

Riprendiamo il CALCIO in Sicurezza



Norme comportamentali ed igieniche in 10 passaggi:



Lavarsi frequentemente ed accuratamente le mani con acqua e sapone o in alternativa con gel igienizzanti a base idroalcolica



Indossare correttamente le mascherine e gli altri DPI quando richiesto dalle circostanze come da indicazioni del Protocollo attuativo.



Evitare il contatto ravvicinato con le altre persone mantenendo la distanza interpersonale di 1 metro o qualora non sia possibile indossare la mascherina protettiva



Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani con attenzione particolare nel corso della seduta di allenamento



Coprirsi bocca e naso con un fazzoletto se si starnutisce o tossisce e cestinarlo quanto prima. In alternativa, tossire o starnutire nell'incavo del gomito a braccio piegato.



Per soffiarsi il naso utilizzare un fazzoletto di carta monouso e gettarlo in apposito contenitore sigillato e igienizzarsi le mani prima di entrare in campo



Smaltire mascherine e guanti esausti in modo corretto, mettendoli in appositi sacchetti sigillati e gettandoli nell'immondizia indifferenziata



Prestare molta attenzione ai servizi igienici e alle docce curando sempre l'igiene



Non lasciare negli spazi comuni oggetti personali o indumenti e ricordarsi di riporli sempre in appositi zaini/sacche o lavando quanto adoperato



Non effettuare lo scambio di oggetti personali all'interno dell'impianto sportivo quali bicchieri, maglie da allenamento, pettorine, borracce, telefono, ecc...