



# ARCI Tesseramento 2020-21

**Guida per i circoli: norme e strumenti utili per tempi di Covid**

# Cosa troverai nella guida

- **Parte 1. Circoli in sicurezza: normative e comportamenti**
  - Norme generali \_ p. 4-5
  - Mascherine \_ p. 6
  - Somministrazione cibo e bevande \_ p. 7
  - Attività ludiche e materiali \_ p. 8
  - Arieggiamento \_ p. 9
- **Parte 2. Strumenti utili per socialità digitale**
  - Dirette streaming
    - cosa sono e come utilizzarle \_ p. 5
    - piattaforme streaming: descrizione e link \_ p. 6
  - Le video chiamate
    - cosa sono e come utilizzarle \_ p. 16
    - piattaforme video chiamate: descrizione e link \_ p. 17
  - Solidarietà digitale
    - cos'è e come utilizzarla \_ p. 26
  - Coronavirus
    - news e info \_ p. 30
    - info utili \_ p. 38-39

# Introduzione

- Il **virus** è stato un duro colpo per il nostro paese: il senso di disorientamento per aver perso la normalità delle cose resterà come un segno indelebile nella nostra vita. Il **terzo settore** è stato colpito più duramente degli altri, a causa della mancata fornitura di fondi e della prolungata chiusura di circoli e luoghi di ritrovo. **ARCI** ha faticato a rialzarsi ma ora è ancora più attiva e resistente: durante il *lockdown* (e oltre), ARCI ha proposto un'ampissima gamma digitale di iniziative culturali tese a mantenere vivo il senso di comunità di un intero paese. Ora siamo pronti a ripartire nei circoli e nei luoghi di partecipazione, sempre nel rispetto delle norme e nella tutela di ogni individuo.

# Parte 1

Circoli in sicurezza: normative e comportamenti

## Norme generali

- Segnalare con apposita **cartellonistica** ([scarica qui](#)) anche in altre lingue ([scarica qui](#)) le misure precauzionali per l'ingresso nel circolo
- Disporre **soluzioni disinfettanti** in più punti del locale, in particolare all'ingresso nelle stanze
- Garantire l'igiene con una **frequente disinfezione** delle superfici
- **Riorganizzare gli spazi**, i percorsi e il programma di attività per garantire il rispetto della distanza di almeno un metro (due per attività fisica): se impossibile, garantire la distanza con **barriere** fisiche (plexiglass, ...)
- Pulire i **servizi igienici** più volte al giorno
- Favorire l'accesso su **prenotazione**

## Norme generali

- Nei circoli che hanno **posti a sedere** NON possono essere presenti più soci/e di quanti siano i posti a sedere; nei circoli che non hanno posti a sedere consentire l'ingresso di pochi soci/e per volta
- Se necessario, **contingentare** gli ingressi per mantenere la distanza di almeno un metro tra i/le soci/e
- NON obbligatorio (ma consigliato):
  - verificare che la **temperatura corporea** non sia superiore a 37,5 gradi
  - mantenere un **registro delle presenze** giornaliera, da archiviare per un periodo di 14 giorni, con nome, cognome e un recapito

# Mascherine

- Il **personale** e i/le volontari/e devono utilizzare la mascherina e lavare di frequente le mani con soluzioni idro-alcoliche igienizzanti
- I/le soci/e **seduti ai tavoli** possono non indossare la mascherina, se **non seduti** devono obbligatoriamente utilizzarla
- Se serviti al **bancone** i/le soci/e devono mantenere la distanza di almeno un metro e consumare il prodotto; fatto questo devono sedersi a un tavolo oppure uscire dal locale

