

Judo per Tutti



Concetto di protezione

Inizio allenamenti gennaio 2022

Dojo Punto di Luce
Pregassona



Palestra Scuole
Elementari, Vezia



Fabio Ciceri, 10 gennaio 2022

Basi

Decisioni Consiglio di Stato

<https://www4.ti.ch/area-media/comunicati/>

Decisioni Consiglio Federale

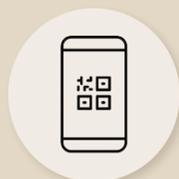
<https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov.html>

Disposizioni Federazione Svizzera Judo & Jujitsu

<https://sjv.ch/startseite/news-detail?id=2856>

Coronavirus: il Consiglio federale rafforza i provvedimenti 17.12.2021

Dal 20 dicembre, in tutta la Svizzera:



Inasprimento dell'obbligo del certificato al chiuso

Cultura, tempo libero, sport, ristoranti, manifestazioni



Dove non sono applicabili l'obbligo della mascherina e l'obbligo di consumare stando seduti (p.es. discoteche, piscine coperte, bar, attività sportiva intensa, musica con strumenti a fiato)

All'aperto: manifestazioni con più di 300 persone



3G Persone vaccinate, guarite o con test negativo

2G Persone vaccinate o guarite

2G+ Persone vaccinate/guarite negli ultimi 4 mesi, o persone vaccinate/guarite con test negativo

Obbligo di stare seduti durante le consumazioni



Incontri in famiglia o tra amici

10 Al massimo 10 persone, se almeno uno dei presenti non è né vaccinato né guarito

Al chiuso, al massimo 30 persone (2G)

50 All'aperto, al massimo 50 persone



Obbligo del telelavoro

Dove non è possibile: obbligo della mascherina se è presente più di una persona



Obbligo della mascherina nelle scuole del livello secondario II

In diversi Cantoni vigono regole più severe

Ridurre al minimo i contatti

Ventilare regolarmente

Farsi vaccinare

5 Principi da rispettare

1. Ci si allena solo senza sintomi

2. Mantenere le distanze evitare ammassamenti

3. Disinfezione accurata di mani / piedi

4. Tenere elenchi delle presenze

L'allenatrice o allenatore è responsabile della completezza e della correttezza dell'elenco

5. Designazione della persona responsabile del rispetto del piano coronavirus nella società

Nella nostra società, questa persona è Fabio Ciceri. In caso di domande, non esitate a contattarla direttamente (tel. +41 79 247 03 01 o presidente@judobudoclub.ch). Per ogni disciplina è il monitore responsabile (Jujitsu - Francine; Tai Chi Quan - Stefano).

Disposizioni

1. Judo dalla 1a elementare porto della mascherina obbligatorio.
Durante una fase intensiva d'allenamento il porto della mascherina verrà regolata puntualmente dal monitore.
2. A partire dai 16 anni:
 - vale in linea di principio l'obbligo del certificato 2G => Vaccinato o guarito;
 - Utilizzo della mascherina obbligatorio.
 - Nel caso che tutti i partecipanti dispongano di un certificato 2G+ il monitore può decidere di fare allenamento senza mascherina

Update: 20.12.2021, 16:48h

<https://www.baspo.admin.ch/it/aktuell/covid-19-sport.html#faq>

Cosa vale per lo sport?

Per le persone ..., nelle prossime domande trovate le nuove disposizioni relative all'introduzione dell'obbligo del certificato 2G.

In linea di principio cosa vale per lo sport negli spazi al chiuso con l'introduzione dell'obbligo del certificato 2G?

Per le attività sportive negli spazi al chiuso, per le persone a partire dai 16 anni vale in linea di principio l'obbligo del certificato 2G. Un certificato 2G viene rilasciato ai vaccinati e ai guariti. Può tuttavia anche essere ampliato al 2G+ (vaccinati o guariti con un test negativo); in questo caso un test negativo non è necessario se il vaccino o la guarigione è avvenuta negli ultimi 120 giorni. Maggiori informazioni al seguente link: certificato COVID.

Bisogna indossare la mascherina quando si fa sport?

All'esterno no. Nei luoghi chiusi accessibili al pubblico vige in linea di principio l'obbligo permanente di indossare la mascherina. Sono esclusi da tale obbligo le persone vaccinate o guarite con un test negativo (2G+) nello sport amatoriale e popolare durante l'attività sportiva vera e propria.

