

## PROTOCOLLO SPECIFICO ANTICONTAGIO

### GIMI Sport Club

#### PALESTRA CHE PROMUOVE SALUTE E ATTIVITÀ MOTORIA ADATTATA

RIVOLTO AI CORSI: “EMISPRINT”, “QUASI AMICI”, “ABBASSO LA FATICA”, LOMBALGIE

#### LINEE GUIDA:

MISURE DI PRECAUZIONE FINALIZZATE AL CONTENIMENTO DEL CONTAGIO DELLA POPOLAZIONE DA COVID-19.

#### ACCESSO ALLA STRUTTURA

- L'accesso è subordinato alla compilazione del modulo di **Autodichiarazione Covid-19** (solo il 1° accesso e dopo un'assenza dal proprio corso). Per evitare file e assembramenti in reception, è possibile scaricare il modulo dal sito internet ([https://www.polmasi.it/var/cms/files/news/2020/AutodichiarazioneCovid\(1\).pdf](https://www.polmasi.it/var/cms/files/news/2020/AutodichiarazioneCovid(1).pdf)) o richiederlo in anticipo all'insegnante, compilarlo e portarlo già firmato.
- L'accesso è consentito unicamente agli utenti in regola con la **certificazione medica**, in possesso di **invio specifico** da parte di Fisiatra Ausl di Bologna (“Emisprint”, “Quasi Amici” e “Abbasso la Fatica”) o con **prescrizione medica** (Lombalgia). Se si fanno assenze a causa di sintomi influenzali, per riprendere l'attività in palestra è necessario un certificato del medico di base che attesti la guarigione.
- **L'uso della mascherina è obbligatorio** per accedere e per spostarsi all'interno della struttura, non durante l'attività motoria. Non è obbligatorio l'uso di guanti.
- **All'ingresso:**
  - Il personale provvederà alla **misurazione della temperatura corporea** di ogni utente con termometro a distanza.
  - È necessario **igienizzare le mani** utilizzando gli appositi dispenser, procedura che è consigliabile ripetere in più occasioni e in uscita.
- **Per evitare assembramenti in reception:**
  - L'accesso alla struttura è consentito solo 5 minuti prima dell'orario del corso.
  - L'accesso alla struttura di un parente o care giver sarà consentito solo se strettamente necessario e indispensabile per l'utente per raggiungere lo spazio di svolgimento delle attività motorie. Il care giver dovrà indossare la mascherina per tutto il tempo necessario allo svolgimento delle attività d'aiuto e attendere il termine del corso fuori dalla struttura.
- Il personale della palestra sarà dotato di dispositivi di protezione individuale a copertura delle vie respiratorie.
- È obbligatorio tenere la distanza interpersonale di **1 metro** durante gli spostamenti all'interno degli spazi comuni e negli spogliatoi. La distanza aumenta a **2 metri** durante l'attività motoria.

- L'accesso alle attività è consentito solo se muniti di **calzature specifiche da utilizzare solo all'interno della struttura** e tappetino personale per sdraiarsi a terra.
- La fontanella dell'acqua, per motivi di sicurezza, non potrà essere in funzione.

#### **UTILIZZO SPOGLIATOI E COMPORTAMENTO NEGLI SPAZI COMUNI**

- Spogliatoi e servizi igienici sono aperti ma per stazionarvi il minor tempo possibile: si consiglia di arrivare in palestra indossando già l'abbigliamento per l'attività.
- Negli spogliatoi, armadietti e sedute utilizzabili sono contrassegnati ai fini della sicurezza.
- È obbligatoria una borsa o uno zaino per riporre gli indumenti e gli effetti personali non utili all'allenamento. La stessa deve essere depositata dentro un armadietto. Negli spazi comuni nulla potrà essere lasciato incustodito.