



Concetto di protezione Covid-19 per il calcio svizzero:

Raccomandazioni per società, dirigenti di società, allenatori/allenatrici e giocatori/giocatrici





Indice

1. Introduzione.....	3
2. Punto di partenza	3
3. Competenze di esecuzione	4
4. Obiettivi.....	4
5. Direttive generali per la ripresa degli allenamenti	4
6. Direttive complementari per società e proprietari di impianti	5
7. Direttive complementari per allenatori/allenatrici	6
8. Raccomandazioni sui contenuti e sull'organizzazione degli allenamenti.....	7
9. Altri settori rilevanti per l'ASF ed il calcio	8
10. Comunicazioni e tappe successive	8



1. Introduzione

L'Associazione Svizzera di Football (ASF) formula le seguenti raccomandazioni e istruzioni affinché calciatori e calciatrici possano riprendere gli allenamenti e svolgere attività calcistiche.

Le raccomandazioni e le istruzioni di questo concetto di protezione non sono applicabili al calcio professionistico maschile (Raiffeisen Super League, RSL e Brack.ch Challenge League, BCL). A tale scopo esiste un concetto di protezione separato, progettato specificamente per il calcio professionistico della Swiss Football League.

Questo concetto di protezione viene trasmesso a tutte le sezioni dell'Associazione Svizzera di Football (ASF), alle 13 Associazioni Regionali ed alle rispettive società. L'attuazione incombe sulle società pertinenti, in collaborazione con le autorità cantonali e comunali, e in conformità delle direttive imperative dell'Ufficio Federale della Sanità Pubblica (UFSP).

Le direttive obbligatorie e rigide della Confederazione, in particolare per quanto riguarda l'assembramento massimo di 5 persone e l'obbligo di mantenere una distanza minima di 2 metri, non consentiranno a tutte le società di offrire allenamenti a tutte le squadre e a tutti i giocatori e giocatrici. Il compito di organizzarsi in conformità di tali direttive, e di offrire opzioni di allenamento in base alle proprie disponibilità, viene lasciato alle singole società.

2. Punto di partenza

2.1 Punto di partenza Covid / Corona

- Il Consiglio federale ha adottato dei provvedimenti attraverso leggi d'emergenza.
- In base all'Ordinanza COVID 19 della Confederazione, in ogni caso vige quanto segue: assembramento massimo di 5 persone; distanza minima di 2 metri; norme igieniche dell'UFSP
- Nell'ambito delle decisioni del 16 aprile 2020, il Consiglio Federale ha incaricato il dipartimento DDPS di sviluppare un concetto per allentare i provvedimenti nell'intero settore sportivo. Come presupposto per l'attenuazione delle misure restrittive è richiesto un concetto di protezione come il presente documento.

2.2 Punto di partenza del calcio

- Attualmente in Svizzera sono circa 280'000 i giocatori e le giocatrici che giocano e si allenano in circa 1'400 società.
- In Svizzera il calcio è lo sport più amato e popolare, praticato da grandi e piccini, donne e uomini.
- Lo sport e il calcio in generale avvicinano le persone, contribuiscono all'integrazione, offrono distrazione e contatti sociali, ed hanno un effetto positivo sulla salute fisica e mentale.
- La Swiss Football League ha già creato e presentato un concetto di protezione speciale per le leghe superiori del calcio professionistico maschile svizzero (SFL, CHL). Questi due campionati non sono interessati dal presente concetto di protezione.
- Il presente concetto di protezione Covid-19 per il calcio svizzero si riferisce quindi all'allenamento di squadre maschili, femminili, junior e seniores coinvolte nelle competizioni di Prima Lega (Promotion League, Prima Lega maschile), del campionato amatoriale (Seconda Lega Interregionale, Prima Lega femminile), delle associazioni regionali e del settore tecnico dell'ASF (LNA e LNB femminile, U18, U16, U-15 calcio d'élite giovanile maschile e femminile, Footeco, Futsal).
- Il presente concetto ha lo scopo di illustrare come, sempre rispettando i provvedimenti imperativi delle autorità, sia possibile riprendere gli allenamenti calcistici a livello di sport ricreativo e competitivo (eccezion fatta per la SFL, in quanto ha elaborato un concetto proprio).



