



# Concetto di protezione swimsports.ch

SCUOLE DI NUOTO E FORNITORI DI CORSI

**Editori**

Team di autori: Gruppo di esperti swimsports.ch

Versione 1/ 05.05.2020

## Indice

A. Posizione di partenza	3
B. Requisiti normativi	3
C. Obiettivo	4
1. Valutazione del rischio e triage	4
1.1. Valutazione del rischio in acqua	4
1.2. Sintomi della malattia	4
1.3. Persone particolarmente vulnerabili	5
2. Arrivo, arrivo e partenza	5
3. Infrastrutture	5
3.1. Condizioni di spazio	5
3.2. Spogliatoi/docce/WC	5
3.3. Pulizia e igiene	6
3.4. Ristorazione	6
3.5. Accessibilità	6
3.6. Distribuzione delle persone e dei gruppi	7
4. Forme, contenuti e organizzazione dell'insegnamento	7
4.1. Rispetto dei principi fondamentali in forme di insegnamento o di pratica adeguate e adattate	7
4.2. Materiale	7
4.3. Comportamento in caso di rischio/incidente	8
4.4. Registrazione scritta dei partecipanti	8
5. Responsabilità di attuazione sul campo	8
6. Comunicazione	9
6.1. swimsports.ch	9
6.2. Scuole di nuoto e fornitori di corsi	9
7. Attuazione	9

## A. Situazione iniziale

Con lo scoppio della pandemia del COVID-19, dal marzo 2020 la vita pubblica è stata severamente limitata. Il 16 marzo 2020 il Consiglio federale ha decretato un blocco su larga scala ai sensi della legge sulle epidemie. Le piscine sono state chiuse e tutte le lezioni di nuoto a tutti i livelli interrotte.

Il 16 aprile il Consiglio federale ha presentato una tabella di marcia per l'allentamento delle ordinanze. Questo piano è stato ulteriormente specificato il 29 aprile 2020.

Le associazioni di categoria sono state invitate a sviluppare concetti di protezione adeguati alle rispettive attività e offerte e a sottoporli al governo federale.

Nello sport, un gruppo di lavoro composto da BASPO, FOPH, Swiss Olympic e rappresentanti delle associazioni ha sviluppato un concetto di protezione quadro per le federazioni sportive.

I concetti individuali sono stati sviluppati dalle associazioni sportive e convalidati dal BASPO e dall'UFSP.

Poiché le scuole di nuoto e i fornitori di corsi di nuoto non appartengono ad alcuna associazione di datori di lavoro, non sono inclusi in nessuno di questi concetti di protezione. In questa situazione, swimsports.ch ha deciso, secondo i suoi compiti fondamentali, di sviluppare un concetto di protezione corrispondente a vantaggio delle scuole di nuoto e delle offerte di corsi.

La priorità assoluta è quella di proteggere la salute della popolazione e prevenire un aumento del numero di infezioni.

Per quanto riguarda l'insegnamento della sicurezza in acqua e della capacità di nuoto, swimsports.ch ritiene importante che le scuole di nuoto e i fornitori di corsi possano riprendere al più presto l'attività nel quadro delle linee guida.

## B. Requisiti normativi

L'attuale concetto di protezione della swimsports.ch si basa sulle "linee guida quadro per i concetti di protezione nelle attività sportive", che l'Ufficio federale dello sport (BASPO) ha sviluppato in collaborazione con l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), l'associazione ombrello dello sport svizzero (Svizzera olimpica), i cantoni e le città, l'Associazione degli uffici sportivi svizzeri (ASSA), nonché rappresentanti di altre associazioni sportive.

Sono stati utilizzati anche i concetti di protezione convalidati di VHF, SLRG e Swiss Aquatics.

Per poter offrire un corso, è necessario un concetto di protezione della scuola/del fornitore del corso di nuoto, che deve essere presentato al gestore della piscina.

I gestori delle piscine scolastiche e delle piscine pubbliche decidono se e quando aprire le piscine per le relative offerte. Vi consigliamo di aprire un dialogo con esse per trovare insieme delle soluzioni.

