



**Piano di protezione Covid-19
per la ripresa delle attività
di allenamento**

Sommario

1. Introduzione	3
2. Obiettivi di Swiss-Ski	3
3. Piano di protezione di Swiss-Ski	3
3.1 Distinzione tra sport professionistico e amatoriale	4
3.2 Organizzazione degli allenamenti.....	4
3.3 Misure specifiche in base alle discipline sportive.....	5
4. Responsabilità.....	5
5. Comunicazione	6
5.1 Organigramma comunicazione.....	6
5.2 Distributori Swiss-Ski	6
Appendice	

Versione	1	In vigore dall'11 maggio 2020
Redatto da:	Boris Flury, Responsabile segreteria sportiva Ski Freestyle & Snowboard	30 aprile 2020
Revisionato da:	Roman Eberle, Responsabile comunicazione Sci Alpino	1 maggio 2020
Richiesto da:	Walter Reusser, Direttore Sci Alpino	1 maggio 2020
Approvato da:	Presidium Swiss-Ski	4 maggio 2020
Approvato da:	UFSPD	6 maggio 2020

1. Introduzione

Il 29 aprile 2020 il Consiglio Federale ha deciso che a partire dall'11 maggio 2020 le organizzazioni sportive potranno riprendere le attività di allenamento nel rispetto delle disposizioni di carattere sanitario / epidemiologico dell'Ufficio federale della salute pubblica (UFSP).

Specifiche UFSP (v. Appendice / [Link UFSP](#)):

- ▷ Tenersi a distanza (>2 m/10 m² per persona)
- ▷ Evitare di spostarsi con i mezzi pubblici
- ▷ Lavarsi accuratamente le mani – prima e dopo gli allenamenti
- ▷ Evitare le strette di mano

Il presente piano di protezione definisce il quadro e le condizioni per una prima fase di ripresa delle attività di allenamento relativi agli sport sulla neve in Svizzera (sport di eccellenza e di massa). Il piano **è in vigore dall'11 maggio 2020 fino a nuovo avviso** (senza ulteriori restrizioni federali).

2. Obiettivi di Swiss-Ski

- ▷ La salute delle collaboratrici e dei collaboratori, nonché delle atlete e degli atleti è di massima priorità per Swiss-Ski.
- ▷ Swiss-Ski agisce in modo solidale e rispetta scrupolosamente le disposizioni del governo federale. Il contenimento e il contrasto della diffusione del virus da Covid-19 determinano l'orientamento strategico dell'associazione.
- ▷ Sulla base del presente piano di protezione, Swiss-Ski intende riprendere le attività di allenamento a partire dall'11 maggio 2020.
- ▷ I processi e le regole del piano di protezione sono chiari e comprensibili: questo trasmette sicurezza alle atlete, agli atleti e allo staff in tutti i loro comportamenti.

3. Piano di protezione di Swiss-Ski

Il piano di protezione è stato sviluppato da gruppi di lavoro suddivisi per disciplina sportiva: sci alpino, sci freestyle e snowboard, sci di fondo, biathlon e salto con gli sci. Nella costituzione dei gruppi di lavoro si è cercato di garantire la disponibilità delle competenze di specialisti esperti degli allenamenti specifici per ciascuna disciplina, di allenamenti per la condizione fisica, di fisioterapia e di medicina dello sport. Il piano di protezione è stato approvato dal Presidium e dalla Direzione di Swiss-Ski.

Le condizioni quadro del governo federale per la messa a punto dei piani di protezione sono disciplinate nell'Appendice e costituiscono la base per lo specifico piano di protezione di Swiss-Ski.

3.1 Distinzione tra sport professionistico e amatoriale

Il 29 aprile 2020, il Consiglio federale ha annunciato per lo sport professionistico un allentamento in termini di dimensioni dei gruppi di allenamento e delle regole di distanziamento.

Per Swiss-Ski e le sue discipline sportive, la distinzione tra sport professionistico e amatoriale è regolata come segue:

Sport professionistico:

- Tutti i quadri Swiss-Ski: squadra nazionale, quadri A, B e C con convocazione ufficiale di Swiss-Ski
 - Titolare di una delle seguenti Swiss Olympic Card: Gold, Silver, Bronze, Elite o Talent Card National
- ▷ Nelle attività di allenamento dello sport professionistico, le dimensioni dei gruppi possono essere superiori a 5 persone ed è consentito il contatto fisico.

