

## **INFORMATIVA “COVID-19” PER ATTIVITA’ DI MONTAGNA: ESCURSIONISMO, NORDIC WALKING, ORIENTEERING E SURVIVAL**

### **FINALITÀ DEL DOCUMENTO**

Lo scopo del presente documento è informare il partecipante in merito al rischio Covid-19, con la finalità di:

- salvaguardare la salute delle guide e dei clienti impegnati in attività di montagna nel panorama di una emergenza epidemiologica di carattere nazionale, in corso ed in costante evoluzione;
- informare i partecipanti sulla gestione del rischio connesso ed allineare l'organizzazione dell'escursione alle misure di contenimento della diffusione del virus COVID-19 emanate dagli organi dello Stato Italiano al fine di rallentare il fenomeno di contagio ed attenuare l'impatto sulle strutture del Sistema Sanitario Nazionale, anche richiamando tutti i partecipanti alla responsabilità in ogni azione e comportamento;
- fornire al contempo le indicazioni operative di condotta al fine di massimizzare le risorse contestualizzando le situazioni di rischio, le misure preventive e le opportunità di ingaggio.

### **INFORMAZIONI GENERALI RELATIVE AL VIRUS SARS-COV-2**

Il 9 gennaio 2020, il CDC cinese ha riferito che è stato identificato un nuovo coronavirus (2019-nCoV successivamente denominato Sars-CoV-2). La malattia che deriva dall'infezione è stata denominata Covid-19 (dove "CO" sta per corona, "VI" per virus, "D" per *disease* e "19" indica l'anno in cui si è manifestata). Il nuovo coronavirus è strettamente correlato a quello della sindrome respiratoria acuta grave (SARS). I coronavirus sono una grande famiglia di virus respiratori che possono causare malattie che vanno dal comune raffreddore alla sindrome respiratoria mediorientale (MERS) e alla SARS. Il virus può causare una forma lieve, simil-influenzale, oppure può progredire in una forma grave soprattutto in persone con condizioni cliniche croniche pre-esistenti quali ipertensione e altri problemi cardiovascolari, diabete, patologie epatiche e altre patologie respiratorie; anche le persone anziane potrebbero essere più suscettibili alle forme gravi.

#### *Trasmissione*

Il virus Sars-CoV-2 si trasmette attraverso:

- Il contatto diretto (es. mani che toccano le mucose).
- Il contatto indiretto (via aerea).

#### *Sintomi della malattia*

I sintomi più comuni consistono in febbre, tosse, raffreddore, mal di gola, bruciore agli occhi, difficoltà respiratorie.

### *Criteria generali di prevenzione*

Per i partecipanti è fondamentale mantenere sempre le misure di distanziamento sociale ed evitare il contatto con i soggetti affetti da coronavirus attraverso la corretta applicazione delle misure di controllo delle infezioni e dell'uso di misure di barriera/Dispositivi di Protezione Individuale (DPI).

### *Norme igienico-sanitarie per i partecipanti alle attività*

- Lavarsi spesso le mani con acqua e sapone o con soluzioni antisettiche (gel o soluzione alcolica con alcol minimo 70%, spray o liquida che sia.);
- Evitare contatti diretti o ravvicinati (meno di 1,5-2 metri) con persone malate o con sintomi respiratori sospetti o anche semplicemente con le persone a rischio di malattia (cioè le persone che negli ultimi 15 giorni potrebbero essere state in contatto con persone che poi si sono ammalate);
- Evitare di toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con mani non lavate (ovviamente se le mani hanno toccato persone o oggetti di dubbia contaminazione da pochissimo tempo).
- Starnutire o tossire in un fazzoletto o sul gomito a braccio flessso.

