



**SUSAT**  
**Sezione Universitaria**  
**della**  
**Società degli Alpinisti**  
**Tridentini**  
Sottosezione del Club  
Alpino Italiano



Alla luce della situazione attuale, per poter riprendere le attività escursionistiche, è necessario seguire alcune indicazioni igieniche base:

- lavarsi spesso le mani e munirsi di flaconi di gel disinfettante a base idroalcolica;
- mantenere la distanza interpersonale minima di 1 mt in assenza di attività fisica;
- mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt;
- non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani prima di averle lavate;
- starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito;
- evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività motoria, ma riporli in zaini o borse personali;
- non condividere bicchieri, borracce, attrezzi, ecc.;
- premunirsi di appositi contenitori (bustine in plastica, ecc.) per raccogliere i propri dispositivi di protezione usati (mascherina, guanti, ecc.), i fazzolettini di carta, ecc.
- vietare lo scambio tra i partecipanti di dispositivi e attrezzi (smartphone, tablet, bussole, carte topografiche ecc.);
- non toccare la segnaletica fissa.

(da NOTE A CURA DELLA COMMISSIONE CENTRALE MEDICA del  
CLUB ALPINO ITALIANO)

I partecipanti sono consapevoli di **non poter partecipare** all'escursione:

1. se sprovvisti dei necessari DPI (mascherina, gel a base idroalcolica) e di quant'altro indicato dagli organizzatori;
2. se soggetti a quarantena, se a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 gg, se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil-influenzali ascrivibili al covid-19

e si impegnano:

- a rispettare le indicazioni ricevute (pena allontanamento dall'escursione)
- a comunicare agli organizzatori, nei 14 giorni successivi all'escursione, l'insorgenza di sintomi riconducibili al Covid19.