

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	7
8.	Attività agonistica e professionistica	7
9.	Futsal	8
10.	Beachsoccer	8
11.	Raccomandazioni sui contenuti e sull'organizzazione degli allenamenti	8
12.	Altri settori rilevanti per l'ASF ed il calcio	9
13.	Comunicazioni e tappe successive	9

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.

Il concetto di protezione dell'ASF si applica per gli allenamenti di tutte le squadre e di tutti i giocatori e giocatrici che partecipano alle attività organizzate da una lega dell'ASF, dalle sezioni Prima Lega e Lega Amatori nonché dalle associazioni regionali. Non sono incluse le squadre ed i giocatori della Raiffeisen Super League e della Brack.ch Challenge League. Per loro è stato istituito un concetto di protezione a parte dalla 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 cantionali 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.
- **L'ASF fa riferimento alle direttive dell'UFSP e dell'UFSPD. È possibile che sorgano delle differenze tra l'educazione fisica a scuola e gli allenamenti di calcio. Queste derivano dalle diverse direttive emanate dalle autorità competenti per lo sport da un lato e l'organizzazione scolastica dall'altro. Tali direttive, tuttavia, non sono di competenza dell'ASF.**

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, Footeo, 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 (eccezione 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.
- I concetti di protezione delle società devono essere basati sulle direttive del concetto di protezione dell'ASF. Tuttavia, non sottostanno all'obbligo di approvazione da parte di terzi. Raccomandiamo alle nostre società di adottare il concetto di protezione dell'ASF per intero e senza mutazioni, e di adattarlo alle condizioni locali solo se necessario e previa consultazione del gestore dell'impianto sportivo.
- Eventuali concetti di protezione per i singoli impianti calcistici sono di responsabilità dei rispettivi gestori (amministrazioni cittadine o comunali).

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 6.6.

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.
- **Qualora un partecipante alle sedute di allenamento risultasse positivo, sussiste il rischio che il medico cantonale possa imporre una quarantena di 10 giorni per l'intero gruppo. Per questo motivo è fondamentale che, laddove possibile, anche gli allenamenti per gli sport di alta competizione vengano svolti in linea con i concetti di protezione per gli sport di base (vedere punto 8).**
- 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

- I disinfettanti devono essere messi a disposizione all'ingresso e all'uscita del campo di calcio, in modo che tutti i partecipanti possano disinfettarsi le mani prima e dopo l'allenamento.
- Pulizia giornaliera dell'impianto di allenamento.
- Tutti i materiali utilizzati devono come minimo essere puliti con acqua e sapone (palloni, porte da calcio, porte degli impianti sportivi, attrezzatura da allenamento come conconi, ecc.)

6.3 Controllo

- I dirigenti delle società ed i gestori degli impianti di calcio sono responsabili per i controlli. Inoltre, sono possibili controlli da parte delle autorità cantonali e comunali.

6.4 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

6.5 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.

6.6 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
 - In base alle ultime direttive delle autorità federali, le aziende di ristorazione possono, sempre aderendo alle norme sull'igiene e sulla distanza, riaprire a partire dall'11 maggio 2020. Questo vale anche per tutte le club house. Per tutto il settore di ristorazione vale il piano di protezione COVID-19 di categoria. Le misure devono essere rispettate da tutte le società.
 - I servizi igienici possono essere aperti nel rispetto delle norme igieniche. L'accesso e l'uso dei servizi igienici devono essere regolati in modo tale da rispettare la regola della distanza minima di 2m. Questo può comportare la chiusura di singoli servizi igienici. Qualora nella struttura fosse disponibile un unico servizio igienico, questo deve essere indicato come neutro rispetto al genere. Il gestore dell'impianto deve assicurare, presso il servizio igienico, la disponibilità di sapone liquido e di carta assorbente monouso per asciugare le mani, oltre che di cassonetti dei rifiuti, i quali devono essere svuotati quotidianamente. Le mani e gli oggetti toccati devono essere disinfettati dopo ogni utilizzo. I servizi igienici devono essere puliti quotidianamente.
 - Ad eccezione dei ristoranti interni della club house (cfr. ristoranti), tutte le sale devono rimanere chiuse fino a nuovo avviso. Questo vale anche per gli spogliatoi, le docce, le sale pesi e tutte le altre sale della club house.
- 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. Attività agonistica e professionistica

8.1 all'interno del concetto di protezione, quali categorie vengono considerate sportive di alto livello?

- In relazione alle misure di allentamento del governo federale per lo sport a partire dall'11 maggio 2020, sono emerse delle incertezze circa la pratica sportiva a livello agonistico e competitivo. Questo è di notevole importanza perché per le attività agonistiche di alta competizione, è possibile allenarsi in gruppi di oltre 5 persone. In consultazione con l'UFSP, Swiss Olympic ha definito le seguenti categorie come sportive di alto livello (uomini e donne):
 - Tutti i membri delle squadre nazionali
 - Tutti i giocatori dei massimi campionati (nel calcio: Raiffeisen Super League; NLA).
 - Nella stessa categoria sono inclusi, per quanto riguarda il calcio, i giocatori dei campionati cadetti maschili (nel calcio: Brack.ch Challenge League)
 - Titolari della Swiss Olympic Card per le seguenti categorie: oro, argento, bronzo, élite e Talent Card National.

8.2 Cosa bisogna considerare per lo sport di alta competizione?

- Il concetto di protezione della disciplina sportiva e del gestore dell'impianto sportivo è alla base degli allenamenti per lo sport di alta competizione. Le norme speciali si applicano esclusivamente agli allenamenti. Ove possibile, è necessario osservare le misure di protezione di base (gruppi di 5, due metri di distanza, ecc. – cfr. anche il grafico "Raccomandazioni sulla protezione di Swiss Olympic").
- Per gli sport di alta competizione, qualora fosse assolutamente necessario, si può:
 - aumentare in maniera appropriata il numero dei partecipanti per gruppo
 - sospendere la regola della distanza di 2m
 - permettere sedute di allenamento con contatto fisico

9. Futsal

- Al momento non esiste un concetto per il Futsal. Le società sono tenute ad applicare le direttive del concetto di protezione generale dell'ASF.

10. Beachsoccer

- Al momento non esiste un concetto per il Beachsoccer. Le società sono tenute ad applicare le direttive del concetto di protezione generale dell'ASF.

11. 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. **Il portiere può prendere il pallone con le mani solo se indossa dei guanti** I colpi di testa sono vietati. In linea generale vengono raccomandati gli esercizi per la tecnica (possessione 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.

11.1 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
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 4	Gruppo 3	Gruppo 2	Gruppo 1	
11:15			Gruppo 4	Gruppo 3	Gruppo 2	Gruppo 1
11:30				Gruppo 4	Gruppo 3	Gruppo 2
11:45					Gruppo 4	Gruppo 3
12:00						Gruppo 4

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

12.1 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).

12.2 Corsi di formazione

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

13. 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.
- **il concetto è integrato da FAQ, aggiornato con nuovi sviluppi e pubblicato su football.ch**