### *Norme igienico-sanitarie che garantiamo ai partecipanti*

Tutto il materiale messo a disposizione dei clienti da Vivere l'Aniene per lo svolgimento delle attività viene sanificato alla fine di ogni sessione con prodotti conformi alle indicazioni dell'ISS (Istituto Superiore di

Sanità), con le sole eccezioni del materiale tecnico (tessile) che potrebbe essere danneggiato dagli agenti chimici utilizzati e costituire un maggiore fattore di rischio.

L'attività all'aria aperta non prevede l'uso di protezioni per le vie aeree, a meno che - durante la progressione - non capiti di trovarsi al di sotto delle distanze previste con la guida o con gli altri partecipanti.

Per questo motivo chiediamo a tutti i partecipanti di dotarsi di mascherine.

## **INDICAZIONI SPECIFICHE PER L'ATTIVITÀ DI MONTAGNA**

Al fine di ridurre i rischi di contagio da Covid-19 ma continuare a vivere e condividere le bellezze della natura in sicurezza, ti chiediamo di leggere attentamente le seguenti informazioni che ti spiegano cosa devi avere e come devi comportarti per partecipare alle escursioni e attività di montagna.

### **1. PRENOTAZIONE**

La prenotazione sarà effettuata obbligatoriamente in modalità online o telefonica con pagamento anticipato in via telematica (salvo casi di manifesta impossibilità). Il partecipante riceverà via e-mail il regolamento di partecipazione all'escursione, che ogni partecipante dovrà stampare autonomamente e portare con sé al ritrovo dell'escursione, da firmare in presenza, unitamente ad una penna personale.

## 2. EQUIPAGGIAMENTO DI BASE OPPORTUNO PER LE ATTIVITA' DI MONTAGNA

Ciascun partecipante deve presentarsi all'escursione inderogabilmente munito di:

- abbigliamento e attrezzatura tecnica idonea all'escursione (vestiario adeguato all'uscita e alle condizioni climatiche, scarpe da trekking a suola rigida, zaino, borraccia, giacca antipioggia, occhiali da sole, repellente per insetti, crema solare, fazzoletti di carta, bastoncini da escursione, etc.)
- pranzo al sacco e snack energetici
- acqua secondo necessità, e condizioni climatiche.

- **DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE (DPI)**

n. 3 mascherine chirurgiche

n. 3 paia di guanti monouso in lattice o in nitrile

minimo 150 ml di gel disinfettante a norma CE non autoprodotta

sacchetto per lo smaltimento dei DPI usati

## 3. COMPORTAMENTO

**INDICAZIONI DELL' OPERATORE/GUIDA/ISTRUTTORE.**

Il partecipante dovrà attenersi strettamente a tutte le indicazioni che verranno comunicate dalla guida per tutta la durata dell'attività di montagna. Far presente alla guida immediatamente se ci sono componenti del gruppo che non rispettano tutte le indicazioni date. In quel caso la guida può richiedere alla persona di lasciare il gruppo restituendo la quota e dichiarando davanti a testimoni che non è più sotto la propria responsabilità.

**CAR SHARING:** è sconsigliata la condivisione di auto per giungere al punto di ritrovo dell'escursione, tranne nel caso di coppie o conviventi. In caso di impossibilità, in macchina troveranno posto solo due persone con mascherina indossata poste sulla diagonale (guidatore e posto posteriore destro). Una volta scesi dall'auto rispettare il distanziamento con le altre persone di almeno 2 m, seguendo le eventuali indicazioni suppletive della guida sul come disporsi nell'attesa della registrazione.

**REGISTRAZIONE PRESENTI e CONTROLLO DOTAZIONI.** La guida chiamerà uno per uno i partecipanti, che muniti di tutti i DPI richiesti dovranno firmare il regolamento con la propria penna. In questa occasione la guida effettuerà il consueto controllo delle attrezzature e dei dispositivi sanitari, misurando la febbre a ciascuno (facoltativo in base alle linee guida regionale).

