

Al Comune di Albignasego (PD)
Ufficio Sport
Via Milano, 7
35020 – Albignasego (PD)

**RICHIESTA DI CONCESSIONE IN USO DI IMPIANTO SPORTIVO
PER ATTIVITÀ SPORTIVA ORDINARIA E CONTINUATIVA
NELL'ARCO DELLA STAGIONE SPORTIVA 2024/2025**

Il sottoscritto _____
nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____
Codice Fiscale _____, telefono _____
in qualità di (Presidente, Legale Rappresentante, altro da specificare) _____
dell'Associazione Sportiva _____
con sede legale a _____ in Via/Piazza, n° _____
Codice Fiscale _____, P. I.V.A. _____
telefono fisso n. _____, cell. _____
mail _____ pec _____
affiliata alla Federazione del C.O.N.I. _____, codice affiliazione _____
affiliata all'Ente di Promozione Sportiva riconosciuta dal C.O.N.I. _____
iscritta al Registro Nazionale delle attività sportive dilettantistiche NO SI, n. _____

CHIEDE

di poter utilizzare per la stagione sportiva 2024/2025 gli spazi nei giorni e negli orari di seguito riportati.
A tal fine, ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 445/2000, consapevole delle sanzioni penali previste dall'art. 76 e delle conseguenze previste dall'art. 75 del medesimo D.P.R. per le ipotesi di mendaci dichiarazioni, falsità negli atti, uso o esibizione di atti falsi o contenenti dati non più rispondenti a verità, sotto la propria responsabilità,

DICHIARA

di utilizzare gli spazi nel pieno rispetto di quanto previsto dal Regolamento per la gestione e l'uso degli impianti sportivi comunali, approvato con D.C.C. n. 21 del 18.05.2020 e delle disposizioni impartite dall'Ufficio Sport del Comune di Albignasego nonché di ogni altra disposizione vigente per lo svolgimento dell'attività sportiva in seguito specificata, nonché di accettare il contenuto della convenzione per la concessione in uso come da schema approvato dal Comune impegnandosi sin d'ora al rispetto di quanto in essa contenuto e a sottoscrivere la stessa preventivamente all'utilizzo degli spazi.

Data, _____

IL RICHIEDENTE

N.B.: La presente Dichiarazione dovrà essere corredata da fotocopia di documento di identità in corso di validità del sottoscrittore.

**RICHIESTA CONCESSIONE IN USO IMPIANTO SPORTIVO PER ATTIVITÀ SPORTIVA
ORDINARIA E CONTINUATIVA STAGIONE SPORTIVA 2024/2025**

Richiedente: _____

Impianto sportivo di cui si chiede l'utilizzo: _____

Date di inizio e termine attività (fornire dati precisi in quanto le date saranno considerate per il calcolo dell'importo dovuto per l'intera stagione sportiva): dal _____ al _____

indicare giorno, mese e anno **dal 11/09/2024**

indicare giorno, mese e anno **fino al 07/06/2025**

GIORNI	ORARIO DI UTILIZZO ⁽¹⁾	ATTIVITÀ SVOLTA ⁽²⁾	ANNOTAZIONI (numero praticanti previsti e tariffa che si chiede di applicare) ⁽³⁾
Lunedì	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____
Martedì	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____
Mercoledì	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____
Giovedì	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____
Venerdì	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____
Sabato <i>prioritarie partite e manifestazioni</i>	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____
Domenica <i>prioritarie partite e manifestazioni</i>	da _____ a _____ da _____ a _____	_____	_____

⁽¹⁾ Indicare per ciascun giorno gli orari preferiti, con indicazione di orario di inizio e fine. Ogni utilizzo giornaliero da parte di uno stesso soggetto deve essere continuativo; diversamente tra un utilizzo e l'altro deve essere possibile l'attività sportiva da parte di altri soggetti (minimo di un'ora).

⁽²⁾ Specificare l'attività svolta, se trattasi di attività agonistica e loro livello (nazionale, regionale, provinciale), se svolta per il settore giovanile, per adulti, anziani, portatori di handicap e soggetti con difficoltà psichica e/o sociale; specificare inoltre se trattasi di partite; in tal caso, per le partite nei giorni di sabato e domenica necessita indicare gli orari di utilizzo di massima al fine di una prima programmazione degli spazi, che sarà definita nel mese di settembre a seguito della trasmissione dei calendari dei campionati.

