**Calcio di base - Concetto di protezione – FAQ**

Qui di seguito troverete le domande e le risposte frequenti riguardanti gli allenamenti nella situazione attuale legata al COVID-19. Ulteriori domande e risposte si trovano anche sul sito dell'Ufficio federale dello sport: [COVID-19 e lo Sport (admin.ch).](https://www.baspo.admin.ch/it/aktuell/covid-19-sport.html)

Importante: dato che i Cantoni sono responsabili per lotta contro la pandemia dalla fine della situazione eccezionale, nei singoli Cantoni esistono talvolta regolamentazioni diverse, che qui non possiamo approfondire (link alla panoramica: [Swiss Olympic - Sport](https://www.swissolympic.ch/ueber-swiss-olympic/Dossier-Covid-19/Schutzkonzepte-f-r-Sport-und-Veranstaltungen)). Assicuratevi di controllare le condizioni che si applicano localmente e consultate il gestore del vostro impianto sportivo (di solito il comune).

Spogliatoi, doccie

• **Si possono usare gli spogliatoi (premesso che siano stati aperti dal gestore della struttura/comune)?**

Sì, anche se possono essere utilizzati solo da un massimo di 15 persone alla volta, in modo che tutte le persone si conoscano tra loro e non ci sia mescolanza di gruppi diversi. Per minimizzare il rischio di infezione, il requisito della distanza (distanza minima di 1,5 m) dovrebbe essere osservato ogni volta che è possibile. Inoltre, è richiesto un minimo di 10 metri quadrati di spazio per persona presente. Nelle strutture e stabilimenti con una superficie fino a 30 metri quadrati, si applica un'area minima di 6 metri quadrati per ogni persona. **Negli spogliatoi, le mascherine sono obbligatorie per le persone dai 12 anni in su**. Raccomandiamo anche di esaminare le possibili alternative (non usare gli spogliatoi; arrivare/partire in tenuta da allenamento; tenere riunioni di squadra all'aperto; ecc.) La distanza sociale è l'elemento centrale di qualsiasi concetto di protezione.

• **Due squadre diverse possono condividere uno spogliatoio (per esempio quando si allenano nello stesso momento)?**

La mescolanza di gruppi (squadre di massimo 15 persone) deve essere evitata. L'uso simultaneo di uno spogliatoio da parte di due squadre deve quindi essere evitato.

**• Le docce possono essere utilizzate (ammesso che siano aperte dal gestore della struttura/comune)?**

Vale lo stesso che per l'uso degli spogliatoi. Le docce devono essere usate il più velocemente possibile e lasciate rapidamente.

Arrivo e partenze allenamenti

**• È possibile arrivare e partire in macchina insieme?**

I trasporti collettivi sono possibili, a condizione che le persone in un veicolo si conoscano reciprocamente (Contact-Tracing). Poiché la distanza minima di 1,5 metri non può essere mantenuta, si raccomanda di indossare una mascherina (come è noto, è obbligatoria nei trasporti pubblici). Lo stesso vale se in una macchina ci sono persone di famiglie diverse.

Nell’ambito di allenamenti e partite

**• Ci sono dei cambiamenti alla solita routine prima, durante e dopo una partita/sessione di allenamento?**

Gli allenamenti e le competizioni di calcio per i bambini e i giovani fino a 20 anni (nati nel 2001 e più giovani) possono essere tenuti all'interno e all'esterno. Le attività calcistiche che implicano un contatto fisico sono consentito all'esterno e con maschera a partire dai 20 anni (nati nel 2000 e oltre). Senza maschere facciali, l'allenamento individuale o l'allenamento tecnico senza contatto con il corpo rimane consentito. L'UFSPO/BASPO raccomanda di astenersi per il momento dagli sport di contatto. La situazione epidemiologica è ancora fragile. Competizione a partire dai 20 anni (fascia d'età 2000 e oltre) non possono avere luogo al momento a causa della limitazione dei partecipanti a 15 persone.

• **Le mascherine devono essere indossate su e negli impianti sportivi?**

Le mascherine sono obbligatorie all'interno dell'impianto sportivo per tutte le persone dai 12 anni in su che non sono direttamente coinvolte in allenamenti o giochi. Negli spogliatoi, le mascherine sono obbligatorie per tutti dall'età di 12 anni in su. Se all'aperto la distanza di 1,5 m non può essere mantenuta, sono obbligatorie anche le mascherine.