3. Competenze di esecuzione

3.1 Responsabilità

- I provvedimenti di protezione Covid-19 elaborate dall' Associazione Svizzera di Football (ASF) sono delle raccomandazioni. L'attuazione ed il rispetto delle misure rientrano nelle responsabilità delle società e degli operatori degli impianti calcistici. In linea generale, la decisione sulla riapertura degli impianti sportivi rientra nelle responsabilità e nelle competenze dei rispettivi Cantoni e dei proprietari degli impianti stessi.
- Tutte le parti coinvolte dovranno comunque sempre attenersi alle norme stabilite dal Consiglio Federale e dall'UFSP.

4. Obiettivi

L'Associazione Svizzera di Football, le sue società ed i suoi soci si pongono come obiettivo di:

- comportarsi in modo esemplare;
- applicare regole, procedure e istruzioni in conformità delle direttive ufficiali (sono possibili dei controlli da parte della polizia);
- stabilire dei provvedimenti chiari, comprensibili e realizzabili per società, dirigenti, allenatori, giocatori e giocatrici nonché per i proprietari degli impianti sportivi, i quali offrano sicurezza a tutte le parti coinvolte, di modo che sappiano cosa si può e cosa non si può fare;
- aderire comunque alle linee guida ed alle regole esistenti ed abituali;
- essere e restare solidali, sempre seguendo rigorosamente le direttive senza cercare trattamenti speciali.

5. Direttive generali per la ripresa degli allenamenti

5.1 Principi fondamentali

- Ogni allenamento può essere condotto unicamente in piccoli gruppi e senza contatto fisico.
- Questa forma di allenamento consente ai giocatori ed alle giocatrici di praticare dello sport e di allenarsi a calcio in modo specifico. Non si tratta di una normale preparazione alla competizione o di un normale allenamento di calcio. Deve essere accessibile a tutte le persone che non appartengono ad alcun gruppo a rischio, sempre tenendo conto di ogni regolamento e norma.

5.2 Igiene

- Devono essere rispettate tutte le direttive del Consiglio Federale, comprese le norme igieniche dell'UFSP (distanza sociale, distanza minima di 2 m tra le persone, 10 m² per persona; nessun contatto fisico; dimensione massima del gruppo di cinque persone, allenatore/allenatrice inclusi).
- È vietato lo smaltimento di rifiuti personali all'interno dell'impianto d'allenamento.
- I partecipanti all'allenamento devono presentarsi in tenuta sportiva adatta.
- È vietato cambiarsi gli indumenti sul posto.
- Il lavaggio e la pulizia degli indumenti da allenamento, comprese le scarpe, sono a carico dei partecipanti.
- Qualsiasi cibo e bevanda deve essere portato dai partecipanti; non è consentito condividere cibo e bevande.
- È vietato farsi la doccia ad allenamento completato all'interno dell'impianto d'allenamento.
- Le mani vanno disinfettate durante e dopo l'allenamento.
- I partecipanti devono rinunciare a rituali come strette di mano, "high five", festeggiamenti ed esultanze.
- È vietato sputare.



5.3 Area di allenamento

- L'accesso all'area di allenamento è consentito solo tramite gli ingressi segnalati.
- Ad allenamento completato, i partecipanti devono lasciare immediatamente e senza indugio l'area di allenamento.
- Le direttive della società o dei proprietari dell'impianto devono essere rigorosamente rispettate.
- A tale proposito, cfr. anche le informazioni al paragrafo 6.5.

5.4 Tragitto d'andata e di ritorno

- I partecipanti devono organizzare individualmente il tragitto di andata e ritorno, evitando l'uso dei trasporti pubblici e facendo il percorso a piedi, in bicicletta o in automobile.
- È vietato dare passaggi in automobile ad altri partecipanti, eccezion fatta per bambini che frequentino la stessa classe scolastica.
- L'arrivo e la partenza devono avvenire immediatamente prima e dopo l'allenamento.

5.5 Spettatori / genitori / dirigenti

- Non sono ammessi spettatori, genitori o funzionari durante la seduta di allenamento, se non con una mansione specifica.

5.6 Approccio da seguire per le persone infette da Covid-19 e/o quelle che presentano sintomi della malattia

- Le persone che presentano sintomi della malattia non possono partecipare all'allenamento. Devono rimanere a casa o andare in isolamento. Devono contattare il medico di famiglia e seguirne le istruzioni. L'allenatore o l'allenatrice vanno immediatamente informati dei sintomi della malattia. L'allenatore o l'allenatrice avranno cura di informare tutti i partecipanti all'allenamento, la società ed i proprietari dell'impianto.
- Le direttive dell'UFSP vanno applicate imperativamente.