## Somministrazione cibo e bevande

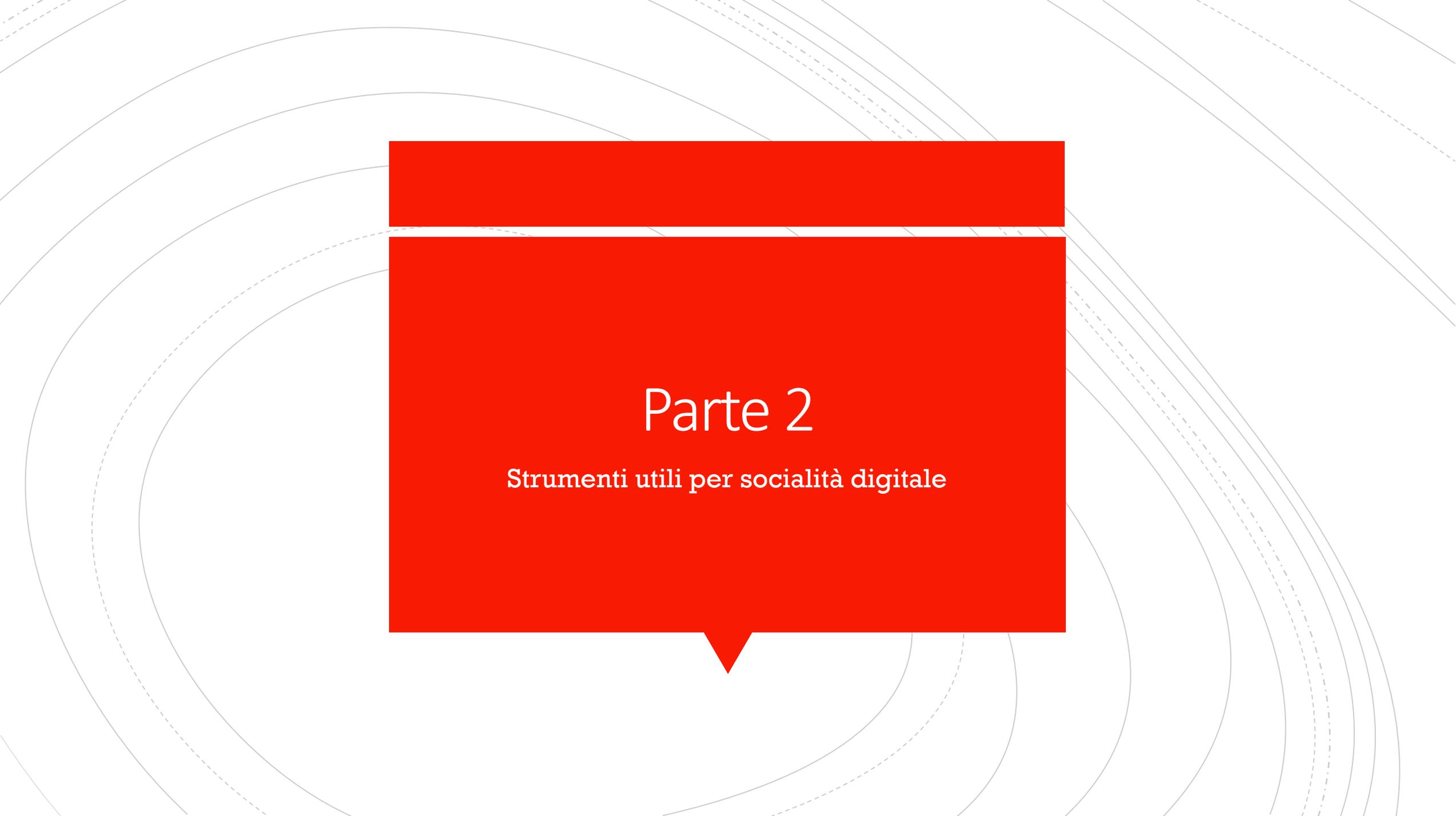
- Favorire la **consultazione online** dei menu, predisporre copie in stampa plastificata oppure cartacei a perdere
- La postazione della **cassa** deve essere schermata; in alternativa, il personale e i/le volontari/e devono indossare la mascherina e utilizzare gel igienizzante
- La **distanza** deve essere garantita sia al tavolo che per il servizio al banco
- Esclusi dal mantenimento della distanza sono i non soggetti alle norme vigenti (conviventi, ...) i quali possono compilare, come buona prassi cautelativa, un modulo di **autocertificazione**
- La consumazione a **buffet** NON è consentita a meno che:
  - i/le soci/e non tocchino quanto esposto senza consumarlo
  - il personale o volontari/e s'incarichi della somministrazione delle pietanze
  - si utilizzino prodotti confezionati in monodose
  - si riorganizzino gli spazi per evitare assembramenti mantenendo la distanza di un metro nelle file

