

HOCKEY CLUB



CONCETTO DI PROTEZIONE

COVID-19

STAGIONE 2020-2021

Hockey Club Locarno

Versione 3.0/16.08.2020

1 Obiettivo e condizioni quadro

1.1 Obiettivo

L'obiettivo principale di tutti noi è quello di salvaguardare la nostra salute con un comportamento personale responsabile e rispettando le direttive del Consiglio federale, ma anche quello di poter dedicarci al nostro hockey su ghiaccio in piena sicurezza.

Le direttive quadro per allenarci in modo strutturato ci vengono date dal Consiglio federale, risp. dall'UFSP e vengono adattate regolarmente alla situazione e alla strategia. Questa versione 1.0 del concetto di protezione è stata redatta il 04.08.2020 ed è soggetta a continui adattamenti a causa delle direttive del Consiglio federale.

A partire dal 6 giugno 2020 sono nuovamente consentite le attività di allenamento per tutte le discipline sportive, nel rispetto dei piani di protezione specifici delle società. Per le attività sportive in cui è richiesto un contatto fisico stretto prolungato, l'allenamento deve essere progettato in modo tale da svolgersi esclusivamente in gruppi fissi, con tenuta di un elenco delle presenze.

Si definisce «stretto» un contatto prolungato (>15 minuti) o ripetuto, a una distanza di 1,5 metri e senza misure di protezione.

È nostra responsabilità personale seguire queste direttive in ogni situazione della nostra vita ma anche lavorare con spirito critico ed innovativo per superare questa crisi ed evolvere ogni giorno.

Questo concetto ha successo solo se tutti, ovvero i giocatori e i membri dello staff, rispettano le direttive sulla distanza sociale e l'igiene!

1.2 Condizioni quadro

Il presente concetto è sviluppato nel rispetto delle direttive emanate dal Consiglio Federale e dall'UFSP e basato sul "Concetto di protezione SARS-COVID-19" redatto da Swiss Olympic e dalla SIHF, nonché sul concetto sviluppato dalla SIHF (1.0 del 22.07.2020).

1.3 Principi base da rispettare

- Solo chi è senza sintomi può allenarsi/giocare
- Mantenere le distanze: durante il viaggio di arrivo, all'entrata dell'impianto sportivo, dopo l'allenamento, al ritorno a casa: in tutte queste e altre situazioni simili, deve ancora essere mantenuta la distanza di 1,5 metri e vanno ancora evitati saluti tradizionali come le strette di mano o darsi il cinque. 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 trasporto deve essere nel limite del possibile individuale (automobile, bicicletta a piedi). L'asciugamano e gli altri articoli per l'igiene sono strettamente personali e vengono portati da casa e riportati a casa. Dopo l'allenamento di regola andare a casa direttamente.
- Rispettare le regole di igiene.
- Gruppo di allenamento documentato.
- **La persona responsabile del rispetto del piano coronavirus per Hockey Club Locarno è Alex Brechbühl (079 414 28 48).**

2.1 Sintomi tipici del Covid-19

I sintomi tipici del covid riconosciuti sono:

- Tosse (generalmente secca)
- Mal di gola
- Fiato corto
- Febbre (37.5°), sensazione di febbre
- Dolori muscolari generalizzati
- Improvvisa perdita di gusto e olfatto

Più raramente si possono pure presentare i seguenti sintomi:

- Mal di testa
- Sintomi stomaco-intestinali
- Congiuntivite
- Raffreddore

2.2 Principali mezzi di prevenzione

I principali mezzi per la prevenzione da infezione Covid-19 sono il distanziamento sociale e il rispetto delle norme di igiene.

Un contagio con il nuovo Coronavirus può avvenire se la distanza da una persona malata è inferiore a 1,5 metro per 15 minuti. Tenendo le distanze si protegge sé stessi e altre persone

da un contagio. All'arrivo, all'entrata nell'impianto sportivo, nel guardaroba, nelle discussioni all'interno della squadra, nella doccia e nell'utilizzo dei WC, dopo l'allenamento/la partita, nel viaggio di ritorno la distanza di 1,5 metri tra le persone deve essere rispettata, se possibile. Lavare regolarmente le mani e/o disinfettare le mani: Prima e dopo ogni allenamento/partita lavare bene le mani con del sapone. Il lavaggio delle mani e la disinfezione regolare con alcool riveste un ruolo determinante nella prevenzione di un'infezione da Covid-19. È assolutamente obbligatorio starnutire in un fazzoletto o nella piega del gomito per proteggere l'ambiente circostante.

2.3 Persone in ritorno dall'estero

Le persone che rientrano da un soggiorno all'estero devono seguire le seguenti procedure.

