



Ripartiamo in sicurezza: le regole da rispettare

Caro Socio,

non abbiamo perso l'entusiasmo, ma per **riaprire in totale sicurezza** abbiamo bisogno della tua **collaborazione**.

Seguendo le **linee guida nazionali e regionali** abbiamo messo a punto un vademecum relativo alle regole da rispettare all'interno delle nostre sedi.

Queste **regole sono generali**, e all'interno dei locali associativi potrebbero essere presenti ulteriori specificazioni, quindi cerca di rimanere sempre informato, e di richiedere ad un referente tutte le specificazioni necessarie.

Ecco, quindi, che **cosa faremo insieme**:

- Ti chiediamo, **all'entrata e all'uscita**, di indossare la **mascherina**. I dispositivi di protezione potranno essere rimossi per lo svolgimento delle attività fisiche, ma non nel momento in cui ti troverai, ad esempio, all'entrata del centro o negli spogliatoi. **La mascherina è obbligatoria anche per i bambini di più di 6 anni di età**.
- Troverai **gel per la sanificazione** delle mani in diversi punti del centro: usali per la tua e per la nostra sicurezza. **E' obbligatorio l'igienizzazione delle mani prima di accedere**.
- **Giochi, tavoli e sedie**, durante le attività saranno posti ad una **distanza di almeno un metro** l'uno dall'altro, così come previsto dalle linee guida.
- Per le attività fisica, ballo e fitness è previsto il **distanziamento di due metri**.
- **Noi non potremo, tranne nei casi davvero necessari, avvicinarci a te** durante le attività. Nel caso in cui ciò si rendesse necessario, ogni operatore si premurerà di indossare la **mascherina**.
- Potrai usare gli **spogliatoi**, ma potranno entrare solo **due persona per volta** per ogni spogliatoio, così come nei bagni. Se preferisci puoi arrivare già con i tuoi abiti da Yoga o per le altre attività che svolgerai nel centro. Ricordati di mantenere le distanze di almeno 1 metro.
- **Non sarà possibile utilizzare, invece, le docce**.
- All'interno dei servizi igienici c'è disposizione soluzione alcolica per la **disinfezione prima e dopo** l'utilizzo.
- I tuoi **abiti**, così come le tue **scarpe**, dovranno essere riposti in una **sacca personale chiusa** con la **cerniera**, oppure in **sacchetti di plastica**. La borsa dovrà essere lasciata chiusa negli scaffali appositi in reception o in corridoio, **non per terra**. Noi potremmo procurarti il sacchetto di plastica, ma se possibile ti chiediamo di procurarteli.
- Ti chiediamo di **gettare i fazzoletti**, le **salviette** e gli **asciugamani di carta** nei cestini messi a disposizione dal centro, e di non lasciarli in giro: ci occuperemo noi del loro smaltimento.
- Dovrai **prenotare le tue attività**: potrai farlo nei modi e nei tempi che ti verranno comunicati (ad esempio: via email, via WhatsApp, oppure attraverso app particolari). Varrà il principio del primo arrivato, primo servito. Quindi, **se sai di non poter partecipare alla lezione, ti chiediamo di disdire il tuo posto in tempo**. Le **prenotazioni** potranno avvenire al **massimo 60 minuti prima dell'inizio della lezione**.

- Ti chiediamo di **non venire al centro se presenti sintomi influenzali** (come tosse, raffreddore, dolori muscolari, brividi e così via), **se hai avuto una diagnosi di Covid-19, oppure se sei stato a contatto, nei 14 giorni precedenti alla data** in cui si svolgerà la lezione, **con una o più persone a rischio o che abbiano avuto una diagnosi di Covid-19**. Vogliamo, infatti, che tutti siano al sicuro.
- Prima di ogni attività sarà rilevata la temperatura corporea **per tutti gli operatori, bambini, genitori/accompagnatori**. In caso di $T > 37.5$ °C il soggetto dovrà essere allontanato. In caso di febbre del genitore/accompagnatore o del minore, non potranno accedere al Centro. È preferibile che gli accompagnatori abbiano un'età inferiore a 60 anni, a tutela della loro salute. In caso di adulti potranno **dichiarare di essere in buono stato di salute** e di non aver tenuto comportamenti potenzialmente a rischio. Se potrai, ti chiediamo di compilarlo a casa, altrimenti ne troverai molte copie nel tuo centro di riferimento.
- Manterremo un **registro delle presenze giornaliere** da conservare per una **durata di 14 giorni**, garantendo il rispetto della normativa in materia di protezione dei dati personali.
- Gli **operatori seguiranno le stesse regole**, e nessuno di noi si presenterà al centro malato, o dopo aver tenuto comportamenti a rischio: teniamo alla vostra sicurezza e vogliamo essere i primi a mettere in pratica le regole.
- **Tutti i locali verranno sanificati** prima e dopo ogni lezione, e ti chiederemo, se utilizzerai i tappetini o i bagni, di effettuare la pulizia in autonomia.
- Proprio a proposito dei **tappetini**, non possiamo fornirteli noi, tranne in casi di particolare necessità: ti chiediamo, quindi, di portare il tuo da casa. Così saprai di essere sempre sicuro e di non doverti preoccupare di nulla.
- **Non sarà possibile utilizzare attrezzature** come i giocattoli, i libri e i giochi da tavola, le coperte, i cuscini o i blocchetti, in quanto non correttamente sanificabili. Ti preghiamo di chiedere al personale un'alternativa già sanificata.
- Ti chiediamo di **evitare le strette di mano, i baci e gli abbracci** e, se dovrai **starnutire o tossire** potrai farlo (non è certo vietato!) ma fallo nell'incavo del gomito.
- Ti chiediamo di portare la tua **acqua** da casa se ti sarà possibile, ma potrai trovare sempre bicchieri monouso nei nostri centri: non vogliamo vederti assetato!
- Cerchiamo di **sostare** tutti il meno possibile all'interno dei locali del centro: se vuoi chiacchierare con i tuoi compagni o con il tuo insegnante potrai farlo, ma dovrai indossare la mascherina. All'esterno, invece, in molte Regioni è possibile farlo mantenendo la distanza e senza mascherina. **Non avere paura**, però, perché sappiamo quanto la condivisione sia parte della nostra disciplina, quindi se hai bisogno di noi contattaci senza indugio!

Come puoi vedere, **queste regole sono semplici da seguire** e ti consentiranno sia di stare tranquillo, sia di goderti la tua lezione sapendo di non aver arrecato danno agli altri.

Speriamo di tornare presto tutti alla normalità, ma nel frattempo vogliamo che tu possa ritrovare un clima di **totale** serenità nel tuo centro preferito.

Sappiamo che collaborerai, e te ne siamo grati!

Non vediamo l'ora di rivederti e, anche se rimanderemo gli abbracci ancora un po', sappi che ti vogliamo bene e che ti ringraziamo per averci scelti di nuovo.

Grazie