Tutte le persone che svolgono un'attività sportiva in uno spazio al chiuso devono farsi testare?

No. Le persone la cui vaccinazione (o booster) o guarigione è avvenuta negli ultimi 120 giorni sono esclusi dall'obbligo di test.

Responsabilità

- I membri / atleti del Club si comportano in modo disciplinato ed esemplare e si attengono alle misure raccomandate dalle autorità. Essi mettono a disposizione su richiesta i propri dati inerenti il certificato COVID.
- Il Club conta sulla solidarietà e sulla responsabilità personale di tutti i membri, atleti e genitori.
- Ogni Monitore è responsabile del controllo delle presenze come da disposizioni generali, la lista delle presenze deve essere reperibile in ogni momento.

Arrivo e partenza da e per il luogo dell'allenamento

- Gli atleti devono arrivare sul luogo dell'allenamento non più di 10 minuti prima dell'inizio dell'attività.
- Gli atleti devono lasciare il luogo dell'allenamento non più tardi 5 minuti dopo la fine dell'allenamento.

Spogliatoi / docce / toilette

- **Di base gli atleti arrivano già cambiati e pronti per l'allenamento.**
Se la modalità di trasporto non lo permette (es. Scooter o Bici) ci si può cambiare al dojo.
- I genitori non entrano nel dojo / negli spogliatoi;
- La doccia è da eseguire al proprio domicilio;
- In tutti i casi durante il trasporto il “JUDO GI” deve essere protetto;
- Sono disponibili disinfettanti, ma ognuno deve portare il proprio.

Ristorazione / approvvigionamento

- Nei locali non viene offerto alcun servizio di ristorazione (bibite, biscotti, ecc..)
- Gli sportivi provvedono a sé stessi (borracce, ecc.) . Ognuno porta il proprio materiale.
- Non si mangia in palestra.

Accessibilità e organizzazione al/nel Dojo

- L'accesso alla palestra deve avvenire in maniera ordinata e senza ammassamenti;
- Il corridoio non può e non deve essere utilizzato come spogliatoio;
- Nello spogliatoio accedono al massimo 8 atleti a Vezia e 3 atleti a Pregassona alla volta e osservano le distanze;
- All'entrata della palestra disinfettare mani e piedi, **accedere alla palestra solamente con le ciabatte.**

Accessibilità e organizzazione al/nel Dojo

- Bambini fino a 7 anni: un genitore o un altro accompagnatore munito di mascherina può accompagnare il bambino per aiutarlo all'inizio. ***In seguito il/la bambino/a dovrà fare da solo.***
- Il genitore/accompagnatore durante la prima lezione potrà sostare nelle postazioni stabilite (solo in caso di necessità e concordata col monitore);
- Durante la lezione non è ammessa nessuna presenza in palestra oltre gli atleti praticanti.
- Chiediamo ai genitori o accompagnatori d'essere d'esempio per il rispetto delle norme.

Accessibilità e organizzazione al/nel Dojo

- **Igiene:**

- Mani e piedi devono essere puliti (organizzate delle salviettine igieniche per la loro pulizia) prima di accedere al tatami;
- I judogi devono essere puliti;
- Le unghie delle mani e dei piedi tagliate devono essere tagliate;
- Spostamento solo in ciabatte;
- Prima di accedere al tatami le mani ed i piedi devono essere disinfettati;
- I tatami verranno puliti e disinfettati dopo ogni lezione.

Materiale

- Judoka con Zaino sempre equipaggiato con:
 - ★ Judogi - Obi - maglietta - Borraccia piena - ciabatte;
 - ★ su richiesta del monitore altro materiale;
- Ognuno si presenta ad ogni lezione con il Judogi/Ju-Jitsugi/**divisa pulito/a**.
- Ognuno porta il proprio disinfettante per le mani e piedi da usare prima e dopo l'allenamento.
- Ognuno porta la propria borraccia - la stessa deve essere riconoscibile apporre nome e cognome.

Comunicazione dei concetti di protezione

- Sulla nostra pagina web www.judobudoclub.ch sotto NEWS si trovano tutti i concetti di protezione e documenti ufficiali:
 - Concetto di protezione dojo Punto di Luce, Pregassona - Scuole Elementari di Vezia, Vezia;
- Tutti i soci hanno ricevuto il seguente concetto via email e/o nei gruppi Whatsapp.