⁽³⁾ Indicare il numero di praticanti previsti per ciascun orario di utilizzo e la tariffa che si chiede di applicare. In caso si chieda l'applicazione di tariffe ridotte necessita allegare quanto necessario per dimostrare il possesso dei requisiti, come da tariffario approvato con determinazione n. ____/____

**N.B.: PER OGNI IMPIANTO SPORTIVO DI CUI SI CHIEDE L'UTILIZZO
VA REDATTA UNA SCHEDA COME DA PRESENTE PAGINA**

ALL'UFFICIO SPORT
DEL COMUNE DI ALBIGNASEGO (PD)

**SICUREZZA NELLA PRATICA DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE: SEGNALAZIONE
DEL SOGGETTO QUALIFICATO DI CUI ALL'ART. 22, COMMA 1, L.R.V. N. 8/2015**

Il sottoscritto _____
nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____
Codice Fiscale _____, telefono _____
in qualità di (Presidente, Legale Rappresentante, altro da specificare) _____
dell'Associazione Sportiva _____
con sede legale a _____ in Via/Piazza, n° _____
Codice Fiscale _____, P. I.V.A. _____
telefono fisso n. _____, cell. _____
mail _____ pec _____

ai sensi di quanto previsto dall'art. 22 "Sicurezza nella pratica delle attività motorie e sportive" della Legge Regionale del Veneto n. 8 del 11/05/2015, pubblicata sul BUR Veneto n. 48 del 15/05/2015, contenente "Disposizioni generali in materia di attività motoria e sportiva";

(barcare le caselle in caso di esclusione dall'ambito di applicazione dell'art. 22 della L.R. n. 8/2015)
DICHIARA

che le attività motorie e sportive organizzate dalla succitata associazione per l'anno sportivo 2024/2025 sono escluse dall'ambito di applicazione dell'art. 22 della L.R. n. 8/2015 ricorrendo la fattispecie di cui alla lett. a) b) c) del predetto art. 22;

(compilare qualora le attività ricadano nell'ambito di applicazione dell'art. 22 della L.R. n. 8/2015)
SEGNALA

che per l'attività avente i requisiti di cui all'art. 22, comma 1, della L.R. n. 8/2015, di seguito specificata, che si svolge nelle palestre o in altri impianti sportivi aperti al pubblico nell'anno sportivo 2024/2025, il soggetto qualificato di cui all'art. 22, comma 1, L.R. n. 8/2015 è:

Attività: _____

Cognome e nome: _____

nato a _____ il _____

Codice Fiscale _____, telefono _____

e, relativamente al soggetto qualificato come sopra individuato, ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 445/2000, consapevole delle sanzioni penali previste dall'art. 76 e delle conseguenze previste dall'art. 75 del medesimo D.P.R. per le ipotesi di mendaci dichiarazioni, falsità negli atti, uso o esibizione di atti falsi o contenenti dati non più rispondenti a verità, sotto la propria responsabilità,

DICHIARA

di aver acquisito certificazione del possesso dei titoli professionali previsti;

(sia per attività fuori ambito, sia in ambito di applicazione dell'art. 22 della L.R. n. 8/2015)

DICHIARA ALTRESÌ

di impegnarsi a presentare ogni variazione relativa a quanto sopra;

che la presente annulla e sostituisce la precedente depositata in data _____.

Data, _____

IL DICHIARANTE

Adempimenti di cui all'art. 22 della L.R. n. 8/2015 in materia di sicurezza nella pratica delle attività motorie e sportive.

La Regione Veneto con propria Legge n. 8 del 11 maggio 2015, ha emanato le disposizioni generali in materia di attività motoria e sportiva, introducendo tra l'altro all'art. 22 "Sicurezza nella pratica delle attività motorie e sportive" adempimenti (di prossima scadenza) in capo alle associazioni sportive; con il successivo art. 23 "Sanzioni", la Regione demanda peraltro ai comuni l'obbligo di applicare una sanzione amministrativa da 500 a 1.000 € alle associazioni inadempienti.

