

PIANO SANITARIO DI PROTEZIONE

PER GLI ALLENAMENTI E LA COMPETIZIONE

ENTRATA IN VIGORE: 1° MARZO 2021

VERSIONE: 1° marzo 2021

CONDIZIONI QUADRO

A partire dal 1° marzo 2021, gli allenamenti di pallacanestro sul territorio svizzero sono soggetti ai seguenti obblighi, in linea con le direttive dell'UFSPÖ:

Fino ai 20 anni (nati nel 2001 e dopo)

- Gli allenamenti e le competizioni non sono soggetti a nessuna restrizione.

Adulti (nati prima del 2001)

- Gli allenamenti e le competizioni sono vietati.

Sport professionistico (SB LEAGUE MEN, SB LEAGUE WOMEN)

- Gli allenamenti e le competizioni non sono soggetti a nessuna restrizione.

Sport semi-professionistico (NLB MEN, NLB WOMEN)

- Gli allenamenti non sono soggetti a nessuna restrizione.
- Le competizioni sono vietate.



SE LE RESTRIZIONI CANTONALI O LOCALI DOVESSERO ESSERE PIÙ RESTRITTIVE, QUESTE PREVALGONO SUL PIANO SANITARIO DI PROTEZIONE DI SWISS BASKETBALL

REGOLE E CONDIZIONI GENERALI PER LA PRATICA DEL BASKET

Vi ricordiamo che le norme sanitarie abituali legate alla pandemia restano in vigore.

È assolutamente necessario usare prima di tutto il buon senso.

Dobbiamo minimizzare i rischi per aumentare le probabilità di continuare la pratica del BASKET.

1. DISTANZIAMENTO FISICO

- La regola sul mantenimento di 1,5 metri di distanza tra i praticanti rimane valida al di fuori del gioco vero e proprio.
- Distanziamento appropriato per i giocatori ed i praticanti tra gli esercizi e le varie sessioni.
- Distanziamento di 1,5 metri per gli allenatori.

2. IGIENE PER TUTTI

- Lavarsi regolarmente le mani con sapone o con un disinfettante idro-alcolico prima e dopo la pratica.
- Coprirsi sistematicamente il naso e la bocca col il gomito quando si tossisce o si starnutisce.
- Soffiarsi il naso in un fazzoletto mono-uso e gettarlo immediatamente nel cestino.
- Evitare di toccarsi la faccia, in particolare il naso, la bocca e gli occhi.
- Disinfettarsi nuovamente le mani.

3. DURANTE GLI ALLENAMENTI

- Pulizia dei palloni tra le varie sessioni.





- Disinfettare sistematicamente il materiale pedagogico (corde, cerchi, conii, ecc.) ad uso collettivo.
- Lavare le casacche dopo l'utilizzo.
- Mascherina consigliata per l'allenatore e lo staff durante l'allenamento (i giocatori non la portano durante le fasi di gioco).

4. DURANTE LE PARTITE (amichevoli e ufficiali)

- I giocatori in panchina sono dispensati dall'obbligo della mascherina, a patto che rispettino le regole di distanziamento. La mascherina resta obbligatoria per le altre persone presenti in panchina al di sopra dei 18 anni, vale a dire l'allenatore principale, gli assistenti ed il resto dello staff. Questo punto è valido per le Competizioni giovanili.
- Per le competizioni dei giovani (2001 e dopo) la mascherina è obbligatoria anche per l'allenatore principale.
- Gli arbitri non sono obbligati ad avere la mascherina quando si trovano sul campo.
- Mascherina obbligatoria per gli ufficiali al tavolo per tutta la durata dell'incontro, addetti alle statistiche inclusi.
- Il distanziamento tra gli ufficiali al tavolo è fortemente consigliato, se lo spazio lo consente.
- Durante una partita, se una squadra non rispetta il piano di protezione sanitario l'arbitro deve dapprima avvertire, in seguito può rifiutarsi di fischiare anche se designato in anticipo; le spese di spostamento saranno fatturate secondo la prassi.
- Il pallone della partita dev'essere disinfettato dagli arbitri ad ogni time-out, ad ogni fine quarto tempo e alla pausa.
- I giocatori sono dispensati dall'obbligo della mascherina solamente sul rettangolo di gioco (in campo ed in panchina). Devono avercela al loro arrivo in palestra, nello spogliatoio e durante lo spostamento tra gli spogliatoi e la palestra.
- I giocatori, lo staff, gli ufficiali e gli arbitri hanno l'obbligo di disinfettarsi le mani al loro arrivo.
- Il materiale ad uso collettivo (palloni, tavoli, panchine, ecc.) dev'essere disinfettato prima di ogni partita/sessione d'allenamento.
- Evitare ogni azione che non garantirebbe l'applicazione delle misure preventive ed il rispetto delle norme sanitarie in vigore (strette di mani all'ingresso in campo, consegna dei trofei, ecc.).