Oltre all'attuale ordinanza del Consiglio federale COVID-19, devono essere osservati i seguenti principi

fondamentali (dal 5 maggio 2020):

- Rispetto delle norme igieniche dell'Ufficio federale della sanità pubblica (BAG)
- Distanza sociale (2m di distanza minima tra tutte le persone; 10 m<sup>2</sup> a persona; nessun contatto fisico)
- Dimensione massima del gruppo di cinque persone secondo la normativa ufficiale vigente. Se possibile, stessa composizione del gruppo
- Registrazione dei partecipanti per rintracciare le possibili catene di infezione
- Le persone particolarmente a rischio devono rispettare le esigenze specifiche dell'UFSP

## C. Obiettivo

L'attuale concetto di protezione di swimsports.ch mira a consentire la ripresa ordinata dei corsi di nuoto per neonati, famiglie e bambini e di nuoto per adulti secondo i requisiti e i principi ufficiali o le esigenze dei gestori delle piscine. La massima priorità è data alla protezione dei partecipanti e dei manager.

Per raggiungere questo obiettivo, è necessario un alto livello di responsabilità personale e di disciplina da parte di tutti i soggetti coinvolti.

### 1. Valutazione del rischio e triage

#### 1.1. Valutazione del rischio in acqua

Per quanto riguarda i bacini idrici, va detto che, secondo le conoscenze attuali<sup>1 2</sup> via acqua di balneazione clorata o ozonizzata non è infettiva. Tuttavia, si deve presumere che, ad esempio durante la respirazione durante il nuoto o durante la ginnastica in acqua, la trasmissione può avvenire se la distanza è troppo piccola.

Per questo motivo, è essenziale rispettare le misure di questo concetto. Per le altre aree e i locali nelle piscine interne ed esterne esiste il consueto rischio di infezione e quindi si applicano le misure di protezione generalmente applicabili.

#### 1.2. Sintomi della malattia

Secondo l'UFSP, i seguenti<sup>3</sup> sono considerati possibili sintomi:

frequenti: tosse (di solito secca), mal di gola, respiro corto, sensazione di febbre, dolore muscolare, improvvisa perdita dell'olfatto e/o del gusto.

raramente: mal di testa, sintomi gastrointestinali, congiuntiviti e rinite

I partecipanti al corso e i loro accompagnatori, nonché i dirigenti con sintomi di malattia non sono autorizzati a visitare il bagno. Rimangono a casa, rispettivamente vanno in isolamento<sup>4</sup> Chiamano il loro medico di famiglia e seguono le sue istruzioni. Il gruppo di esercizi deve essere immediatamente informato sui sintomi della malattia.

---

<sup>1</sup> OMS, 23.04.2020, orientamento provvisorio : Acqua, servizi igienico-sanitari, igiene e gestione dei rifiuti per il virus COVID-19

<sup>2</sup> Dichiarazione Daniel Koch

<sup>3</sup> Sintomi di malattia

<sup>4</sup> Autoisolamento e auto-quarantena

#### 1.3. Persone particolarmente vulnerabili

Secondo la BAG, le seguenti persone appartengono a questo gruppo<sup>5</sup>: Persone di età superiore ai 65 anni

o persone con patologie o sintomi preesistenti (ad es. ipertensione arteriosa, malattie respiratorie croniche, diabete, malattie e terapie che indeboliscono il sistema immunitario, malattie cardiovascolari, cancro).

Le persone particolarmente a rischio (i partecipanti al corso, i loro accompagnatori e i digirenti) devono stare lontano dalle lezioni a tutti i livelli.

## 2. Arrivo e partenza

Il luogo di insegnamento deve essere scelto il più vicino possibile alla casa dello studente. Nel migliore dei casi, è raggiungibile a piedi.