## Attività ludiche e materiali

- Durante le attività di tipo ludico, privilegiare i **piccoli gruppi** di persone, sempre nel rispetto della distanza interpersonale
- Disinfettare le mani prima di ogni gioco e utilizzare sempre la **mascherina**
- Per le attività che prevedono la **condivisione** di oggetti adottare modalità tali da ridurre il numero di persone che li manipolano (ad es. Turni con squadre fisse)
- Consentito il gioco delle **carte** con: obbligo di mascherina, frequente igienizzazione delle mani e del tavolo, rispetto della distanza interpersonale (consigliata frequente sostituzione con nuovi mazzi)
- **Prima e dopo** ogni turno di gioco disinfettare i piani di lavoro, i tavoli di gioco e ogni oggetto fornito in uso ai/le soci/e
- **Giornali**, riviste e materiale informativo, preferibilmente in più copie, possono essere consultati solo previa igienizzazione delle mani

# Arieggiamento

- Favorire, ove possibile, le attività **all'aperto**
- Rafforzare le misure per il **ricambio d'aria** naturale e/o attraverso l'impianto di condizionamento (disattivare la funzione di ricircolo dell'aria)
- Se possibile, **aumentare la capacità filtrante** del ricircolo, sostituendo i filtri esistenti con filtri di classe superiore
- Garantire la **pulizia** dei filtri dell'aria
- Assicurarsi adeguate **portate d'aria esterna** per gli impianti di condizionamento (l'affollamento deve essere correlato alle portate effettive di aria esterna)
- Nei **servizi igienici** tenere sempre attivo l'estrattore d'aria



# Parte 2

Strumenti utili per socialità digitale

# Introduzione

- Questo è un momento difficile per la socialità: le norme conseguenti alla diffusione del coronavirus in Italia restringono e impediscono le forme di aggregazione e condivisione di spazi fisici. Per ovviare a questo problema la soluzione non è necessariamente evitare la comunicazione, ma trovare nuove modalità di ritrovo. Il mondo digitale in questo senso può fornire utili e interessanti strumenti per vivificare i rapporti stando comodamente a casa.

## Come scegliere

### **STREAMING**

- Vuoi mandare in diretta un concerto, un intervento, una lezione? Utilizza le piattaforme streaming per il tuo scopo: il pubblico potrà intervenire attraverso i commenti

### **VIDEO CHIAMATA**

- Vuoi organizzare una riunione o un appuntamento di un corso o di una serie d'incontri in cui scambiare opinioni con gli altri? Il tuo strumento è la video chiamata