- Se provengono da uno dei paesi dichiarati a rischio dall'UFSP e riportanti nella relativa lista che si trova al seguente indirizzo e viene regolarmente aggiornata; devono obbligatoriamente seguire un periodo di 10 giorni di quarantena.
- <https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemie/n/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/empfehlungen-fuer-reisende/quarantaen-e-einreisende.html>
- Se non provengono da uno dei paesi a rischio ma presentano sintomi devono mettersi in quarantena ed effettuare il test, poi procedere secondo le indicazioni del proprio medico e/o del medico cantonale
- Se non provengono da uno dei paesi a rischio e non presentano sintomi, possono essere reintrodotti nella squadra con informazione sulle misure di igiene/protezione

Hockey Club Locarno

3.1 Concetti generali validi per la squadra

3.1.1 Allenamento

- I giocatori e i membri dello staff che presentano uno dei sintomi, anche lievi, della malattia devono rimanere a casa e mettersi subito in contatto telefonicamente con il proprio medico e avvisare l'allenatore.
- Ci si reca ad allenamento possibilmente da soli, se questo non è possibile si devono rispettare le regole di distanza o portare la mascherina.
- Ogni volta che si entra in spogliatoio ci si lava immediatamente le mani a fondo.
- Negli spogliatoi entrano unicamente i giocatori ed i membri dello staff.
- **All'interno degli spogliatoi tutti portano sempre la mascherina** ad eccezione di quando si fa la doccia. Il club consegnerà a tutti i giocatori e ai membri dello staff delle mascherine.
- Tutti i giocatori devono avere e utilizzare la propria borraccia personale.
- La doccia viene fatta rispettando la distanza di 1,5 m.
- È vietato utilizzare asciugacapelli e asciugamani elettrici.
- Dopo ogni allenamento tutti devono liberare lo spogliatoio in tempi brevi.
- Tutti portano sempre a casa da lavare gli indumenti di ricambio (pigiama, calze, mutande, vestiti da off-ice, asciugamani,...) e borraccia.

- Le maglie d'allenamento saranno personali e ogni giocatore è tenuto a lavarla dopo ogni allenamento.
- Lo spogliatoio viene pulito dopo ogni allenamento.
- Chi dovesse presentare dei sintomi o risultare positivo a un test deve avvisare al più presto l'allenatore.
- Chi rientra da un luogo a rischio (vedi lista UFSP) deve rispettare il periodo di quarantena senza recarsi agli allenamenti e deve comunicarlo all'allenatore responsabile.
- L'allenatore tiene la lista delle presenze.

3.2.2 Partite

- Per giocatori e allenatori non c'è l'obbligo di indossare la mascherina in panchina.
- Il riscaldamento fuori da ghiaccio è da svolgere possibilmente all'aperto in piccoli gruppi rispettando le distanze. Al rientro in spogliatoio è obbligatorio lavare le mani.
- Il riscaldamento sul ghiaccio viene svolto nella propria metà campo. Al rientro in spogliatoio è obbligatorio lavare le mani.
- Il saluto prima e dopo la partita viene svolto allineandosi sulla linea blu alzando il bastone. Non è più possibile il saluto con la mano o con il pugno nemmeno tra capitani, tra lo staff e con gli arbitri.
- I generi alimentari sciolti sono vietati (sono permessi solo generi alimentari individuali imballati /preparati supplementari).

In casa:

- Il personale addetto al cronometro e al report deve essere ridotto al minimo indispensabile. Nel caso non possa essere garantito il distanziamento sociale (1,5 m e 15 min.) questo personale deve indossare la mascherina.
- Per i funzionari addetti alla panchina dei penalizzati vige l'obbligo di indossare la maschera e i guanti.
- Gli arbitri sono obbligati a disinfettare regolarmente le mani. Hanno a disposizione bottigliette di disinfettante sulla panchina dei penalizzati/nello spazio dei cronometristi.
- Viene tenuto un controllo delle presenze sia della propria squadra sia della squadra ospite(compreso lo staff).
- La squadra ospite si attiene alle direttive della Brima SA proprietaria della struttura.

Pubblico:

- Valgono di principio le regole dell'impianto sportivo (Pista Siberia Ascona)

In trasferta:

- I giocatori di principio utilizzano la loro macchina privata, se più giocatori salgono sulla stessa macchina, sono tenuti a indossare la mascherina.
- Valgono di principio le regole dell'impianto sportivo

Questo concetto di protezione è stato invitato a Brima SA per la plausibilizzazione e la concessione di utilizzo delle infrastrutture I documenti vengono distribuiti come segue:

- Brima
- Comitato
- Allenatore
- Giocatori
- SIHF

In caso di un ulteriore allentamento o di altre direttive da parte dell'UFSP o delle autorità cantonali, i concetti di protezione possono essere periodicamente adattati e aggiornati in collaborazione con la SIHF o NL & SL Operations.

Alex Brechbühl