. Mantenere le distanze

All'arrivo, quando si entra nell'impianto sportivo, nello spogliatoio, durante le riunioni, quando si assiste a un allenamento o a una partita, al termine dell'allenamento o della partita, nel viaggio di ritorno, in tutte queste e simili situazioni si deve mantenere una distanza di 1,5 metri e si deve continuare a evitare le tradizionali strette di mano e tocchi di mano. Solo nell'allenamento vero e proprio e durante la partita è consentito il contatto fisico.

In tutti gli sport, il contatto fisico è consentito esclusivamente durante l'allenamento vero e proprio. Ogni partecipante deve avere a disposizione almeno 10 m² di spazio per allenarsi, il che significa che ai nostri allenamenti saranno suddivisi secondo il piano allenamenti allegato:

- | | |
|-----------|---|
| VALGERSA: | - divisione campo in due metà con allenamenti in simultanea di due squadre con un massimo di 25 ragazzi allenatori compresi per squadra (ca. 100 m2 a partecipante).
- divisione campo in quattro con allenamenti in simultanea di quattro squadre con un massimo di 25 ragazzi allenatori compresi per squadra (ca 60 m2 a partecipante). |
| VIRA: | - divisione campo in due metà con allenamenti in simultanea di due squadre con un massimo di 25 ragazzi allenatori compresi per squadra (ca. 90 m2 a partecipante).
- divisione campo in quattro con allenamenti in simultanea di quattro squadre con un massimo di 25 ragazzi allenatori compresi per squadra (ca 45 m2 a partecipante). |



3. Lavarsi accuratamente le mani

Il lavaggio delle mani gioca un ruolo cruciale per quanto riguarda l'igiene. Chi si lava accuratamente le mani con il sapone prima e dopo l'allenamento o la partita protegge se stesso e le altre persone.

4. Limitare il numero di persone presenti a max. 1'000

Nell'impianto sportivo possono essere presenti al massimo 1'000 persone (giocatori, allenatori, arbitri, staff, spettatori ecc.). Va garantito che, in caso di contagio, non venga superato il numero massimo di 300 persone da contattare. A tal fine si possono contrassegnare dei settori (ad esempio, ogni lato del campo di gioco viene contrassegnato come settore proprio). In caso di posti a sedere va lasciato come minimo un posto libero tra due persone. Se non può essere mantenuta la distanza prescritta di 1,5 metri si consiglia di far indossare una mascherina come consigliato dall'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP).

Se per una manifestazione vige l'obbligo generale di indossare la mascherina e/o la regola della distanza di 1,5 metri può essere rispettata per tutto il tempo si può evitare di contrassegnare dei settori e registrare i dati personali.

Il flusso di persone (ad esempio quando si entra e si esce dalle aree riservate agli spettatori) deve essere diretto in modo tale che la distanza di 1,5 metri tra i visitatori possa essere mantenuta.

Il limite massimo di persone presenti può essere ridotto dai Cantoni.

5. Tenere elenchi delle presenze

I contatti stretti tra le persone devono poter essere identificati per 14 giorni su richiesta dell'autorità sanitaria. Al fine di facilitare il tracciamento dei contatti, la società tiene una lista delle presenze di tutte le persone presenti a tutti gli allenamenti e a tutte le partite (giocatori, allenatori, arbitri, staff, spettatori ecc.). Per ogni sessione di allenamento e partita, la società designa una persona che è responsabile della completezza e della correttezza della lista e che assicura che tale lista sia disponibile per l'incaricato/a coronavirus della società in una forma concordata (si veda il punto 6). La forma in cui viene tenuta la lista (clubcorner.ch, doodle, app, Excel, ecc.) è a discrezione della società.

6. Designazione dell'incaricato/a coronavirus all'interno della società

Ogni organizzazione che svolge allenamenti o partite deve designare una o più persone responsabili del rispetto del piano coronavirus. Questa persona ha la responsabilità di garantire il rispetto delle disposizioni in vigore. Nella nostra società, queste persone sono Mayk Senkal e Giulio Gennaio. In caso di domande, non esitate a contattarli direttamente (**Mayk tel. +41 76 616 63 45 e Giulio tel. +41 79 681 00 11 info@fcs.ch e gennaio@bluewin.ch**).



7. Disposizioni particolari

Attenersi scrupolosamente alle raccomandazioni dei fogli allegati.
Nella lista presenze è importante indicare le persone assenti e il motivo della loro assenza.
Qualora il motivo della loro assenza viene giustificato con uno dei possibili sintomi del Covid-19 dovrà saltare obbligatoriamente gli allenamenti delle due settimane successive.