# La diretta streaming

Cos'è e come utilizzarla

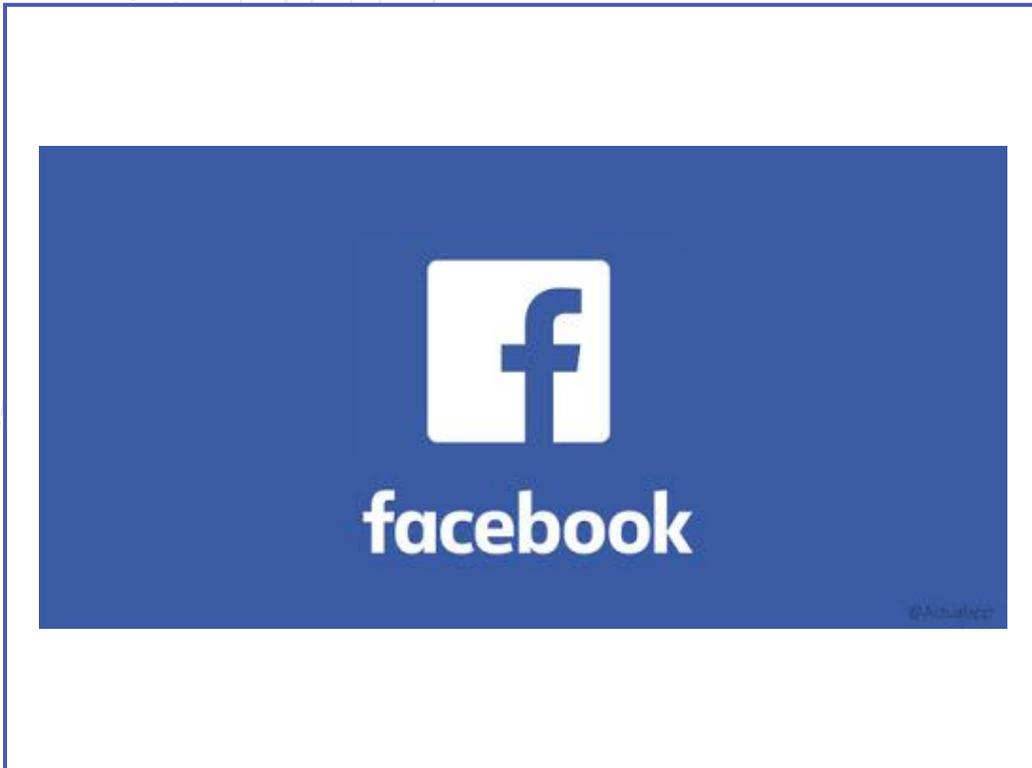
# Le dirette streaming

- La diretta streaming è uno strumento utilissimo per trasmettere contenuti in diretta. In questa modalità possono essere trasmessi concerti, presentazioni, corsi e tanti altri contenuti che il pubblico può commentare in diretta.
- Sono sufficienti pochi strumenti (una webcam e il microfono del PC o del Mac) e pochi altri semplici passaggi.

Trasmettere in  
diretta

- **FACEBOOK LIVE**
- **YOUTUBE LIVE STREAMING**
- **INSTAGRAM**
- **STREAMUP**
- **WIMTV**

# FACEBOOK LIVE



È una piattaforma libera e gratuita per trasmettere dal vivo broadcast live visibili agli amici e agli altri utenti di tutto il mondo.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Necessaria **iscrizione**
- Come? Se hai già un profilo vai alla pagina e segui le istruzioni

[www.facebook.com/live/create](https://www.facebook.com/live/create)

# YOUTUBE LIVE STREAMING



È la nuova piattaforma per inviare trasmissioni in diretta da Youtube, sia da computer con webcam che da smartphone cellulare Android o iPhone.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Necessaria **iscrizione**
- Come? Segui le istruzioni nella pagina successiva



- [Vai al sito](#) ed accedi
- Assicurati di aver attivato il live streaming sul tuo canale. La webcam è compatibile con Chrome 60 e Firefox 53 e le versioni successive di entrambi i browser.
- Fai clic sull'icona di caricamento nell'angolo in alto a destra
- Fai clic su Trasmetti dal vivo
- In alto, seleziona Webcam
- Inserisci un titolo e una descrizione e seleziona un'impostazione di privacy. Puoi anche pianificare il tuo live streaming per una data successiva
- Fai clic su Altre opzioni > Impostazioni avanzate per ulteriori impostazioni
- Fai clic su Salva. La tua videocamera scatterà quindi una foto per la miniatura
- Fai clic su Trasmetti dal vivo
- Quando hai terminato lo streaming, fai clic su Termina streaming in basso. Tutti gli stream inferiori a 12 ore verranno automaticamente archiviati. Puoi accedere agli stream precedenti, attuali e in programma dalla scheda Pubblicati.

