

**Protocollo di regolamentazione delle misure per il contrasto e il contenimento
della diffusione del virus Covid-19 in relazione allo svolgimento in sicurezza
PALESTRE E PALESTRE CHE PROMUOVONO SALUTE
in Emilia-Romagna**

1. Finalità

L'obiettivo del presente protocollo è fornire linee guida e indicazioni operative, omogenee sul territorio regionale, finalizzate a incrementare l'efficacia delle misure precauzionali di contenimento da adottare per contrastare l'epidemia di COVID-19 all'interno delle palestre, in funzione dell'avvio della cd. Fase 2 di riapertura delle strutture e delle attività dopo il lock-down, con l'obiettivo di tutelare la salute dei clienti, degli operatori e dei collaboratori.

Si evidenzia altresì l'importanza della responsabilità individuale da parte dei fruitori e dei clienti delle palestre nell'adozione di comportamenti rispettosi delle misure di sicurezza e prevenzione e, a tal fine, l'esigenza di una adeguata informazione rivolta a tutti.

Il presente documento è stato redatto nel rispetto dei principi contenuti nelle linee guida nazionali e potrà essere aggiornato, integrato o modificato, sulla base dell'evoluzione delle disposizioni del Governo per la cosiddetta Fase 2 relativa alla riapertura delle attività produttive alle quali attenersi per soddisfare gli obiettivi di sicurezza e il contenimento del contagio da Covid-19, dell'evoluzione dello scenario epidemiologico, nonché di eventuali ulteriori indirizzi di carattere tecnico-scientifico di livello nazionale o internazionale.

2. Campo di applicazione ed articolazione del protocollo

Il presente protocollo trova applicazione in relazione a tutte le attività che si svolgano nelle palestre.

Il documento si articola pertanto nelle seguenti sezioni:

- A. Palestre
- B. Palestre che promuovono salute per l'attività motoria adattata
- C. ALLEGATI:
 - Indicazioni tecniche per le attività di produzione, commercializzazione e somministrazione di alimenti in relazione al rischio SARS CoV-2.
 - Indicazioni tecniche per attività di pulizia, disinfezione e sanificazione in relazione al rischio sars cov-2.

Il documento prevede prescrizioni, raccomandazioni, indicazioni e suggerimenti operativi.

A) PALESTRE

1. Misure di carattere generale

Informazione e comunicazione

In considerazione dell'importanza della responsabilizzazione individuale dei fruitori delle palestre nell'adozione di comportamenti rispettosi delle misure di sicurezza e prevenzione, deve essere garantita l'adozione da parte dei titolari delle palestre, di tutti i possibili strumenti di informazione e comunicazione rivolte alla clientela sulle regole di accesso e comportamento.

In particolare, il gestore della palestra, attraverso le modalità più idonee ed efficaci, informa tutti i lavoratori e chiunque acceda alla struttura circa le disposizioni vigenti, consegnando e/o affiggendo all'ingresso e nei luoghi maggiormente visibili dei locali aziendali, appositi depliant e idonea cartellonistica finalizzati ad informare sulle misure precauzionali atte a contrastare la diffusione del virus responsabile del COVID-19 e sui corretti comportamenti da mantenere da parte della clientela

2. Ingresso clienti

Gli accessi alla palestra devono avvenire in modo ordinato, al fine di prevenire assembramenti e rispettare il distanziamento interpersonale di almeno un metro.

Ove opportuno in ragione dei flussi in ingresso e uscita e se possibile in ragione delle condizioni logistiche esistenti, potranno essere individuati percorsi dedicati differenziati per l'ingresso e l'uscita dalla struttura da parte dei clienti.

L'accesso dei clienti è consentito se protetti da mascherine chirurgiche (o analoghe mascherine consentite) che dovranno essere indossate anche durante la permanenza nelle aree comuni, tranne durante lo svolgimento dell'attività sportiva/motoria.