5. USO DEGLI SPOGLIATOI

- Le norme sanitarie ed il distanziamento fisico restano validi all'interno dello spogliatoio e sotto le docce.
- Nel limite del possibile, gli spogliatoi non devono essere utilizzati per gli allenamenti.
- Per le partite, gli spogliatoi devono di preferenza essere riservati alla squadra ospite.
- Solamente i giocatori e lo staff sono autorizzati ad accedervi.
- Sono consigliati una riduzione degli spostamenti ed un numero limitato dei giocatori in base alla superficie dello spogliatoio.
- È obbligatorio far arieggiare lo spogliatoio prima e dopo il suo utilizzo.
- Incoraggiamo a cambiarsi i vestiti e fare la doccia a casa.
- Ogni giocatore deve portare il proprio materiale per la doccia (sapone, asciugamano, ecc.).
- L'uso di un singolo spogliatoio dev'essere effettuato da una squadra alla volta.

È vietato mettere a disposizione negli spogliatoi dei prodotti ad uso libero (sapone, shampoo, asciugacapelli).

MONITORAGGIO DEI PRATICANTI

1. Sintomi e comportamento da adottare in caso di risultato positivo

Le persone che presentano sintomi di malattia non sono autorizzate a partecipare né agli allenamenti né alle competizioni. Devono rimanere a casa, o addirittura essere messe in isolamento, e devono contattare il loro medico curante. Le persone a rischio devono ugualmente consultare il loro medico prima di poter tornare a giocare.

La lista dei sintomi da controllare è la seguente:

- o Febbre
- o Brividi, sensazione di caldo/freddo
- o Tosse
- o Dolori o fastidi alla gola
- o Difficoltà respiratorie a riposo o affaticamento innaturale dopo lo sforzo
- o Dolori o fastidi al torace
- o Depigmentazione delle dita dei piedi e delle mani
- o Diarrea



- Mal di testa
 - Indolenzimenti
 - Stanchezza e spossamento
 - Perdita del gusto o dell'olfatto
 - Aumento del battito cardiaco a riposo
- In caso di un contagio sospetto di Covid-19, bisogna isolare immediatamente il soggetto in questione e procedere alla pulizia delle zone dove ha soggiornato.
 - È possibile decidere di fare un test in ogni momento e su iniziativa propria. Per una migliore efficacia, il test dev'essere realizzato nei 7 giorni seguenti al contatto con la persona malata. A titolo informativo, in caso di assenza di sintomi, il test non sarà rimborsato dalla cassa malati.

IN CASO DI CONTAGIO

- L'organizzatore o il club deve annunciare il contagio a SWISS BASKETBALL.
- La persona positiva dev'essere isolata per 10 giorni.
- I membri della squadra della persona positiva e suoi ultimi avversari nelle 48 ore precedenti al test dovranno essere isolati per 10 giorni (possibilità di uscire dopo 7 giorni per effettuare un test PCR).
- In caso di test PCR negativo, è possibile ricominciare gli allenamenti e la competizione da subito.
- Le partite di queste squadre dovranno essere rinviate ad una data ulteriore, ma come minimo 10 giorni dopo il risultato positivo del test.
- Il servizio del medico cantonale competente potrà risalire ai contatti fino a 48 prima della dichiarazione dei sintomi e del risultato positivo. In tal modo, la squadra avversaria incontrata nelle 48 precedenti sarà probabilmente messa in quarantena, arbitri compresi.

2. Presenza di pubblico

- Non è permesso avere pubblico né per gli allenamenti né per le partite.
- I genitori sono autorizzati ad accompagnare i figli fuori dalla palestra. Devono avere la mascherina, rispettare il distanziamento fisico e non possono entrare all'interno della palestra.



3. Liste presenze

Su richiesta, i contatti stretti devono poter essere attestati alle autorità sanitarie. Al fine di semplificare il «tracciamento» delle persone, i club devono tenere delle liste presenze per tutti gli allenamenti e le partite. La persona responsabile ha il compito di tenere una lista esaustiva e completa e deve poterla inviare a SWISS BASKETBALL. Il club è libero di decidere il formato che desidera utilizzare per tenere queste liste (per esempio: doodle, applicazioni, Excel, ecc.).

Per la questione del « tracciamento », è imperativo mantenere dei gruppi fissi per gli allenamenti o almeno evitare di mischiare i gruppi.

4. Designare un(a) responsabile nel club

Ogni club deve nominare un(a) responsabile del piano coronavirus. Questa persona ha il compito di far rispettare i regolamenti e dev'essere facilmente raggiungibile.

5. Prescrizioni specifiche

Ogni club ha la possibilità di creare il proprio regolamento, il quale deve ovviamente rispettare le nuove condizioni e tenere conto delle particolarità (tipo di palestra, pubblico, ecc.).

L'entrata in vigore di questo piano è immediata e non necessita di una validazione né da parte di SWISS OLYMPIC né da parte dell'UFSPÖ.

Qualsiasi sviluppo subisca l'evoluzione sanitaria nel nostro paese può comportare una modifica immediata delle direttive.

Erik LEHMANN

Directeur Elite, Compétitions et Technique