# INSTAGRAM



Instagram

Permette di creare video in diretta visibili dai follower abilitati a commentare durante la diretta.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Necessaria **iscrizione**
- Permette di creare video da **smartphone** ma non da pc
- Come? Segui le istruzioni nella pagina seguente



Instagram

- [Vai al sito](#) o all'app
- Tocca l'icona della FOTOCAMERA in alto a sinistra nello schermo.
- Tocca In diretta/Live in fondo alla schermata, quindi tocca il pulsante Inizia un video in diretta/Start Live Video.
- I tuoi follower riceveranno una notifica quando inizi a trasmettere un video in diretta.
- Il numero di spettatori verrà visualizzato in alto a destra nello schermo e i commenti verranno mostrati in basso. Tocca Commenta per aggiungere un commento e tocca e tieni premuto un commento per fissarlo in alto in modo che gli spettatori possano vederlo più facilmente.
- Per disattivare i commenti, tocca , quindi seleziona Disattiva i commenti.
- Al termine, tocca Fine in alto a destra, quindi tocca per confermare.
- Una volta terminato, il video in diretta non sarà più visibile su Instagram.

# STREAM UP

The logo for Streamup, featuring the word "Streamup" in a blue, rounded, sans-serif font. The logo is enclosed in a blue rectangular border.

Su questa piattaforma chiunque può fare broadcast e trasmettere in diretta dal proprio PC.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- **Come? Entra nel sito e segui le istruzioni**

[www.stream-up.it](http://www.stream-up.it)

# WIM TV



È una piattaforma italiana professionale per creare una web TV in streaming; può anche configurarsi come PayTV.

- **Gratuito per 10 ore**
- Illimitato dietro **pagamento**
- Come? Entra nel sito e segui le istruzioni

[www.wim.tv](http://www.wim.tv)

## Consigli utili (1)

1. Scrivete una **buona descrizione**: una buona descrizione può determinare se uno spettatore deciderà di assistere ai vostri contenuti o meno.
2. **Promuovete**: le statistiche dimostrano che le trasmissioni precedute da una fase teaser - che invitano a sintonizzarsi - tendono ad avere più spettatori.
3. Scegliete l'**ora giusta**: ogni trasmissione e ciascun audience, ha il suo momento ideale. Per iniziare a vi consigliamo di fare un giro tra gli *insight* della vostra pagina. In questo modo vi renderete conto dei momenti in cui gli utenti interagiscono di più con voi.
4. **Pianificate**: non lanciate un *live* senza avere un piano. Decidete in anticipo cosa volete fare, di cosa volete parlare e tenete pronta qualche domanda dalla *FAQ* precedenti in caso i commenti diminuiscano. Un canovaccio può salvare la trasmissione!
5. Siate **diretti**: non limitatevi a leggere i commenti e rispondere alle domande. Andate oltre, salutando gli utenti e riferendovi direttamente a loro chiamandoli per nome: in questo modo manterrete alto l'*engagement* e li renderete protagonisti del vostro contenuto.

## Consigli utili (2)

- 6. Stabilità:** prendete in considerazione l'acquisto di un treppiedi, e se proprio non ne avete uno provate ad appoggiare il telefono su una superficie stabile.
- 7.** Ricordatevi del **suono**: è fondamentale che gli utenti capiscano quello che dite, perciò -soprattutto se trasmettete da ambienti rumorosi- potrebbe essere utile usare un microfono esterno
- 8. Ambientate:** quando iniziate un live, presentatevi e annunciate agli spettatori cosa farete e di cosa parlerete: i primi minuti sono importanti come le prime pagine di un romanzo.
- 9.** Siate **autentici**: sembrerà ovvio, ma più siete fedeli a voi stessi e più gli spettatori si immedesimeranno e avranno a cuore ciò che state facendo.



# Video chiamate

Cosa sono e come utilizzarle

## Le video chiamate

- La video chiamata è uno strumento utilissimo non solo per chiamarsi e vedersi ma anche per incontrarsi, fare riunioni e scambiare idee senza fisicamente trovarsi nello stesso posto. Con questi strumenti si possono intavolare riunioni, fare corsi a distanza, condurre conferenze e tanto altro.
- Sono sufficienti pochi strumenti (webcam e microfoni PC o MAC) e pochi passaggi per avviare la conferenza.