6. Direttive complementari per società e proprietari di impianti

6.1 Delegato Covid-19

- La società deve nominare un delegato Covid-19 per garantire l'applicazione di tutte le direttive.
- In collaborazione con allenatori ed allenatrici, il delegato Covid-19 assicura che la composizione di ogni gruppo rimanga identica e registra i partecipanti sul sito clubcorner.ch, in modo da poter seguire le possibili catene di infezione.
- Il delegato Covid-19 può delegare tutte le direttive per gli allenamenti agli allenatori o allenatrici delle squadre

6.2 Igiene

- Accertarsi della disponibilità di disinfettanti a sufficienza per la seduta di allenamento.
- Pulizia giornaliera dell'impianto di allenamento.
- Pulizia e disinfezione dell'attrezzatura da allenamento usata, come porte da calcio mobili, coni, ecc.

6.3 Informazioni e comunicazioni

- Invio di informazioni a tutti i membri della società ed ai rappresentanti legali riguardo la ripresa dell'allenamento l'obbligo di attenersi a tutte le direttive.
- Formazione per allenatori, allenatrici e dirigenti sul comportamento corretto da seguire prima, durante e dopo l'allenamento



6.4 Organizzazione delle sedute d'allenamento

- Organizzazione della pianificazione degli allenamenti e assegnazione dei campi da gioco per le rispettive squadre, possibilmente sul sito clubcorner.ch per la registrazione.
- Garantire che gli incontri tra i partecipanti tra le diverse sedute di allenamento siano ridotte al minimo.
- È necessario calcolare un tempo sufficiente per l'ingresso e l'uscita dei partecipanti e per l'assemblaggio e lo smantellamento delle attrezzature tra una seduta di allenamento e un'altra.

6.5 Infrastruttura e ristorazione

- Per aprire i seguenti impianti, è richiesto il coordinamento con i proprietari degli impianti:
 - Campi da calcio in erba naturale e artificiale, campi da gioco di ogni dimensione
 - Devono rimanere chiusi ristoranti, gradinate, spogliatoi, docce e altre sale della club house e dell'impianto sportivo, ivi incluse le sale pesi.
- Documentazione chiara dei gruppi di allenamento e delle fasce orarie, con una rigida divisione dei gruppi di allenamento sui campi di calcio.
- È ammissibile la presenza contemporanea fino ad un massimo di 4 gruppi di allenamento sui campi di calcio. I gruppi devono essere definiti per nome (gruppo A, B, C, D) e devono rimanere sempre identici nella loro composizione.
- L'accessibilità all'infrastruttura deve essere specificata. Ove necessario, l'ingresso e l'uscita verranno regolati tramite contrassegni visivi per indicare la distanza da mantenere.
- Controllo del numero di persone presenti nell'impianto. L'entrata e l'uscita devono essere monitorate tramite un sistema di conteggio (può entrare una persona per ogni persona che esce).
- Il poster dell'UFSP "Così ci proteggiamo" deve essere affisso in una posizione visibile; il poster è disponibile sulla homepage dell'UFSP.
- Le panchine e le sedie dei giocatori e delle giocatrici devono essere posizionate, rimosse o bloccate in modo da garantire una distanza minima di 2 metri.
- I bidoni della spazzatura devono essere rimossi oppure coperti.
- I proprietari degli impianti stabiliscono le procedure di pulizia e di manutenzione da parte del personale addetto; la pulizia quotidiana degli impianti rimane obbligatoria.
- Per la vendita di alimenti e bevande, valgono le direttive per "negozi di cibi da asporto (take-away), servizi di fornitura di pasti" (Ordinanza 2 COVID-19 del 13 marzo 2020; stato 4 aprile 2020, capitolo 3, articolo 6, capoverso 2)

7. Direttive complementari per allenatori/allenatrici

7.1 Igiene

- Deve essere verificata la conformità di tutte le direttive sull'igiene per gli allenamenti (cfr. paragrafo 6.1); qualora le direttive venissero ignorate, il fatto va segnalato al delegato Covid-19.

7.2 Informazioni e comunicazioni

- Presa di contatto con i giocatori e le giocatrici e, se necessario, con i rappresentanti legali riguardo lo svolgimento delle sedute di allenamento.
- Organizzazione di sedute di formazione per giocatori e giocatrici sul comportamento corretto prima, durante e dopo l'allenamento.

