



Norme di condotta per coordinatori e partecipanti uscite sociali della Giovane Montagna adeguate alla prevenzione e alla mitigazione del rischio da COVID-19 aggiornate al DPCM 3.11.2020

1. Regole generali per le Sezioni e la Sottosezione P.G. Frassati

1.1 Scegliere, fino a quando possibile, itinerari o luoghi di svolgimento dell'attività e/o tempi, giornate della settimana ed orari che evitino affollamenti di gruppo.

1.2 Inviare on-line e in anticipo ai partecipanti le norme di condotta da mantenere rinviando allo scopo anche a quanto pubblicato sulla sezione news del sito internet www.giovanemontagna.org

1.3 Coordinare, nei limiti del possibile, l'attività con altri gruppi (se noti) in modo da evitare affollamento su itinerari e passaggi obbligati;

1.4 Almeno ad inizio stagione e in rapporto con l'andamento e la diffusione del contagio da Covid-19 verificare con analisi da adottare caso per caso se l'attività proposta sia compatibile per un gruppo numeroso (più di quindici partecipanti).

1.5 Dotare il capogita di un Kit composto da almeno cinque mascherine chirurgiche e/o di comunità, di un flacone contenente gel igienizzante, ferma la necessità di due paia di guanti monouso da utilizzare in caso di intervento di soccorso.

2. Norme di condotta per i coordinatori di gita

2.1 Fino a quando possibile e compatibilmente con la struttura organizzativa far giungere on-line o in anticipo le informazioni sanitarie dei partecipanti e, allo stesso tempo, inviare loro o portare a conoscenza degli stessi le indicazioni per la mitigazione del rischio da Covid-19, facendo anche direttamente rinvio nei messaggi di posta elettronica o WA a quanto pubblicato nella sezione news del sito internet www.giovanemontagna.org.

2.2 Raccogliere informazioni scritte (v. dichiarazione) o alternativamente orali dai partecipanti in maniera da sincerarsi che nessuno di essi presenti sintomi tipici da Covid-19 o che sia stato sottoposto alla misura della quarantena. Nel caso in cui le informazioni vengano raccolte solo oralmente prima della partenza è d'obbligo precisare a tutti i presenti che la loro partecipazione in tanto si intende consentita in quanto essi gli hanno confermato che in quell giorno la loro temperatura corporea è inferiore a 37,5 C.

2.3 Verificare che tutti i partecipanti abbiano una mascherina o un buff.

2.4. Formare, per gli spostamenti in auto private, equipaggi non superiori alle **tre** persone con i due passeggeri seduti sul sedile posteriore invitando i componenti dell'equipaggio ad indossare per tutto il viaggio o una **mascherina** di tipo **chirurgico** o una di tipo **ffp2**.



2.5 Gestire al meglio la distanza fisica adeguando il ritmo e la velocità di progressione, mantenendo sempre e fino a quando possibile distanze di 2 metri.

2.6 Evitare nei limiti del possibile l'utilizzo di materiale collettivo e sanificare con un disinfettante quello eventualmente utilizzato al termine dell'uscita.

3. Norme di condotta per i partecipanti

3.1 Misurarsi la temperatura corporea il giorno dell'uscita e non presentarsi all'appuntamento se la temperatura medesima risulta pari o superiore a 37,5 C.

3.2 Avere una mascherina chirurgica o di comunità ed un flaconcino di gel o spray igienizzante.

3.3 Indossare la mascherina durante gli spostamenti siano essi su mezzi pubblici o privati e tenerla sempre a portata di mano durante l'uscita. La mascherina va utilizzata ogni qualvolta si incontrano terze persone, durante le pause in rifugio.

3.4 Lavarsi le mani o disinfettarle ad inizio e fine attività e ogni volta possibile durante l'attività: in particolare le mani vanno lavate o igienizzate dopo ogni contatto stretto, prima di mangiare e bere.

3.5 Non comunicare parlando a voce alta e se si deve starnutire o tossire farlo usando un fazzoletto o farlo nel gomito della giacca. Evitare di toccarsi la bocca e gli occhi con le mani. Evitare soprattutto di portare alla bocca il materiale di sicurezza e non.

3.6 Non scambiarsi cibi e bevande e loro contenitori.

4. Norme specifiche per arrampicata su falesia outdoor (valevoli in quanto compatibili per arrampicate su cascate di ghiaccio)

4.1 Raccomandare a chi fa sicura l'uso di un cappello con visiera quando si utilizza il casco. Far utilizzare la mascherina quando chi fa sicura si trova vicino ad altri soggetti. Indossare la mascherina quando ci si avvicina per spiegazioni tecniche.

4.2 Raccomandato a chi scala l'uso del buff o bandana quando si usa il casco per evitare che il sudore possa colare sugli occhi.

4.3 Favorire l'uso della magnesite liquida.

4.4. Evitare di scalare su linee parallele più vicine di 4-5 metri.

4.5 Evitare di mettere in bocca gli strumenti di arrampicata.

4.6 In presenza di vento in faccia far rimanere chi fa sicura disassato rispetto al compagno o fargli indossare il buff o la mascherina.

4.7 Se si usano i guanti per assicurare, igienizzarli e farli asciugare al sole al termine dell'attività o durante le pause lunghe.

Torino, 11 novembre 2020

Commissione Centrale di Alpinismo e di Scialpinismo