# Le video chiamate

- SKYPE
- JITSI
- WHATSAPP
- HANGOUTS

# SKYPE



Skype è lo strumento di video chiamata più noto al mondo.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Necessaria **iscrizione**
- Come? Segui le istruzioni nella pagina seguente



- [Scarica Skype dal sito](#)
  
- Se disponi già di un account Skype o Microsoft
  - Apri Skype e fai clic Nome Skype, email o numero di telefono
  - Immetti il nome Skype, l'email o il numero di telefono e seleziona Accedi
  - Immetti la password e seleziona la freccia per continuare. In questo modo avrai effettuato l'accesso a Skype

**Nota:** dopo aver effettuato l'accesso, Skype ricorderà le informazioni di accesso quando chiudi Skype o esci se scegli di ricordare le impostazioni dell'account.

- Se non si dispone di un account Skype o Microsoft:
  - [Scarica Skype](#)
  - Avvia Skype e fai clic su Crea nuovo account
  - Da l' verranno fornite le istruzioni per creare il tuo nuovo account

# JITSI



Ottima alternativa a Skype non necessita né di programmi da scaricare né di iscrizione o account.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Come? Collegati al sito e segui le istruzioni

[www.jitsi.org](http://www.jitsi.org)

# WHATSAPP



**WhatsApp**

L'app mette a disposizione anche le video chiamate.

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Necessario **scaricare l'app**
- Come? Segui le istruzioni nella pagina seguente



# WhatsApp

- Scarica l'app dal sito
- Per effettuare una videochiamata:
  - apri la chat con il contatto che vuoi videochiamare
  - tocca Videochiamata
- Ricevere una videochiamata
  - Quando qualcuno ti videochiama, apparirà la schermata VIDEOCHIAMATA WHATSAPP sul tuo telefono.
  - fai scorrere verso l'alto per rispondere
  - fai scorrere verso l'alto per rifiutare
  - per rifiutare la chiamata con un breve messaggio Tocca Messaggia per rifiutare la chiamata con un breve messaggio.

# HANGOUTS



Google mette a disposizione una piattaforma per le video chiamate

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- Necessario **profilo Google**
- Come? Segui le istruzioni nella pagina seguente



- Prima di avviare la prima videochiamata

- [Controlla i requisiti di sistema](#)

- Collega videocamera, microfono e altoparlanti al computer. Assicurati che abbiano il software più recente
  - Quando ti viene chiesto di utilizzare la videocamera e il microfono del computer, fai clic su **Consenti**
  - Scarica e installa la versione più recente del plug-in di Hangouts per i browser Internet Explorer e Safari

**Nota:** potrebbe essere necessario attivare le autorizzazioni per la videocamera e il microfono nelle impostazioni di sistema del computer

- Avviare una videochiamata

- [Apri il sito](#) o accedi allo strumento tramite la barra laterale di Gmail

- Seleziona una persona dall'elenco di Hangouts oppure cercane il nome o l'indirizzo email. Quando avrai trovato la persona che desideri, fai clic sul suo nome. Puoi anche selezionare più persone per avviare una videochiamata di gruppo
  - Fai clic su Videochiamata
  - Quando hai finito, fai clic su Termina chiamata (icona telefono rossa)

# ALTRI STRUMENTI UTILI: OBS STUDIO



**OBS Studio**

OBS è uno strumento fondamentale per condurre streaming e registrare video e dirette

- **Gratuito**
- **Illimitato**
- **Come? Segui le istruzioni nella pagina seguente**



**OBS Studio**

## Esempio di utilizzo di OBS Studio: **diretta su YouTube di una chiamata Skype**

In questi tempi ci potrebbe venire l'idea di far suonare il nostro cantautore preferito in un concerto da casa che trasmetteremo in diretta streaming su YouTube. Per fare questo lo chiamiamo su Skype; ora vogliamo trasmettere la chiamata Skype direttamente su YouTube. Come fare? OBS è essenziale per questa iniziativa.

