



PROTOCOLLO DI SICUREZZA PER ASSOCIATI ACSD MENTE E CORPO

Caro socio, caro allievo

l'Associazione Mente e Corpo, per la riapertura del 25 maggio 2020, ha predisposto delle misure di prevenzione e protezione per poter tutelare la tua salute e la tua sicurezza.

- Abbiamo predisposto una **sanificazione certificata** prima dell'apertura
- Verrà eseguita **due volte al giorno la pulizia** dei locali con prodotti detergenti a base di cloro o alcol
- Ad ogni inizio e fine lezione verrà fatta la **sanificazione di ciascuna attrezzatura utilizzata**
- Abbiamo predisposto postazioni di **gel sanificante** in tutti gli ambienti
- Il personale di segreteria sarà dotato dei seguenti **DPI: mascherina, visiera e guanti** (o in alternativa ha sempre a disposizione gel sanificante)
- Gli insegnanti saranno dotati dei seguenti **DPI: mascherina, visiera e guanti** (o in alternativa hanno sempre a disposizione gel sanificante)
- Nei diversi locali dell'associazione troverete un'apposita **cartellonistica** che vi aiuterà a seguire le regole base di prevenzione.
- Troverete **contenitori per rifiuti**, appositamente segnalati, da utilizzare per la eliminazione di **materiali potenzialmente infetti** (fazzoletti, mascherine, guanti...)

- Abbiamo **distanziato gli orari** in modo tale che gli allievi in uscita non incontrino quelli in entrata
- Abbiamo organizzato le lezioni individuali in modo che **l'allievo e l'insegnante utilizzino la sala senza altri utenti**
- Ad ulteriore garanzia, **l'insegnante non utilizzerà lo stesso attrezzo nella lezione successiva**
- Abbiamo mantenuto **le lezioni di matwork on line** per ridurre l'afflusso nei locali dell'associazione
- Abbiamo ridotto l'afflusso nelle classi in sala reformer (che riprenderanno parzialmente dal 15 giugno) a **sole 4 persone** per garantire **lo spazio interpersonale di 2 metri**
- Abbiamo ridotto l'afflusso nelle classi in sala matwork (che riprenderanno parzialmente da luglio) a **sole 4 persone** per garantire **lo spazio interpersonale di 2 metri**
- Abbiamo **eliminato le classi di exo chair e di circuito** che non consentivano il rispetto dei parametri di sicurezza
- Tutte le lezioni sono state organizzate con la **prenotazione**.
- Per quanto riguarda il **microclima** manterremo **un'areazione naturale costante** finché le condizioni climatiche lo consentiranno
- Tra la fine di una lezione e l'inizio di quella successiva è previsto uno spazio di tempo (**15 minuti**) sufficiente al **ricambio d'aria completo**.
- Gli **Impianti di riscaldamento/raffreddamento** saranno sottoposti più volte a settimana a **pulizia e sanificazione**

Di seguito le regole che dovrai impegnarti a rispettare per accedere e permanere nei locali dell'associazione:

MISURE DI PREVENZIONE E PROTEZIONE

1. Dovrai accedere in associazione all'**orario** che ti è stato **comunicato** dalla segreteria
2. Accedendo all'associazione dovrai **sanificare le mani**
3. Dovrai essere munito di **mascherina**
4. Dovrai **depositare le scarpe** in entrata
5. Dovrai consegnare l'**autocertificazione** comprovante il tuo **presunto buon stato di salute**
6. Dovrai acconsentire che ti venga misurata la **temperatura corporea** (che, a tutela della privacy, non sarà conservata)
7. **Non potrai trattenerti nelle aree comuni**, ma dovrai rimanere nella struttura esclusivamente per il tempo necessario allo svolgimento delle lezioni.
8. **Lo spogliatoio** sarà consentito ad **una persona per volta**. Nell'usare lo spogliatoio **dovrai riporre gli indumenti e gli oggetti personali in una borsa personale da riporre all'interno dell'armadietto**. Resta vietato l'uso promiscuo.
9. Se non intendi utilizzare gli armadietti, dovrai riporre i tuoi effetti personali in una **borsa personale**
10. Ti raccomandiamo di portare **una bustina** per riporre la tua mascherina se durante l'attività motoria ne sentissi il bisogno
11. Dovrai rispettare la **distanza di sicurezza di 1 metro** in tutte le aree comuni
12. Benché l'associazione disponga di bicchieri monouso, ti consigliamo di portare con te **una borraccia o un bicchiere personale** come misura prudenziale ulteriore
13. Rimane interdetto l'uso promiscuo di bottiglie, bicchieri o borracce

14. Non è consentito scambiarsi asciugamani ed oggetti personali
15. **Non è consentito scambiarsi cellulari e tablet**
16. Nel fare ingresso in sala potrai raggiungere la tua postazione con la mascherina e decidere, sentito il parere del responsabile, se puoi togliere la mascherina durante l'attività motoria in considerazione della tua capacità respiratoria ed i rischi secondari. Ti invitiamo a **riporre la mascherina in una bustina personale e di non lasciarla incustodita**, nonché di utilizzare per la stessa o per i fazzoletti monouso, gli appositi contenitori per rifiuti potenzialmente infetti