Si riporta di seguito per estratto la norma che si applica ai sensi dell'art. 28 della stessa Legge.

Art. 22 - Sicurezza nella pratica delle attività motorie e sportive

1. Le attività motorie e sportive non finalizzate all'agonismo, comportanti il pagamento di corrispettivi a qualsiasi titolo, anche sotto forma di quota associativa, si svolgono nelle palestre o in altri impianti sportivi aperti al pubblico, sulla base di programmi di attività predisposti, sotto la responsabilità di un operatore qualificato o, limitatamente alla disciplina di competenza, di un operatore di specifica disciplina sportiva, che ne supervisioni l'applicazione.
2. È operatore qualificato il soggetto in possesso di uno dei seguenti titoli:
 - a) diploma universitario rilasciato dall'Istituto superiore di educazione fisica (ISEF), di cui alla legge 7 febbraio 1958, n. 88 "Provvedimenti per l'educazione fisica" o titolo equivalente nell'ambito dell'Unione europea;
 - b) laurea in Scienze motorie di durata almeno triennale di cui al decreto legislativo 8 maggio 1998, n. 178 "Trasformazione degli Istituti superiori di educazione fisica e istituzione di facoltà e di corsi di laurea e di diploma in scienze motorie, a norma dell'articolo 17, comma 115, della legge 15 maggio 1997, n. 127" e successive modificazioni;
 - c) ogni altro titolo di studio equipollente conseguito all'estero e riconosciuto dallo Stato italiano.
3. È operatore di specifica disciplina sportiva il soggetto in possesso di abilitazione rilasciata, a livello nazionale, dalle federazioni sportive o dalle discipline sportive associate o dagli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI e dal CIP.
4. Ai sensi di cui al comma 1 ed al fine dell'inizio dell'attività, i titolari delle attività segnalano al comune, per le verifiche di competenza, il nominativo dell'operatore qualificato di cui al comma 2 o dell'operatore di specifica disciplina sportiva di cui al comma 3, attestando, con dichiarazione sostitutiva di atto di notorietà, di aver acquisito certificazione del possesso dei titoli professionali previsti.
5. I titolari delle attività sono tenuti a segnalare al comune ogni variazione relativa all'operatore qualificato di cui al comma 2 o all'operatore di specifica disciplina sportiva di cui al comma 3.
6. Sono esclusi dall'ambito di applicazione del presente articolo:
 - a) le attività per l'educazione fisica previste dai programmi scolastici del competente Ministero;
 - b) le attività sportive agonistiche disciplinate da norme del CONI e del CIP;
 - c) le attività motorie e sportive organizzate ad esclusivo scopo socio educativo e ricreativo, dai soggetti di cui all'articolo 10, comma 2, lettere a), c) ed f)

NOTA BENE

**IN CASO DI MANCATA INDIVIDUAZIONE DEL SOGGETTO
QUALIFICATO SI PROVVEDERÀ ALL'AUTOMATICA
APPLICAZIONE DELLA SANZIONE MINIMA DI 500,00€
CON ADDEBITO IN FATTURA UNITAMENTE ALL'IMPORTO
DI UTILIZZO DEGLI IMPIANTI SPORTIVI COMUNALI
OVVERO
MEDIANTE TRATTENUTA DA EVENTUALE CONTRIBUTO COMUNALE**

ALL'UFFICIO SPORT
DEL COMUNE DI ALBIGNASEGO (PD)

UTILIZZO DEI DEFIBRILLATORI SEMIAUTOMATICI (DAE) NEGLI IMPIANTI SPORTIVI COMUNALI PER L'ANNO SPORTIVO 2024/2025: ADEMPIMENTI DI CUI AL L. N.116/2021, D.M. 24/04/2013, D.M. 26/06/2017, ART. 26 L.R.V. N. 11/2014 E D.G.R.V. N. 2847/2014.