- Iniziamo con [scaricarlo dal sito](#)
- In secondo luogo dovrai scaricare e installare lo strumento NDI adeguato: [lo trovi qui](#)
- Ora apri Skype e segui i passaggi: Impostazioni>Chiamate>Impostazioni avanzate e clicca su Consenti l'utilizzo di NDI
- Successivamente apri OBS: nella sezione Fonti clicca sul + e seleziona NDI Source. Nella schermata che si aprirà, clicca su Source Name e seleziona il nome della chiamata Skype in corso
- Ora la chiamata ti apparirà sullo schermo di OBS (e questa sarà la tua Scena numero 1); da qui sarà sufficiente cliccare su Avvia la diretta e sarete già in streaming su YouTube
- In ultimo, andate sul vostro canale YouTube per controllare che la diretta funzioni nel modo migliore

Tutto chiaro? No. Bene, puoi seguire questo e altri tutorial su OBS [cliccando qui](#)

# Solidarietà digitale

Cos'è e come utilizzarla



## Solidarietà digitale

## Solidarietà digitale

- Solidarietà digitale è un sito web creato dal governo che raccoglie i servizi, le agevolazioni, le offerte indirizzate ai cittadini per aiutarli a affrontare meglio l'emergenza coronavirus.

[www.solidarietadigitale.agid.gov.it](http://www.solidarietadigitale.agid.gov.it)

## Cosa puoi trovare

- **Offerte e servizi gratuiti:** telefonia, negozi online, librerie, giornali, riviste, piattaforme streaming
- **E-learning:** corsi e lezioni, esercizi
- **Strumenti per il lavoro:** piattaforme *smart working*
- **Info:** sul virus, come affrontarlo, come gestire le situazioni di emergenza
- **Offrire servizi:** per le aziende e le associazioni è sufficiente compilare un modulo per aderire al progetto e iniziare a offrire servizi

# SOS Coronavirus

Dove reperire gli ultimi aggiornamenti e le info utili

## Coronavirus e fake news

- Triste dirlo, ma anche in questo periodo d'emergenza le notizie false e le bufale sono all'ordine del giorno. È dunque compito del cittadino andare a reperire le informazioni corrette e aggiornate dalle giuste fonti.