Ulteriori spostamenti da e per la piscina coperta o all'aperto dovrebbero essere effettuati utilizzando, se possibile, mezzi di trasporto individuali come biciclette, motociclette o automobili. L'uso del trasporto pubblico dovrebbe essere evitato. Se ciò non è possibile, si devono sempre rispettare le regole di distanza e di igiene. Si consiglia di indossare una maschera per l'igiene, ad esempio se le regole di distanza non possono essere rispettate durante le ore di punta

Nel luogo di istruzione e di riunione le procedure nelle zone di transizione e le responsabilità devono essere definite in base alle condizioni locali e comunicate in modo trasparente e tempestivo.

## 3. Infrastruttura

### 3.1. Condizioni di spazio

Il numero massimo di persone che possono soggiornare in una piscina dipende dalla superficie disponibile della piscina in questione. Deve essere rispettato il requisito minimo di spazio di 10 m<sup>2</sup> per persona includendo il gestore. Il limite per il numero di persone presenti nella piscina in un dato momento si basa sul regolamento vigente dell'UFSP.

### 3.2. Spogliatoi/docce/toilette

Il gestore del bagno ha la responsabilità di garantire che l'infrastruttura soddisfi i requisiti di controllo a distanza e le norme igieniche. Le misure devono essere chiarite in anticipo dai dirigenti e comunicate ai partecipanti. Particolare attenzione deve essere prestata alle zone di cambio.

Per accorciare il tempo trascorso nel guardaroba, i costumi da bagno dovrebbero essere già indossati a casa.

Tutti gli indumenti e l'asciugamano da bagno devono essere riposti nella propria borsa da bagno. Questa dovrebbe essere portata in piscina in modo che i guardaroba rimangano vuoti.

I gruppi si cambiano i vestiti durante la lezione precedente, si fanno la doccia e aspettano in bagno a distanza prescritta in un'area contrassegnata. Questo in modo che il cambio di gruppo possa avvenire senza sovrapposizioni nelle zone di cambio. Si dovrebbe stabilire un calendario per le procedure nelle zone di cambio, adattato alle caratteristiche particolari dei bagni.

---

<sup>5</sup> persone particolarmente vulnerabili

Per i corsi con neonati, i fasciatoi devono essere disinfettati dopo ogni utilizzo. In alternativa, si raccomanda ai genitori di usare un asciugamano che hanno portato con sé come fasciatoio. Durante il cambio dei pannolini deve essere rispettata anche la distanza richiesta dall'UFSP.

I servizi igienici sono a disposizione delle persone presenti. Ciò deve essere fatto nel rispetto delle norme igieniche di BAG.

I partecipanti e gli animatori devono fare una breve doccia, sia prima che dopo il corso. I capelli dovrebbero essere lavati a casa. Le cuffie da bagno in silicone o in gomma devono essere indossate durante il corso. Questo può ridurre il tempo di asciugatura dei capelli. A temperature più fresche è consigliabile portare un cerchietto o un cappuccio per il ritorno a casa.

### 3.3. Pulizia ed igiene

Il gestore della struttura è responsabile per la pulizia dell'infrastruttura. Se è richiesta l'assistenza dei dipendenti, è responsabilità dell'operatore addestrarli correttamente e fornire loro i disinfettanti ed i materiali ausiliari appropriati.

Gli intervalli di pulizia devono essere determinati dall'operatore della struttura.

Si raccomanda di fornire ulteriori disinfettanti per le mani nella zona d'ingresso, nei guardaroba e nei servizi igienici. Va osservato che, secondo l'UFSP, i bambini dovrebbero disinfettarsi le mani solo in casi eccezionali.

Tutti i partecipanti smaltiscono i loro rifiuti a casa.

### 3.4. Ristorazione

Se è presente una zona ristorante, il gestore della struttura è responsabile dell'attuazione dei requisiti. I partecipanti dovrebbero mangiare a casa. In linea di principio, è vietato mangiare e bere in tutta la zona piscina.