7.3 Allenamento e attrezzatura da allenamento

- Qualora fosse disponibile, ogni allenatore ed allenatrice deve far uso di attrezzatura personale per l'allenamento.
- L'attrezzatura da allenamento può essere assemblata e smantellata unicamente dagli allenatori o dalle allenatrici.



- L'attrezzatura da allenamento deve essere disinfettata dopo ogni seduta di allenamento.
- Nel limite del possibile, gli allenamenti vanno registrati sul sito clubcorner.ch. Le presenze alle sedute vanno obbligatoriamente registrate; a tale proposito il sito clubcorner.ch è particolarmente adatto. Ulteriori informazioni sono disponibili alle pagine 4 e 12 del supplemento annesso

8. Raccomandazioni sui contenuti e sull'organizzazione degli allenamenti

- La piattaforma dell'ASF clubcorner.ch, allineata al pensiero sul gioco e sugli allenamenti dell'ASF, offre ad ogni allenatore ed allenatrice l'opportunità di trovare elementi utili per i contenuti e per l'organizzazione delle sedute di allenamento. A questo proposito sono prevedibili tutti gli esercizi e tipi di gioco svolti in piccoli gruppi fino ad un massimo di 5 persone (di regola si tratta di 4 giocatori o giocatrici e di 1 allenatore o allenatrice), evitando il contatto fisico e tenendosi sempre ad una distanza minima di 2 metri. I palloni non possono essere raccolti con le mani e devono essere giocati solo con i piedi. I colpi di testa sono vietati. In linea generale vengono raccomandati gli esercizi per la tecnica (possesso palla, dribbling, finte, controllo palla, passaggi e tiri in porta). In aggiunta possono anche essere inserite delle unità idonee sulla tattica e sulla condizione fisica o mentale. Per una struttura ottimale della seduta si può anche fare riferimento alle linee guida (Footeco, calcio d'élite giovanile) e al concetto di calcio per bambini.

8.1 Programma di allenamento (suggerimento di suddivisione in gruppi e tempi previsti)

- Esempio di suddivisione in gruppi di una squadra di circa 20 giocatori o giocatrici, con 4 giocatori o giocatrici ed 1 allenatore o allenatrice per gruppo.

	Gruppo 1	Gruppo 2	Gruppo 3	Gruppo 4	Gruppo 5
Allenatore/allenatrice					
Giocatore/giocatrice 1					
Giocatore/giocatrice 2					
Giocatore/giocatrice 3					
Giocatore/giocatrice 4					

Programma di una seduta di allenamento per un'intera squadra:



Tempo	Arrivo, saluti, spiegazioni	Tappa 1	Tappa 2	Tappa 3	Tappa 4	Conclusione / esercizio di defaticamento
10:00	Gruppo 1					
10:15	Gruppo 2	Gruppo 1				
10:30	Gruppo 3	Gruppo 2	Gruppo 1			
10:45	Gruppo 4	Gruppo 3	Gruppo 2	Gruppo 1		
11:00	Gruppo 5	Gruppo 4	Gruppo 3	Gruppo 2	Gruppo 1	
11:15		Gruppo 5	Gruppo 4	Gruppo 3	Gruppo 2	Gruppo 1
11:30			Gruppo 5	Gruppo 4	Gruppo 3	Gruppo 2
11:45				Gruppo 5	Gruppo 4	Gruppo 3
12:00					Gruppo 5	Gruppo 4
12:15						Gruppo 5

9. Altri settori rilevanti per l'ASF ed il calcio

9.1 Arbitri

- È possibile svolgere allenamenti per arbitri, sempre rispettando le direttive del presente concetto di protezione. In questo caso, le sedute comprenderanno principalmente unità di condizione fisica, svolte individualmente o in piccoli gruppi (da 2 fino ad un massimo di 5 persone).

9.2 Corsi di formazione

- È possibile svolgere corsi di formazione per allenatori ed allenatrici, sempre rispettando le direttive del presente concetto di protezione.

10. Comunicazioni e tappe successive

- Il presente concetto di protezione Covid-19 dell'Associazione Svizzera di Football verrà consegnato al gruppo specialistico UFSP/ UFSPO il 27 aprile 2020. Dopo il controllo di plausibilità da parte delle autorità, sono previste le seguenti tappe:
- Il concetto di protezione verrà distribuito a tutte le sezioni ed a tutte le associazioni regionali, nonché a tutte le società. Queste saranno quindi responsabili per l'attuazione del concetto di protezione, in collaborazione con i rispettivi proprietari degli impianti.