**MODELLO DA COMPILEARE IN OGNI SUA PARTE,
PENA L'INUTILIZZO DEGLI IMPIANTI SPORTIVI COMUNALI**

Il sottoscritto _____
nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____
Codice Fiscale _____, telefono _____
in qualità di (Presidente, Legale Rappresentante, altro da specificare) _____
dell'Associazione Sportiva _____
con sede legale a _____
in Via/Piazza _____
Codice Fiscale _____, P. I.V.A. _____
telefono fisso n. _____, cell. _____, mail _____
posta elettronica certificata (pec) _____

ai sensi di quanto previsto dal Decreto del Ministro della Salute del 24/04/2013 e successivo Decreto di precisazioni e integrazioni del 26/06/2017, dell'art. 26 "Utilizzo di defibrillatori semiautomatici negli impianti sportivi pubblici e privati" della L.R. n. 11 del 02/04/2014, della L. n.116/2021 nonché della deliberazione di Giunta Regionale n. 2847 del 29/12/2014 di disposizioni attuative alla predetta L.R.,

DICHIARA

di impegnarsi, al fine dell'esercizio dell'attività sportiva presso gli impianti sportivi comunali nell'anno sportivo 2024/2025, al rispetto di quanto previsto dal Decreto del Ministro della Salute 24 aprile 2013, della L. n.116/2021 e di ogni disposizione emanata in merito all'utilizzo dei defibrillatori e di impegnarsi altresì a porre in essere gli adempimenti di seguito specificati:

- a) trasmettere all'Amministrazione Comunale, prima dell'inizio dell'attività sportiva sportiva nel caso non si provveda contestualmente alla presente, i nominativi e gli attestati del personale formato presso Centri di Formazione BLSD accreditati dalla Regione Veneto (elemento imprescindibile per l'esercizio dell'attività sportiva in palestra) nonché ogni ulteriore eventuale dato necessario per adempiere agli obblighi normativi;
- b) garantire la presenza di almeno una persona tra quelle di seguito specificate, che sia debitamente formata all'utilizzo del defibrillatore nel corso dell'attività sportiva e nel rispetto della normativa vigente;
- c) impegnarsi a produrre tempestivamente eventuali variazioni e/o aggiornamenti di nominativi e/o attestati, che dovessero verificarsi nel corso dell'anno sportivo;
- d) verificare al momento dell'accesso in palestra la presenza e la regolare funzionalità del DAE;
- e) avvisare tempestivamente l'ufficio comunale competente in caso di utilizzo del DAE e/o anomalia dello stesso al fine di consentire l'immediata sostituzione/reintegro delle parti utilizzate e/o non funzionanti (placche, batteria ecc.);
- f) utilizzare il defibrillatore solo in caso di reale necessità ed emergenza, previa segnalazione alla Centrale Operativa 118 dell'emergenza;
- g) esonerare espressamente l'Amministrazione Comunale da ogni responsabilità per danni diretti e indiretti che possano derivare da fatto doloso o colposo imputabile a propri dipendenti, partecipanti, associati o a terzi;
- h) usare lo strumento in modo da non recare danni ad altri;
- i) partecipare a eventuali spese di manutenzione in proporzione all'orario di utilizzo della palestra;

COMUNICA

i nominativi del personale formato presso Centri di Formazione BLSD accreditati dalla Regione Veneto:

- 1) Cognome e nome _____, nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____, Codice Fiscale _____
in possesso dell'attestato di autorizzazione all'impiego del DAE (specificare struttura che ha organizzato il corso e data effettuazione) _____
- 2) Cognome e nome _____, nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____, Codice Fiscale _____
in possesso dell'attestato di autorizzazione all'impiego del DAE (specificare struttura che ha organizzato il corso e data effettuazione) _____
- 3) Cognome e nome _____, nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____, Codice Fiscale _____
in possesso dell'attestato di autorizzazione all'impiego del DAE (specificare struttura che ha organizzato il corso e data effettuazione) _____
- 4) Cognome e nome _____, nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____, Codice Fiscale _____
in possesso dell'attestato di autorizzazione all'impiego del DAE (specificare struttura che ha organizzato il corso e data effettuazione) _____
- 5) Cognome e nome _____, nato a _____ il _____
residente a _____ in Via/Piazza _____, Codice Fiscale _____
in possesso dell'attestato di autorizzazione all'impiego del DAE (specificare struttura che ha organizzato il corso e data effettuazione) _____

TRASMETTE

gli attestati (Modulo H della Regione Veneto) del personale sopra identificato, formato presso Centri di Formazione BLSD accreditati dalla Regione Veneto.