### 3.5. Accessibilità

Principio:

- Chiunque si senta male, o abbia i sintomi menzionati all'inizio, non può entrare o non si presenta a lezione (vedi 1.2)
- Le persone che, conformemente alle direttive dell'UFSP sui gruppi a rischio, non possono entrare in bagno durante le lezioni (cfr. 1.3)
- Facciamo appello alla solidarietà e alla responsabilità personale delle persone coinvolte

L'accessibilità della vasca e delle piscine deve essere discussa in anticipo con il gestore del bagno. Nel caso dei corsi per bambini, occorre fare in modo che i bambini vengano portati e ritirati dal bagno da una sola persona. Se possibile, i bambini più grandi dovrebbero essere portati al bagno da soli. Questo presuppone però che questi bambini possano cambiarsi i vestiti, farsi la doccia, andare in bagno e andare al punto d'incontro da soli. La responsabilità è dei genitori o dei tutori.

Durante le lezioni, solo i partecipanti e i rispettivi istruttori si trovano nel pool designato. Gli accompagnatori non hanno accesso alle piscine durante le lezioni.

Nel punto di incontro del gruppo nella piscina, bisogna fare attenzione a non mescolarsi con il gruppo precedente ed a non accumularsi. Deve essere rispettata la distanza di 2m. Le sale d'attesa devono essere contrassegnate.

Dopo le lezioni, i partecipanti lasciano la piscina il più presto possibile.

### 3.6. Distribuzione delle persone e dei gruppi

All'interno dello stesso tempo di insegnamento, possono essere formati più gruppi nella piscina, a condizione che sia rispettato il requisito di spazio minimo di 10 m<sup>2</sup> per persona in relazione alla superficie del pavimento delle piscine utilizzate in ogni caso. Il contatto tra i singoli gruppi deve essere impedito da un'organizzazione adeguata. Il limite per il numero di persone in piscina in qualsiasi momento si basa sulla normativa vigente della BAG.

## 4. Forme, contenuti e organizzazione dell'insegnamento

### 4.1. Il rispetto dei principi fondamentali in forme di insegnamento o di pratica adeguate o adattate

Il contenuto dei corsi di nuoto viene adattato secondo le regole di distanza e di igiene dell'UFSP, senza violare le norme di sicurezza.

Si deve verificare individualmente quali livelli di corso possono essere tenuti in quale momento. Per i corsi di ambientamento all'acqua, l'uso di un accompagnatore per ogni bambino può anche avere senso. Anche in questo caso valgono le indicazioni dell'UFSP in materia di distanza e di spazio tra le coppie.

I partecipanti devono eseguire gli esercizi individuali in modo indipendente e senza assistenza tattile.

A seconda del livello, gli obiettivi del corso e gli elementi di prova possono essere adattati secondo le specifiche (BAG). Questo è il caso dei test di base secondo le linee guida di swimsports.ch per gli esercizi a stelle e strisce. Nel caso di esercizi che richiedono uno stretto contatto, si dovrebbero cercare alternative metodologiche. Dove possibile, l'addestramento degli elementi del livello superiore successivo può essere già iniziato.

Gli esercizi non devono essere eseguiti dove la sicurezza non può essere garantita a causa dell'assenza della presa da parte degli istruttori.

Le forme cooperative di apprendimento e altre forme sociali con contatto fisico sono da evitare al momento.

Per le istruzioni/istruzioni, i partecipanti devono essere riuniti a distanza sufficiente (secondo le direttive dell'UFSP).

### 4.2. Materiale

Il materiale dovrebbe essere evitato il più possibile. Specialmente il materiale difficile da disinfettare o con superficie porosa non deve essere utilizzato.

Nei corsi Baby e Family, per ogni gruppo devono essere utilizzati materiali diversi. Il materiale deve essere disinfettato dai capi dopo ogni utilizzo o, se possibile, lavato in lavatrice.

Una fornitura di cuffie da bagno dovrebbe essere disponibile in loco. Devono essere puliti correttamente dopo ogni utilizzo.

### 4.3. Comportamento in caso di rischio/incidente

Il nuoto è fondamentalmente uno sport ad alto rischio e gli istruttori sono sensibilizzati ai pericoli dell'insegnamento in acqua. Tutti i contenuti didattici, che rappresentano un rischio maggiore, non



dovrebbero essere temporaneamente realizzati.