8. Allegati

Raccomandazioni di sicurezza per allenamenti luglio e agosto 2020 Campo Vira

Raccomandazioni di sicurezza per allenamenti agosto 2020 Campo Valgersa

Programma allenamenti luglio e agosto 2020 Campo Vira

Programma stagionale dal 17 agosto 2020 Valgersa e Vira

Lista presenze/assenze per squadre

Massagno, 22 luglio 2020

Mayk Senkal

Giulio Gennaio



FC SAVOSA-MASSAGNO

**CASELLA POSTALE 905
CH-8903 MASSAGNO**

Quadro generale per lo sport
dopo l'allenamento delle misure

Spirit

of

Sport

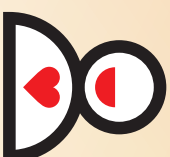
si chiama ora ...



Rispetto delle
norme igieniche
dell'UFSP



Rispettare la distanza
(1,5 m di distanziamento quando è possibile)



Niente sintomi
in allenamento/in gara



Manifestazioni sportive

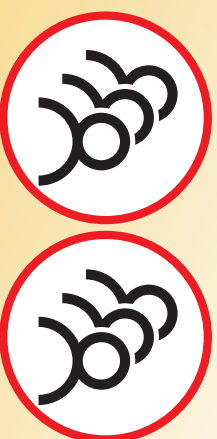
- con max. 1000 atleti
- con max. 1000 spettatori
- gruppi di max. 300 persone se la distanza di 1,5 metri non può essere rispettata



Attenersi al
concetto di protezione
delle società e dei gestori degli
impianti sportivi



Elenchi di presenze
(tracciabilità dei contatti stretti -
Contact Tracing)



Allenamento di specialità sportive
con stretto contatto fisico
in gruppi invariati
(raccomandazione)



RACCOMANDAZIONI DI SICUREZZA
ALLENAMENTI dal 17 AGOSTO 2020 CAMPO VALGERSA

1. Orari inizio e fine allenamenti sono da rispettare in modo scrupoloso onde evitare sovrapposizioni e assembramenti di allievi e genitori.
2. L'accesso al campo è consentito solamente agli allenatori e giocatori.
3. Programmare l'arrivo degli allievi puntuali ma non troppo in anticipo (ca. 5 min. prima dell'inizio dell'allenamento programmato)
4. Gli allievi dovranno arrivare al campo già cambiati pronti per l'allenamento tranne per le scarpe da calcio che saranno da indossare al campo.
5. Prima di iniziare bisogna redigere la lista presenze/assenze.
6. L'allenatore dovrà aprire tutte le porte degli spogliatoi e dei wc e lasciarle aperte onde evitare che tutti tocchino le maniglie.
7. Evitare che gli allievi entrino tutti nel medesimo tempo nello spogliatoio massimo 10 per spogliatoio solo per il cambio scarpe.
8. Durante tutto l'allenamento l'allenatore responsabile dovrà garantire le misure di igiene e di distanza sociale.
9. Evitare gli abbracci tra compagni.
10. Far lavare le mani almeno all'inizio e alla fine degli allenamenti in modo scaglionato.
11. Far portare la borraccia personale ad ogni allievo ed evitare che se la scambino.
12. Evitare di bere direttamente la rubinetto posto nelle adiacenze dei lavascarpe.
13. La pausa deve essere fatta in modo scaglionato o mantenendo le distanze sociali.
14. Lavorare il più possibile con diverse postazioni di lavoro e rispettare la parte di campo assegnata.
15. Vietato fare la doccia fino a nuovo avviso.
16. Le riunioni informative sia agli allievi che ai genitori dovranno essere fatte all'interno del campo mantenendo la distanza sociale.
17. Se un allievo dovesse presentare qualche sintomo quali tosse, febbre e/o ecc. dovrà essere allontanato al più presto e avvertire subito i genitori e segnalato nella scheda delle presenze.
18. L'allenatore o/e l'aiuto deve essere presente almeno 5 min prima dell'inizio del proprio allenamento e deve essere presente fino a che tutti gli allievi non saranno andati via a fine allenamento.
19. Vi preghiamo sin d'ora di non esagerare con gli allenamenti onde evitare sovraffollamenti. Lasciamo spazio a tutte le squadre! e ricordate che la stagione è lunga.
20. In caso di cattivo tempo tutti gli allenamenti sono annullati!