Le Palestre dovranno redigere un programma delle attività il più possibile pianificato utilizzando un sistema di prenotazione attraverso modalità informatica o telefonica in modo da evitare condizioni di assembramento e aggregazioni e fino ad esaurimento dei posti, determinati in base al numero massimo di postazioni possibili atte a garantire il necessario distanziamento interpersonale come da successivo par. 8. Sarà cura del gestore mantenere l'elenco delle presenze per un periodo di 14 giorni.

Il personale addetto al ricevimento dei clienti dovrà essere dotato di dispositivi e attrezzature di protezione nelle postazioni di lavoro che limitino il contatto con *droplets* e aerosol (mascherine ed eventuali o schermature) e dovrà fornire ai clienti in arrivo tutte le informazioni relative alle disposizioni e ai comportamenti da rispettare all'interno della palestra per prevenire i rischi. Comunque deve essere garantita la distanza di sicurezza di almeno un metro tra le persone quando non svolgono attività fisica, anche utilizzando apposita segnaletica. Potrà essere rilevata la temperatura corporea, tramite termometro digitale senza contatto, impedendo l'accesso in caso di temperatura > 37,5°C.

All'ingresso e presso le postazioni di lavoro devono essere predisposti dispenser contenenti soluzione idroalcolica o salviette igienizzanti per le mani e ogni persona deve procedere alla igienizzazione delle mani sia in ingresso che in uscita.

Al fine di evitare code o assembramenti alle casse, si potrà altresì promuovere l'utilizzo di sistemi di pagamento veloci (card contactless) o con carte prepagate o attraverso portali/app web.

3. Servizi igienici e spogliatoi

Si raccomanda di organizzare gli spazi negli spogliatoi e docce in modo da assicurare le distanze di almeno un metro (ad esempio prevedere postazioni alternate o separate da apposite barriere). L'utilizzo dello spogliatoio deve comunque essere contingentato per garantire le distanze di sicurezza all'interno degli stessi. Tutti gli indumenti ed oggetti personali dovranno essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora

depositati negli appositi armadietti. Si raccomanda di non consentire l'uso promiscuo degli armadietti e di mettere a disposizione dei sacchetti per riporre gli effetti personali.

Occorre prevedere la pulizia degli spogliatoi e dei servizi igienici più volte durante la giornata, in relazione all'afflusso dei clienti, e la disinfezione dopo la chiusura, compresi gli armadietti.

4. Accesso ai locali di pratica motoria

L'accesso negli spazi dove si pratica attività fisica sarà garantito negli orari stabiliti che potranno, a discrezione del centro, essere dilatati proprio per venire incontro alle esigenze della clientela. I flussi, l'accesso alle diverse aree, il posizionamento degli attrezzi e delle macchine dovrà essere regolamentato al fine di garantire la distanza di sicurezza: almeno un metro per le persone, mentre non svolgono attività fisica, almeno due metri durante l'attività fisica (con particolare attenzione a quella intensa).

Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, il responsabile della struttura assicura la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati. Eventuali attrezzi o macchine che non possano essere disinfettati non devono essere utilizzati.

Deve inoltre essere garantita la frequente pulizia e disinfezione dell'ambiente, degli oggetti e superfici maggiormente esposte al contatto di più persone o più frequentemente manipolate.

E' vivamente consigliabile agli utenti procedere all'igienizzazione delle mani tra un attrezzo e l'altro, mediante soluzione idroalcolica o salviette messi a disposizione dal gestore.

In palestra si devono utilizzare calzature previste esclusivamente a questo scopo. Non è consentito condividere borracce, bicchieri, bottiglie e scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.

Sono consentite attività motorie di gruppo, pur nel rispetto del mantenimento della distanza di due metri tra le persone. Per quanto riguarda sport da svolgere a coppie o in squadre (racchettoni, beach volley, calcetto etc.), occorrerà attenersi alle indicazioni fornite al riguardo dal Ministero dello Sport e dalle federazioni per la pratica sportiva (CONI, FEDERAZIONI SPORTIVE.), inibendo le tipologie di attività sportive che dovessero essere vietate.