In alternativa alla trasmissione degli attestati del personale sopra identificato

DICHIARA

che gli attestati del personale sopra identificato sono stati trasmessi con l'analogia autodichiarazione prodotta lo scorso anno sportivo 2023/2024 rimanendo pertanto gli attestati invariati rispetto a quanto già depositato.

Data, _____

IL DICHIARANTE

La presente Dichiarazione dovrà essere corredata da fotocopia di documento di identità in corso di validità del sottoscrittore.
Informativa ai sensi dell'art. 13 del D.Lgs. 196/2003: I dati personali raccolti saranno trattati, con strumenti cartacei e con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale la presente dichiarazione viene resa.

NOTA BENE

**IN CASO DI INADEMPIMENTO A QUANTO SOPRA
NON POTRANNO PIÙ ESSERE UTILIZZATI
GLI IMPIANTI SPORTIVI COMUNALI
CON RISERVA DA PARTE DI QUESTO ENTE DI VALUTARE LA RIAMMISSIONE
ALL'UTILIZZO A SEGUITO DELLA TRASMISSIONE DI IDONEA DOCUMENTAZIONE E
VERIFICA DELLA REGOLARITÀ DELLA STESSA.**

Adempimenti in materia di utilizzo di defibrillatori semiautomatici

Si riporta di seguito per estratto la norma di cui al Decreto del Ministro della Salute del 24/04/2013:

Art. 5 - Linee guida sulla dotazione e l'utilizzo di defibrillatori semiautomatici e di eventuali altri dispositivi salvavita

1. Ai fini del presente decreto, si intendono società sportive dilettantistiche quelle di cui al comma 17 dell'art. 90 della legge 27 dicembre 2002, n. 289 e successive modifiche e integrazioni.
2. Ai fini del presente decreto, si intendono società sportive professionalistiche quelle di cui al Capo II della legge 23 marzo 1981, n. 91 e successive modifiche e integrazioni.
3. Le società di cui ai commi 1 e 2 si dotano di defibrillatori semiautomatici nel rispetto delle modalità indicate dalle linee guida riportate nell'allegato E del presente decreto. La disposizione di cui al present comma non si applica alle società dilettantistiche che svolgono attività sportive con ridotto impegno cardiocircolatorio, quali bocce (escluse bocce in volo), biliardo, golf, pesca sportiva di superficie, caccia sportiva, sport di tiro, giochi da tavolo e sport assimilabili.
6. L'onere della dotazione del defibrillatore semiautomatico e della sua manutenzione è a carico della società. Le società che operano in uno stesso impianto sportivo, ivi compresi quelli scolastici, possono associarsi ai fini dell'attuazione delle indicazioni di cui al presente articolo. Le società singole o associate possono demandare l'onere della dotazione e della manutenzione del defibrillatore semiautomatico al gestore dell'impianto attraverso un accordo che definisca anche le responsabilità in ordine all'uso e alla gestione.

Allegato E - LINEE GUIDA SULLA DOTAZIONE E L'UTILIZZO DI DEFIBRILLATORI SEMIAUTOMATICI E DI EVENTUALI ALTRI DISPOSITIVI SALVAVITA D.M. 24/04/2013

Le società che utilizzano permanentemente o temporaneamente un impianto sportivo devono assicurarsi della presenza e del regolare funzionamento del dispositivo.

Tutti i soggetti, che sono tenuti o che intendono dotarsi di DAE devono darne comunicazione alla Centrale Operativa 118 territorialmente competente, specificando il numero di apparecchi, la specifica del tipo di apparecchio, la loro dislocazione, l'elenco degli esecutori in possesso del relativo attestato. Ciò al fine di rendere più efficace ed efficiente il suo utilizzo o addirittura disponibile la sua localizzazione mediante mappe interattive.