A causa della distribuzione dei bambini in acqua, si raccomanda di insegnare dal bordo della piscina. A seconda della propria analisi dei rischi, potrebbe essere necessario un ulteriore supervisore autorizzato sul bordo della piscina.

In caso di emergenza, potrebbe non essere possibile fare a meno del contatto fisico, le misure di salvataggio vengono prima di tutto. Si applicano le linee guida per le misure di emergenza. La ventilazione bocca a bocca con il paziente deve essere, dove possibile, evitata.

#### 4.4. Registrazione scritta dei partecipanti

In ogni lezione viene compilato un elenco delle presenze. Ciò viene fatto in modo che sia possibile rintracciare i contatti, cioè si può risalire a chi è stato in contatto con chi e quando. Le liste sono raccolte a livello centrale e potrebbero dover essere consegnate alle autorità.

All'inizio del corso i partecipanti vengono informati sui punti rilevanti del concetto di protezione.

### 5. Responsabilità per l'attuazione sul campo

I seguenti gruppi di persone sono responsabili dei compiti specifici:

Tutte le persone devono attenersi al concetto di protezione superiore, prevalente legalmente a livello locale, e a quello del gestore della struttura. In casi estremi, i capi gruppo e/o gli utenti possono essere espulsi dalla piscina.

I seguenti gruppi di persone sono responsabili dei compiti specifici:

- Per l'adeguamento delle infrastrutture nell'area d'ingresso, nelle zone di cambio e nella vasca .
- L'assegnazione della piscina è responsabilità del gestore della struttura.
- L'operatore della struttura è responsabile dell'igiene e della pulizia in tutte le aree. Egli esegue la pulizia intermedia e si assicura che le misure siano rispettate. Se necessario, l'operatore della struttura può coinvolgere i gestori per aiutare.
- I partecipanti, gli accompagnatori e il gestore della piscina sono responsabili del rispetto delle misure al di fuori delle lezioni di nuoto nella zona d'ingresso e nelle zone di transizione. È consigliabile parlare con il gestore della piscina, definire le procedure e, se necessario, mettere a disposizione una persona della scuola di nuoto per far rispettare le misure.
- Il passaggio dall'assistenza degli accompagnatori alle autorità di vigilanza deve essere regolamentato con precisione e comunicato in ogni caso.
- I supervisori stessi sono responsabili del rispetto delle misure nell'ambiente di lavoro dei supervisori (area materiale e piscina).
- Per i corsi per neonati e per famiglie, l'accompagnatore è tenuto a garantire che il bambino mantenga la distanza minima prescritta dall'UFSP da altri bambini e adulti per tutto il tempo necessario.

## 6. Comunicazioni

### 6.1. swimsports.ch

Questo concetto è messo a disposizione delle scuole di nuoto e dei fornitori di corsi sui canali di swimsports.ch.

Anche gli aiuti pratici e le raccomandazioni sulla piattaforma "Nuotare a distanza" sono condivisi.

### 6.2. Scuole di nuoto e fornitori di corsi

Per la comunicazione verranno utilizzati i canali delle scuole di nuoto e dei fornitori di corsi finora utilizzati. I clienti saranno informati in dettaglio sull'esatta procedura (dall'ingresso all'uscita dalla piscina coperta). Si consiglia ai partecipanti al corso o agli accompagnatori di firmare una dichiarazione di consenso a seguire il corso e le misure.

## 7. Attuazione

Le scuole di nuoto e gli organizzatori dei corsi sono obbligati a svolgere le lezioni secondo i principi e le misure qui stabilite. I fornitori della scuola/del corso di nuoto nominano ciascuno una persona responsabile che è responsabile dell'attuazione e del rispetto del concetto di protezione nella loro scuola/nuoto.

Tuttavia, la responsabilità personale e la solidarietà di tutte le persone sono fondamentali per il successo dell'attuazione e l'adesione al concetto di protezione.