In merito alla possibilità di svolgere tornei o competizioni sportive occorre rimettersi ai divieti e alle indicazioni governative in materia.

5. Microclima

Per quanto riguarda il microclima, è fondamentale 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 un idoneo microclima è necessario:

- Garantire periodicamente l'aerazione naturale nell'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 (eventualmente anche adottando pacchi filtranti più efficienti);
- 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 quali spogliatoi, servizi igienici, ecc., ma dotati di ventilatori/estrattori meccanici, questi devono essere mantenuti 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, andrà posta particolare attenzione al fine di evitare lo stazionamento e l'assembramento di persone, adottando 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;
- Le prese e le griglie di ventilazione devono essere pulite con panni puliti in microfibra inumiditi con acqua e sapone, oppure con alcol etilico al 75%;
- Evitare di spruzzare prodotti per la pulizia detergenti/disinfettanti spray direttamente sui filtri per non inalare sostanze inquinanti, durante il funzionamento.

6. Ristorazione-bar

Nel caso di presenza all'interno della palestra di un bar o di un punto ristoro valgono le indicazioni descritte nelle "Indicazioni tecniche per le attività di produzione, commercializzazione e somministrazione di alimenti in relazione al rischio SARS CoV-2", in allegato.

7. Piscine e aree benessere

Ove presenti, si applicano le misure di prevenzione previste per tali attività. Diversamente occorrerà inibirne l'accesso e l'utilizzo.

8. Formazione e informazione del personale

L'impresa titolare della palestra provvederà a formare ed informare il proprio personale tramite momenti formativi che includano i contenuti della presente linea guida e le eventuali procedure organizzative interne per la prevenzione della diffusione del virus responsabile del COVID-19.

Ogni membro del personale, sia dipendente della struttura, sia dipendente di ditte terze operanti nella struttura, dovrà rispettare rigorosamente le misure indicate nelle presenti linee guida.

Si raccomanda la responsabilizzazione del personale riguardo al fatto che in caso di temperatura superiore a 37,5 °C e sintomatologia simil influenzale non ci si deve recare al lavoro ma si deve rimanere al proprio domicilio e contattare il proprio medico curante.

B) PALESTRE CHE PROMUOVONO SALUTE PER L'ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA

Gli indirizzi regionali per la promozione dell'attività fisica come strumento di prevenzione e terapia per contrastare l'insorgenza e l'evoluzione delle malattie croniche non trasmissibili, hanno portato alla creazione di una rete di palestre, riconosciute dalle istituzioni pubbliche, denominate **Palestre che promuovono Salute per l'Attività Motoria Adattata**. Queste palestre hanno aderito ad un codice etico, garantiscono la presenza di personale con Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata (LM-67), la disponibilità di spazi ed apparecchiature e sono titolate a fornire corsi di Attività Motoria Adattata dedicati alle persone inviate dai medici sulla base di specifici protocolli regionali.

Le attività sono finalizzate esclusivamente al raggiungimento di un miglior stato di salute e non essendo praticate secondo regole e tecniche definite da specifiche discipline sportive, non si configurano come attività sportive.

Per le Palestre che promuovono Salute per l'Attività Motoria Adattata valgono le regole contenute nel protocollo sopra riportato relativo a tutte le palestre.

In più dovranno garantire che il personale dedicato alle persone che afferiscono alla struttura con una prescrizione medica di Attività Motoria Adattata, parlando o insegnando i movimenti in vicinanza del proprio cliente, indossi una mascherina protettiva e igienizzi le mani al termine di ogni seduta di allenamento.

ALLEGATI:

- **Indicazioni tecniche per le attività di produzione, commercializzazione e somministrazione di alimenti in relazione al rischio SARS CoV-2**
- **Indicazioni tecniche per attività di pulizia, disinfezione e sanificazione in relazione al rischio SARS CoV-2.**