• **Si possono svolgere partite con spettatori?**

No, partite dei bambini e adolescenti fino a 20 anni (nati nel 2001 e più giovani) sono ammesse, ma senza spettatori. I funzionari di club non sono interessati dal divieto degli spettatori.

• **Gli aiutanti sono considerati spettatori?**

No. Le persone che sono assolutamente necessarie per l'esecuzione di una competizione (ad esempio, conducenti di bambini e juniores) non sono considerate spettatori. È importante per il rintracciamento delle persone registrare le identità e i contatti dei conducenti. Ci dovrebbe essere un massimo di 1 autista ogni 3 bambini/juniores.

**• Sono possibili gli allenamenti di calcio?**

Le sessioni di allenamento di calcio per bambini e giovani fino a 20 anni (nati nel 2001 e più giovani) possono essere tenute all'interno e all'esterno. Le sessioni di allenamento a partire dai 20 anni (nati nel 2000 e oltre) che implicano un contatto fisico sono possibili con mascherina. A partire dai 20 anni (nati nel 2000 e oltre), gli allenamenti di condizione o gli allenamenti tecnici senza contatto fisico possono essere tenuti in gruppi fino a un massimo di 15 persone (compreso l'allenatore) e senza mascherina.

L'allenamento indoor è autorizzato per gruppi di massimo 15 persone, tenendo conto delle distanze da rispettare e dell'uso di una maschera obbligatoria in ogni momento.

**Attenzione: possono esserci delle direttive cantonali più severe**.

**• Sono possibili più gruppi di massimo 15 persone per l'attività sportiva?**

Diversi gruppi sono concepibili nella misura in cui i gruppi sono anche permanentemente e ovviamente riconoscibili come gruppi indipendenti e i loro membri non si avvicinano né si mescolano durante tutto il tempo, comprese le persone principali. Non c'è un requisito minimo di spazio.

• **Gli adulti possono accompagnare i bambini e i giovani agli impianti sportivi?**

Gli adulti possono accompagnare i bambini piccoli che non sono in grado di frequentare un impianto sportivo in modo indipendente all'impianto, ma non possono partecipare allo sport in prima persona e possono essere nell'impianto sportivo solo quando lasciano e prendono i bambini - devono lasciare l'impianto durante l'allenamento dei bambini.

• **Quali consigli dà l‘ASF per lo svolgimento degli allenamenti a partire dai 20 anni (nati nel 2000 e oltre)?**

In linea con la filosofia di gioco e di allenamento della ASF, la piattaforma ASF clubcorner.ch offre ad ogni allenatore la possibilità di trovare contenuti di allenamento adatti e un'organizzazione di allenamento adeguata. Sono concepibili tutti gli esercizi e le forme di gioco che si possono realizzare in gruppi di massimo 15 persone (compreso l'allenatore) e senza contatto fisico (distanza minima 1,5 metri!). In generale, raccomandiamo esercizi nell'area della tecnica (gestione della palla, dribbling, finte, controllo/passaggio della palla e calci in porta). Inoltre, le forme adatte possono essere utilizzate anche nelle aree di tattica, fitness o allenamento mentale. Per un allenamento ottimale, si possono anche consultare le varie linee guida (Footeco, Junior Top Football) e il concetto di calcio per bambini.

Casi di COVID-19 nella squadra/ nel club

• **Cosa succede se c'è un'infezione nel club/squadra o nel pubblico?**

Qualora ci fosse un caso di COVID-19 nel club o un sospetto di infezione nell'impianto sportivo, il medico di famiglia o il medico cantonale competente deve essere informato. In seguito, in caso di caso positivo, le autorità cantonali contattano la persona di contatto dell'associazione, del club o dell'organizzatore (non viceversa). In particolare, controllano/chiariscono i contatti stretti della persona risultata positiva al test e il rispetto del concetto di protezione. Le autorità cantonali decidono poi l'ulteriore procedura (obbligo di quarantena per chi esattamente, ecc.).

Buvette/Restaurazione

* **Si possono aprire esercizi di ristorazione negli impianti sportivi e di svago?** Esclusivamente secondo la normativa vigente per gli stabilimenti di ristorazione. Ulteriori informazioni su consumo e ristorazione sono disponibili presso Gastrosuisse, l'UFSP o sotto [COVID-19 e sport (admin.ch).](https://www.baspo.admin.ch/it/aktuell/covid-19-sport.html#ui-collapse-512)