

CAO Club Alpino Operaio – COMO
PROTOCOLLO ANTI COVID-19 PER LE ATTIVITA' ESCURSIONISTICHE

Al fine di prevenire eventuali contagi durante le attività escursionistiche organizzate dal CAO tutti i soci gitanti dovranno rispettare le norme disposte in materia dalle Istituzioni nazionali e locali.

Ogni socio dovrà essere dotato di idonea mascherina e di gel disinfettante a base alcolica per igienizzare le mani.

Dovranno altresì essere rispettati scrupolosamente i seguenti punti:

- 1) Alle gite potranno prendere parte solo i soci che:
 - hanno una temperatura corporea inferiore ai 37,5° C. ;
 - non presentano sintomi influenzali riconducibili al COVID-19;
 - non sono a conoscenza di aver avuto contatto nei 14 giorni precedenti la gita con soggetti positivi al COVID-19;
 - non sono posti in quarantena dall'autorità sanitaria per risultati positivi al tampone o per sintomi accertati riconducibili al COVID-19
- 2) Durante la gita soci dovranno mantenere la distanza minima interpersonale di:
 - 2 metri durante l'attività fisica;
 - 1 metro in assenza di attività fisica (ad esempio nelle soste)
- 3) I soci dovranno indossare la mascherina qualora non sia possibile mantenere le predette distanze minime di sicurezza dagli altri soci o da altre persone presenti sull'itinerario della gita; a tal fine la mascherina dovrà essere tenuta a portata di mano per garantirne un rapido impiego, se necessario.
- 4) Lavarsi spesso le mani e non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani prima di averle adeguatamente lavate.
- 5) Starnutire o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si dispone di un fazzoletto, starnutire o tossire nella piega interna del gomito.
- 6) Non scambiarsi cibi, bevande, borracce, bicchieri, attrezzatura, dispositivi elettronici, ecc.
- 7) Non abbandonare i propri vestiti utilizzati durante l'attività fisica e lo zaino in spazi condivisi.
- 8) Non gettare a terra alcun tipo di rifiuto, compresi resti di cibo: ogni socio dovrà riportare a valle ogni rifiuto, avendo particolare cura di smaltire nel proprio punto di raccolta dell'indifferenziato eventuali guanti nonché la mascherina monouso utilizzati durante l'attività.
- 9) Se nel corso della gita un socio dovesse avvertire l'insorgere di stato febbrile o influenzale, o di altri sintomi riconducibili al COVID-19 ne deve immediatamente informare gli accompagnatori, avendo cura di mantenere in maniera scrupolosa la distanza di sicurezza dalle altre persone.

Oltre alla normativa vigente ed alle sopra riportate indicazioni, si richiede ad ogni socio il massimo senso di responsabilità per tutelare sé stesso, gli altri frequentatori della montagna e la natura.