RACCOMANDAZIONI DI SICUREZZA
ALLENAMENTI LUGLIO/AGOSTO 2020 CAMPO PARCO VIRA

1. Orari inizio e fine allenamenti sono da rispettare in modo scrupoloso onde evitare sovrapposizioni e assembramenti di allievi e genitori.
2. Per il mese di luglio sarà a disposizione un solo spogliatoio (quello più piccolo) negli altri spogliatoi saranno presenti i ragazzi dello skater.
3. Allievi già cambiati pronti per l'allenamento tranne per le scarpe da calcio che saranno da indossare al campo.
4. Programmare l'arrivo degli allievi puntuali ma non troppo in anticipo (ca. 5 min. prima dell'inizio dell'allenamento programmato)
5. Evitare che i genitori stazionino troppo nella zona spogliatoi.
6. Durante tutto l'allenamento l'allenatore responsabile dovrà garantire le misure di igiene e di distanza sociale.
7. Evitare gli abbracci tra compagni.
8. Far lavare le mani almeno all'inizio e alla fine degli allenamenti in modo scaglionato.
9. Far portare la borraccia personale ad ogni allievo ed evitare che se la scambino.
10. Evitare di bere direttamente la rubinetto posto nelle adiacenze dei lavascarpe.
11. La pausa deve essere fatta in modo scaglionato o mantenendo le distanze sociali.
12. Lavorare il più possibile con diverse postazioni di lavoro.
13. Evitare che gli allievi entrino tutti nel medesimo tempo nello spogliatoi (mese di luglio inaccessibile)
14. Le riunioni informative sia agli allievi che ai genitori dovranno essere fatte all'interno del campo mantenendo la distanza sociale.
15. Se un allievo dovesse presentare qualche sintomo quali tosse, febbre e/o ecc. dovrà essere allontanato al più presto e avvertire subito i genitori.
16. L'allenatore o/e l'aiuto deve essere presente almeno 5 min prima dell'inizio del proprio allenamento e deve essere presente fino a che tutti gli allievi non saranno andati via a fine allenamento.
17. Vi preghiamo sin d'ora di non esagerare con gli allenamenti onde evitare sovraffollamenti. Lasciamo spazio a tutte le squadre! e ricordate che la stagione è lunga.
18. In caso di cattivo tempo tutti gli allenamenti sono annullati!

Piano Allenamento Provvisorio

luglio 2020 (ed eventualmente agosto)

Campo Vira

Allievi A :

Martedì - Giovedì

19:45 - 21:00

Allievi B/2 + D9/1

Martedì - Giovedì

18:15 - 19:30

Allievi E-2011

Lunedì - Mercoledì

17:30 - 18:30

Allievi C2

Lunedì - Mercoledì

17:45 - 19:00

Allievi D9/2

Mercoledì - Venerdì

18:30 - 19:30

Allievi C1

Lunedì - Mercoledì

16:30 - 17:30

Allievi E-2010 (Ertan)

Venerdì

18:15 - 19:30

Seniori

Lunedì

19:20 - 20:45

Vietato fare la doccia

Lunedì

Martedì

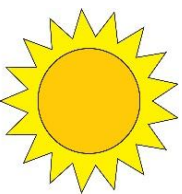
Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Valgersa
centro

		Scuola Calcio 2014/2015 15:30 - 16:30	Allievi E2 30 - 18:30 17:	Allievi E3 Allievi E1 17:30 - 18:45
Allievi F1 - F2 - G - E2 17:30 - 18:30	Allievi E3 Allievi E1 17:30 - 18:45	F1 - F2 - G 30 - 18:30 17:	Allievi D9/1 18:00 - 19:15	Allievi E3 Allievi E1 17:30 - 18:45
		(in caso di recuperi Vira)	Allievi D9/2 18:30 - 19:45	
Allievi C1 19:00 - 20:30	Allievi B 18:45 - 20:15	Allievi C2 19:00 - 20:30 ???	Allievi A 19:30 - 21:00	Partite Seniori 20:00



parco
Vira

	Portieri Allievi SC - E - D 17:30 - 18:30			
	Allievi D9/1 18:00 - 19:15 Allievi D9/2 18:30 - 19:45	Portieri Allievi A - B - C 19:30 - 20:30		Allievi C2 18:00 - 19:30
Seniori 19:30 - 21:00	Allievi A 19:30 - 21:00	Allievi C1 19:00 - 20:30	Allievi B 18:30 - 20:00	Allievi C1 19:30 - 21:00



parco
Vira

		Scuola Calcio 2014/2015 15:30 - 16:30		Allievi E3 Allievi E1 17:30 - 18:30
Allievi F1 - F2 - G - E2 17:30 - 18:30	Allievi D9/1 18:00 - 19:00	Portieri Allievi A - B - C 19:30 - 20:30		Allievi C2 18:30 - 19:30
	Allievi D9/2 18:30 - 19:30	Allievi A 19:30 - 21:00	Allievi B 18:30 - 20:00	Allievi C1 19:30 - 21:00
Seniori 19:30	Allievi A 19:30 - 21:00	Allievi C1 19:00 - 20:30	Allievi B 18:30 - 20:00	Allievi C1 19:30 - 21:00