4.2 Formazione

Ai fini della formazione del personale è opportuno individuare i soggetti che all'interno dell'impianto sportivo, per disponibilità, presenza temporale nell'impianto stesso e presunta attitudine appaiono più idonei a svolgere il compito di first responder.

La presenza di una persona formata all'utilizzo del defibrillatore deve essere garantita nel corso delle gare e degli allenamenti.

Deve essere identificato un referente incaricato di verificarne regolarmente l'operatività.

Si riporta di seguito per estratto la norma di cui al Decreto del Ministro della Salute del 26/06/2017:

Art. 1 - Dotazione ed impiego dei defibrillatori da parte delle società sportive dilettantistiche

1. L'obbligo di dotazione e impiego di defibrillatori semiautomatici ed eventuali altri dispositivi salvavita di cui all'articolo 7, comma 11, del decreto legge 13 settembre 2012, n. 158, convertito, con modificazioni, dalla legge 8 novembre 2012, n. 189, si intende assolto da parte delle associazioni e società sportive dilettantistiche, come definite dall'articolo 5 del decreto ministeriale 24 aprile 2013, alle seguenti condizioni: a) qualora utilizzino un impianto sportivo, come definito dall'articolo 2 del decreto Ministro dell'interno del 18 marzo 1996 e avente carattere permanente, che sia dotato di defibrillatore semiautomatico o a tecnologia più avanzata; b) qualora sia presente una persona debitamente formata all'utilizzazione del dispositivo durante le gare inserite nei calendari delle Federazioni sportive nazionali e delle discipline sportive associate, durante lo svolgimento di attività sportive con modalità competitive ed attività agonistiche di prestazione disciplinata dagli enti di promozione sportiva, nonché durante le gare organizzate da altre società dilettantistiche.

Art. 2 - Obblighi

1. Nel caso di cui all'articolo 1, le associazioni e le società sportive dilettantistiche hanno l'obbligo di accertare, prima dell'inizio delle gare e per il tramite di propri referenti all'uopo incaricati, la presenza del defibrillatore all'interno dell'impianto sportivo, la regolare manutenzione e il funzionamento dello stesso, nel rispetto delle modalità indicate dalle linee guida di cui all'allegato E del decreto ministeriale 24 aprile 2013.

2. Nel caso di cui all'articolo 1, le associazioni e le società sportive dilettantistiche che utilizzano l'impianto sportivo devono assicurarsi che durante le gare da esse organizzate sia presente la persona debitamente formata ai sensi e per gli effetti dell'articolo 5, comma 7, del decreto del Ministro della salute del 24 aprile 2013.

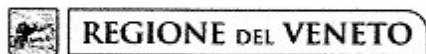
Si riporta di seguito per estratto la norma di cui all'ALLEGATO A alla Dgr n. 2847 del 29 dicembre 2014 - Disposizioni attuative per l'utilizzo e la gestione dei defibrillatori automatici esterni in ambito extraospedaliero:

1. DIFFUSIONE DEI DEFIBRILLATORI

Le strutture obbligate a detenere il DAE devono:

- garantire la presenza di un operatore abilitato all'utilizzo del DAE durante l'apertura dell'impianto, anche mediante accordi con le società sportive che fruiscono dello stesso
- individuare un soggetto responsabile della corretta sorveglianza e manutenzione del DAE
- mantenere in costante efficienza l'apparecchiatura

**L'ATTESTATO DEL PERSONALE FORMATO
DA ALLEGARE ALLA DICHIARAZIONE
DEVE ESSERE ESCLUSIVAMENTE REDATTO
SU MODULO H DELLA REGIONE VENETO
COME DA FACSIMILE QUI RAPPRESENTATO**



**AUTORIZZAZIONE ALL'IMPIEGO DEL
DEFIBRILLATORE AUTOMATICO ESTERNO**
(DGRV 2487/14)

Nr.			P
	(1)	(2)	

rilasciata a

FACSIMILE

L'autorizzazione è rilasciata dal Provider accreditato per conto della Regione del Veneto ed ha validità illimitata.

Data

Istruttore Certificante

Il Direttore del Corso

Timbro

(1) ID Provider
(2) Numero progressivo dell'attestato

MODULO H