governo.it

## Dove trovare gli aggiornamenti

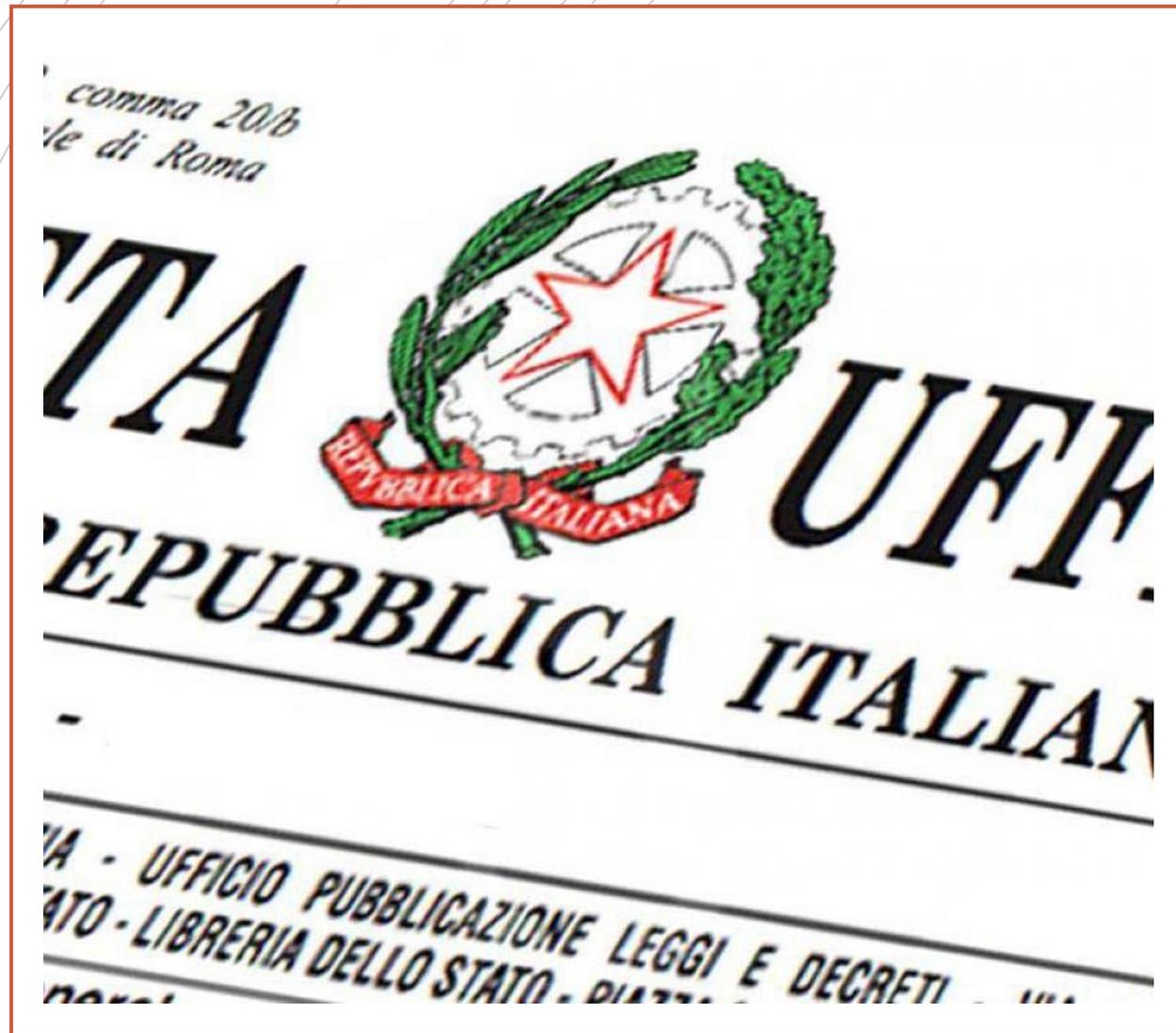
- Gli aggiornamenti possono essere reperiti direttamente sul **sito del governo**: qui gli aggiornamenti sono inseriti in tempo reale e senza possibilità di dubitarne l'autenticità.

[www.governo.it](http://www.governo.it)

## Dove trovare gli aggiornamenti

- Altro sito di sicura attendibilità sul quale trovare gli aggiornamenti è il sito della **Gazzetta Ufficiale**, organo di stampa di diretta emanazione governativa

[www.gazzettaufficiale.it](http://www.gazzettaufficiale.it)



## Dove trovare gli aggiornamenti

- Per quanto riguarda la **regione Lombardia**, il sito ufficiale dove reperire aggiornamenti e news è il seguente

[www.regione.lombardia.it](http://www.regione.lombardia.it)

# Media e aggiornamenti

- Siamo convinti che la maggior parte delle testate giornalistiche operi in assoluta buona fede, ma **errori**, omissioni e imprecisioni sono all'ordine del giorno.
- I **siti più affidabili** e accurati sui quali reperire le notizie sono

[www.rainews.it](http://www.rainews.it)

[www.news.google.com](http://www.news.google.com)

[www.adnkronos.com](http://www.adnkronos.com)

[www.ansa.it](http://www.ansa.it)

per **Brescia**: [www.bsnews.it](http://www.bsnews.it)

# Media e aggiornamenti

- Qui invece potete trovare tutte le **prime pagine** dei giornali

[www.giornali.it](http://www.giornali.it)



*Ministero della Salute*

## Info sanità

- È importante seguire le corrette **norme igieniche** e i **corretti comportamenti** per far fronte ad una crisi o a un contagio.

[www.salute.gov.it/nuovocoronavirus](http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus)

## Link e numeri utili

- [Decreto 7 settembre 2020](#)
- [Vademecum coronavirus](#)
- [Modulo autocertificazione](#)
  
- **Numero verde Lombardia: 800 89 45 45**
- **Numero pubblica utilità: 1500**

Seguici sui  
nostri canali

- [www.arcibrescia.it](http://www.arcibrescia.it)
- [www.facebook.com/arcibrescia](https://www.facebook.com/arcibrescia)