**PAGAMENTO IN LOCO.** Potrà pagare in loco solo ed esclusivamente chi, avendo avvisato per tempo la guida, ha ricevuto istruzioni in merito. Si ricorda che il pagamento in contanti è sconsigliato, per motivi igienici. Il pagamento tramite POS è consentito solo se previamente concordato con la guida.

**MASCHERINA.** La mascherina VA indossata nei momenti di arrivo, accoglienza, briefing, durante le soste e al momento di incrocio sul sentiero con altre persone anche non appartenenti al proprio gruppo, nonché qualora si debba tossire o starnutire. La mascherina NUOVA indossata invece durante il cammino, qualora ben distanziati di almeno 2 metri: deve essere tenuta sempre immediatamente a portata di mano (sotto il mento, in tasca...). Si indossa e si rimuove secondo le consuete indicazioni ministeriali.

**MANI.** Le mani vanno disinfettate molto spesso con il disinfettante a norma. L'uso dei guanti non è necessario durante l'escursione, ma è obbligatorio avere con sé i guanti come richiesto per situazioni di emergenza. Una volta tolti e ben smaltiti occorre disinfettare nuovamente le mani. I guanti si indossano e si rimuovono secondo le consuete indicazioni ministeriali, riassunte nel manuale sanitario allegato. Evitare di toccarsi occhi, naso, bocca con o senza DPI.

**SMALTIMENTO DPI.** Durante l'escursione ogni partecipante dovrà essere dotato di un doppio sacchetto di plastica per riporre i DPI usati e potenzialmente infetti.

**DISTANZIAMENTO.** E' obbligatorio mantenere una distanza di sicurezza di almeno 2 metri con ogni altra persona, ad eccezione fatta per i conviventi. Tale distanza minima va tenuta durante ogni momento dell'escursione, in sosta e in movimento. E' possibile richiederla direttamente con gentilezza a chi si avvicini troppo.

**INDUMENTI.** Ogni partecipante dovrà essere dotato di un doppio sacchetto di plastica per riporre gli indumenti sudati, che non potranno essere messi ad asciugare all'aria aperta, bensì vanno riposti in una busta ermetica e messi nello zaino. E' espressamente vietato lo scambio di indumenti per qualunque motivo, sia puliti che usati.

**OGGETTI.** E' assolutamente vietato lo scambio anche momentaneo di oggetti personali: Non passarsi bastoncini da trekking, borracce, cibi, burro cacao, creme, occhiali e qualunque oggetto personale o reperiti in natura.

**SEGNALE DI PERICOLO / AIUTO.** Verrà concordato con la guida; il gruppo si arresterà adeguatamente distanziato per dare opportunità alla guida di intervenire secondo quanto consentito dalle norme.

**SOSTA PRANZO.** Nella pausa pranzo i partecipanti dovranno disporsi a distanze anche maggiori di 2m esclusi i nuclei familiari e/o congiunti. Qualora la guida dovesse avvicinarsi a qualcuno dei clienti entrambi dovranno indossare nuovamente la mascherina.

FINE DELL'ATTIVITA' OUTDOOR. Assumere la disposizione dell'accoglienza iniziale:

1. Evitare la classica foto di gruppo troppo vicini
2. Evitare assembramenti nel luogo dove sono parcheggiate le auto

A CASA. Una volta rientrati smaltire correttamente nell'indifferenziata della propria abitazione i dispositivi usa e getta utilizzati.

luogo e data \_\_\_\_\_ firma per presa visione regolamento \_\_\_\_\_

\* \* \*

Ci rendiamo conto del disagio e delle difficoltà che l'utilizzo di queste procedure possono comportare.

Condividiamo questo disagio e ci adopereremo per gestire al meglio la situazione. Ti preghiamo di considerare

che il nostro principale interesse è la salute dei nostri clienti e dei nostri operatori, che sono formati per far fronte ad ogni vostra esigenza.

Ti chiediamo di portare pazienza e di aiutarci a rispettare le norme.