Sport amatoriale:

- Tutti i quadri non Swiss-Ski: associazioni regionali, centri di prestazione nazionali e regionali, scuole nazionali e regionali e club sciistici
- ▷ Per lo sport amatoriale si applicano le disposizioni generali del governo federale; in particolare, gruppi di max. 5 persone e distanziamento di 2m / 10m² a persona.
- ▷ Nel caso di gruppi misti (sport professionistico e amatoriale) si applicano le regole dello sport amatoriale.

3.2 Organizzazione degli allenamenti

Per quanto riguarda le attività di allenamento, si applica l'ordinanza federale del 29 aprile 2020 ([link UFSPPO](#), cpv. 6, art. 4b).

Una convocazione scritta costituisce la base per tutti i corsi e campi di allenamento organizzati da Swiss-Ski (per le atlete e gli atleti dei quadri Swiss-Ski). In questo modo è possibile accertare e controllare quante persone sono effettivamente presenti in ciascun impianto sportivo o in ciascun corso.

Prima di entrare o uscire da un blocco di allenamento, tutte le atlete e gli atleti Swiss-Ski devono confermare con la loro firma che sono in buona salute e che non hanno sintomi correlati alla malattia (febbre / tosse / malesse-ri).

Quando si utilizzano impianti e strutture esterne come impianti sportivi, funivie, alloggi (alberghi/campus o simili), ristoranti, ecc., si applicano le disposizioni di protezione nazionali e cantonali in vigore al momento dell'utilizzo, nonché il piano di protezione in vigore del gestore dell'impianto.

Le allenatrici e gli allenatori responsabili si mettono preventivamente in contatto con le organizzazioni e verificano l'attuabilità delle disposizioni di protezione.

[Link Funivie Svizzere](#)

[Link HotellerieSuisse](#)

[Link UFSPPO \(centri di prestazione Magglingen/Tenero / Andermatt\)](#)

3.3 Misure specifiche in base alle discipline sportive

Swiss-Ski comprende le seguenti 11 discipline sportive:

sci alpino, sci di fondo, combinata nordica, salto con gli sci, biathlon, snowboard, freeski, ski cross, aerials, gobbe e telemark.

Queste discipline sono state riunite in 3 gruppi, per i quali sono state redatte **3 appendici** riportanti le specifiche misure del piano di protezione:

Appendice del piano	Discipline sportive
Sci alpino – Link Appendice Sci alpino	Sci alpino
Sci nordico – Link Appendice Sci nordico	Sci di fondo, combinata nordica, salto con gli sci, biathlon
Freestyle – Link Appendice Freestyle	Snowboard, skicross, freeski, aerials, gobbe, telemark

Le appendici specifiche per le varie discipline sportive sono parte integrante di questo piano di protezione.

- ▷ Sport professionistico: Le misure del piano di protezione devono essere applicate e rispettate da tutti i partecipanti agli allenamenti sotto la responsabilità di Swiss-Ski (con convocazione scritta o elenchi delle presenze (per gli allenamenti di appoggio)). Se non è possibile soddisfare tutte le condizioni del piano di sicurezza, le attività di allenamento non si svolgono.
- ▷ Sport amatoriale: Per lo sport amatoriale si raccomandano le disposizioni specifiche per ciascuna disciplina (v. Appendici) del piano di protezione.

4. Responsabilità

- ▷ Swiss-Ski garantisce la comunicazione delle misure del piano di protezione in base all'organigramma illustrato al punto 5. Il piano di protezione sarà messo a disposizione di tutte le organizzazioni sportive affiliate a Swiss-Ski, nonché dei gestori degli impianti, e pubblicato sul suo sito web (swiss-ski.ch).
- ▷ La responsabilità dell'attuazione e del controllo delle misure definite spetta alle allenatrici e agli allenatori di competenza. I medici disciplinari assegnati sono a loro disposizione in qualità di consulenti.
- ▷ Le atlete e gli atleti sono tenuti ad attenersi con coerenza alle misure prescritte e a segnalare immediatamente eventuali sintomi di un possibile contagio all'allenatrice o all'allenatore del gruppo.
- ▷ I gestori degli impianti sportivi sono responsabili delle corrispondenti condizioni quadro / piani di protezione per gli impianti sportivi.
- ▷ **Tutte le parti coinvolte si attengono al piano di protezione con spirito di solidarietà e con grande senso di responsabilità personale!**

Responsabile per le misure di protezione Covid-19 presso Swiss-Ski:

Boris Flury, boris.flury@swiss-ski.ch, +41 31 950 62 19

5. Comunicazione

Le misure del piano di protezione sono comunicate secondo il seguente schema:

5.1 Organigramma comunicazione

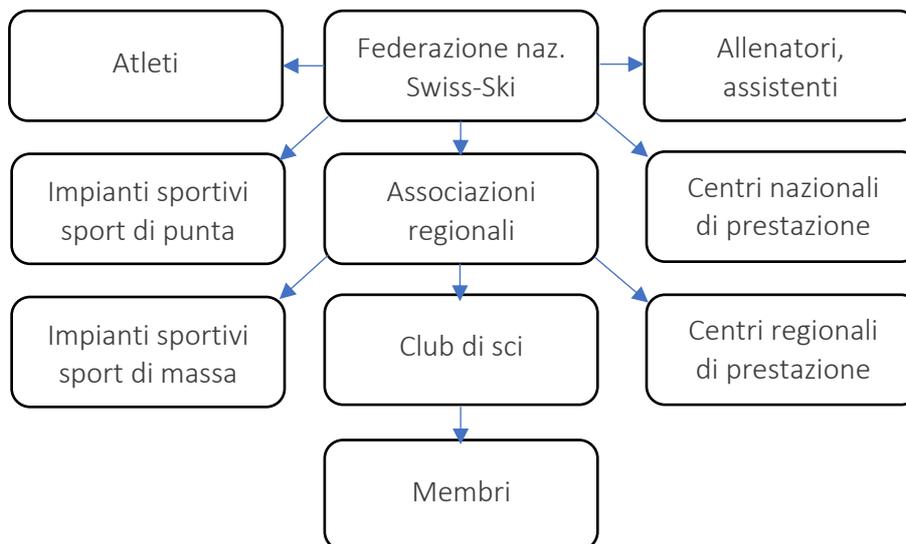


Fig.: Filiera di comunicazione del piano di protezione Swiss-Ski

- ▷ Swiss-Ski informa tutte le atlete e gli atleti dei quadri (inclusi quadri di promozione) nonché tutto lo staff dell'associazione
- ▷ Swiss-Ski informa le 11 associazioni regionali e gli impianti sportivi nazionali
- ▷ Le associazioni regionali informano gli impianti sportivi regionali e i club di sci
- ▷ I club di sci informano i propri soci

5.2 Distributori Swiss-Ski

Swiss-Ski (comunicazione interna ed esterna), CNP, associazioni regionali, CRP, club di sci, scuole sportive, gestori di impianti sportivi, militari, Swiss Olympic, UFSP

Muri bei Bern, 4 maggio 2020

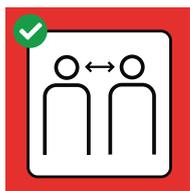
Swiss-Ski

Walter Reusser
Direttore Sci Alpino

Hippolyt Kempf
Direttore Sci Nordico

Sacha Giger
Direttore Sci Freestyle /
Snowboard / Telemark

Allegato



Tenersi a distanza

Tenersi a distanza da altre persone. Un contagio dal nuovo coronavirus può avvenire se si è in contatto con una persona malata a una distanza inferiore a due metri. Tenendoci a distanza, proteggiamo noi stessi e altre persone da un contagio.

Mantenere la distanza sia per le attività sportive all'aperto sia negli impianti chiusi. 10 metri quadrati per persona o 2 m di distanza.

Attività e allenamenti in piccoli gruppi fino a massimo 5 persone.

Tenersi a distanza nei trasporti pubblici

I trasporti pubblici sono importanti per il buon funzionamento dell'economia e molte persone ne hanno bisogno per i loro spostamenti. Il servizio di base viene quindi mantenuto. Quando numerose persone prendono contemporaneamente i mezzi pubblici, non è più possibile tenersi sufficientemente a distanza gli uni dagli altri. Si rischia così di contagiarsi con il nuovo coronavirus.

- Evitare di spostarsi con i mezzi pubblici
- Optare il più possibile per la mobilità lenta per recarsi al lavoro (andare a piedi, in bicicletta o e-bike).
- Se non è possibile rinunciare all'uso dei trasporti pubblici, è fondamentale rispettare scrupolosamente le regole di igiene e comportamento.



Lavarsi accuratamente le mani; prima e dopo l'allenamento!

Lavarsi le mani è un'azione determinante dal punto di vista dell'igiene. Lavarsi regolarmente le mani col sapone rappresenta una protezione. Asciugarle con un asciugamano pulito, possibilmente con uno di carta monouso o con un asciugamano monouso a rullo continuo in tessuto.

Di cos'altro occorre tenere conto?

Possibilmente non indossare anelli. Se si indossa un anello: toglierlo prima di lavarsi le mani, lavarlo col sapone e asciugarlo bene.

Curare la propria pelle: nella pelle lesa possono formarsi veri e propri «nidi microbici». Utilizzare una crema idratante per la cura delle mani.



Non stringersi la mano

A seconda di quello che si è appena toccato, non sempre le mani sono pulite. Goccioline infettive emesse tossendo e starnutando possono finire sulle mani. Da lì toccandosi possono poi finire sulla bocca, sul naso o sugli occhi. Per questo è importante evitare le strette di mano. Così possiamo proteggerci dal contagio:

- non stringersi la mano;
- evitare i baci di saluto;
- non toccare il naso, la bocca e gli occhi.

Direttive quadro per i piani di protezione nelle attività sportive

Situazione di partenza

Nel quadro delle decisioni del 16 aprile 2020 il Consiglio federale ha incaricato il Dipartimento federale della difesa, della protezione della popolazione e dello sport (DDPS) di elaborare un piano direttivo per l'allentamento dei provvedimenti restrittivi per l'intero settore dello sport. Il documento dovrebbe mostrare in che modo nel quadro delle misure di protezione sovraordinate, che continuano a restare in vigore, sia possibile riprendere gli allenamenti nel settore dello sport popolare e di prestazione.

Fra le misure attualmente in vigore rientrano il divieto di assembramenti, il divieto di svolgere attività societarie, la chiusura di strutture sportive e del tempo libero e le raccomandazioni dell'UFSP. L'Ufficio federale dello sport (UFSP) ha elaborato delle direttive quadro in collaborazione con l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), con l'associazione mantello dello sport svizzero (Swiss Olympic), con Cantoni e città, con l'associazione svizzera dei servizi dello sport (ASSA) come pure con i rappresentanti di altre federazioni sportive e leghe.

Il Consiglio federale deciderà il 29 aprile 2020 nel quadro della revisione dell'Ordinanza 2 Covid-19 sulle modalità di applicazione (portata e scadenze) dell'allentamento delle misure nello sport.

Finalità dei «Piani di protezione» nello sport

Lo scopo è consentire la graduale ripresa delle attività di allenamento e di movimento delle organizzazioni sportive nel rispetto delle indicazioni dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP, cfr. allegato) per la tutela della salute in presenza di epidemie. Il presupposto è che ogni organizzazione e struttura disponga di un concetto per la protezione. La base per l'elaborazione di tali concetti sono le presenti direttive quadro e i piani generici elaborati dalle federazioni in applicazione delle stesse. Responsabili per l'applicazione dei relativi documenti di sicurezza sono le singole organizzazioni, i coach e i singoli atleti. È prevista l'armonizzazione dei piani per la protezione con i concetti per l'educazione fisica scolastica e per piscine e lidi.

Le presenti direttive quadro saranno costantemente riviste e adattate alla versione attuale dell'Ordinanza COVID-19 e ai relativi provvedimenti del Consiglio federale. Ciò facendo è di centrale importanza che i piani di protezione nello sport siano formulati in modo credibile e coerente e che i singoli passi per l'allentamento nel settore dello sport siano armonizzati alle indicazioni che il Consiglio federale ha formulato per l'allentamento in generale. Solo così la comunità sportiva e in sostanza la popolazione tutta continueranno a sostenere i provvedimenti. È importante inoltre la coordinazione fra gestori di impianti sportivi e utilizzatori.

Riassunto dei principi sovraordinati (cfr. allegato)

I piani di protezione devono sostenere l'obiettivo di attuare i principi generici per la lotta alla diffusione del Coronavirus anche nel campo dell'attività sportiva. Si tratta nella fattispecie dei seguenti principi:

1. Rispetto delle regole d'igiene dell'UFSP.
2. Social-Distancing (almeno 2 metri di distanza fra le persone; 10 m² a persona, nessun contatto fisico).
3. Gruppi di massimo 5 persone come da attuali disposizioni dell'autorità. Se possibile stessa composizione dei gruppi e annotazione delle generalità dei partecipanti per seguire eventuali catene di propagazione dell'infezione.
4. Persone soggette a rischi particolari devono osservare le indicazioni specifiche dell'UFSP.

