

Plan de reprise d'activité COCAA

Version du 30 novembre 2020



Sommaire :

- 1- Principe général
- 2- Date d'application
- 3- Recommandations
- 4- Accueil des athlètes
- 5- Préparation du matériel
- 6- Prescriptions d'accès au stade
- 7- Rôle des familles
- 8- Fiche de la FFA
- 9- Accès à la salle de musculation
- 10- Affiche gestes barrières
- 11- Fiche sanitaire - Hygiène des mains
- 12- Fiche sanitaire - Port et retrait du masque
- 13- Gestes premiers secours

1 Principe général

MESURES SANITAIRES :

La maladie se transmet par les gouttelettes (secrétions projetées lors d'éternuements, de toux ou lors d'une discussion). On considère donc qu'un contact étroit avec une personne malade est nécessaire pour transmettre la maladie : même lieu de vie, contact direct à moins d'un mètre lors d'une toux, d'un éternuement ou une discussion en face à face en l'absence de mesures de protection.

Un des autres vecteurs privilégiés de la transmission du virus est le contact des mains non lavées.

LES GESTES BARRIERES ET LES MESURES DE DISTANCIATION SOCIALE SONT INDISPENSABLES POUR SE PROTEGER DE LA MALADIE.

Dans le cadre de l'allègement progressif du confinement, le Ministère des Sports a édité un guide d'accompagnement à la reprise progressive d'activité par les clubs sportifs. Dans l'application stricte de ces principes édictés par le Gouvernement, la Ville de Châlons-en-Champagne organise la réouverture de plusieurs de ses sites pour la pratique sportive.

LES SITES OUVERTS

La Ville de Châlons en Champagne, dans le respect des prescriptions gouvernementales va donc ouvrir à la pratique le site suivant pour la mise en place de **séances d'entraînement pour les adhérents des associations châlonnaises** dont :

- **Pistes d'athlétisme des Frères Lauvaux**

CONDITIONS D'ACCES

- Les clubs ne pourront accéder aux installations citées ci-dessus qu'après une **demande expresse au Service des Sports de la Ville de Châlons-en-Champagne**. Pour cela, les associations devront fournir un planning hebdomadaire de présence sur les sites, définissant des plages horaires précises. Afin de respecter les mesures barrières, l'accès aux vestiaires ne sera pas possible. L'accès aux sanitaires se fera sous le contrôle du dirigeant ou de l'entraîneur présent dans le respect des règles d'hygiène prévues.

Le service des SPORTS de la Ville de Châlons



2. Date d'application

Le plan de reprise d'activité est applicable à partir du 02 décembre 2020 pour les catégories d'athlètes mineures et majeures **UNIQUEMENT** en extérieur.

Seuls les athlètes dont la licence est à jour peuvent participer aux entraînements sur le stade.

Faire une mise en place et rappeler l'importance du respect des règles sanitaire avec les entraîneurs avant la reprise.

3. Recommandations

L'attestation est obligatoire pour tous – dans le respect de 20km, 3h et 1X/jour

Distanciation physique (respecter sur le stade un espace de 2m entre les pratiquants sauf quand la nature même de l'épreuve ne le permet pas)

Le masque doit être porté par toutes les personnes, à partir de 6 ans en dehors de l'espace de pratique

Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique

Les collations et hydratation doivent être gérées individuellement (bouteille d'eau personnalisée,

Mise en garde sur les crachats

L'échange ou le partage d'effets personnels (serviettes,) doit être proscrit

L'utilisation de matériels personnels est privilégiée à défaut le matériel commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation

SUIVRE LES CONSEILS SUIVANTS :

- Respecter les 10 règles d'or des cardiologues du sport* ;
- Ne pas prendre de paracétamol à titre préventif (risque de masquer la fièvre) ;
- Ne pas prendre d'anti inflammatoire y compris aspirine et ibuprofène sans avis médical ;
- NE PAS S'AUTOMEDIQUER A L'HYDROXYCHLOROQUINE ;
- Ne pas pratiquer seul dans des zones isolées et/ou difficilement accessibles par les secours ;
- Surveiller sa température régulièrement au repos, à distance d'un exercice.

*<https://www.clubcardiosport.com/10-regles-or>

ARRÊTER IMPÉRATIVEMENT TOUTE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET CONSULTER RAPIDEMENT UN MÉDECIN DEVANT L'APPARITION DES SIGNES D'ALERTE SUIVANTS :

- douleur dans la poitrine
- essoufflement anormal
- palpitations
- variation anormale de la fréquence cardiaque au repos ou à l'effort
- perte brutale du goût et/ou de l'odorat
- fatigue anormale
- température supérieure ou égale à 38° au repos à distance de l'activité
- reprise ou apparition d'une toux sèche

4. Accueil des athlètes

Les créneaux horaires pour les différentes catégories (Baby – Ecole Athlé – Poussin - Benjamin – Minime – Cadet – Junior – Seniors à Masters) ont été réalisés puis transmis au service des sports de la ville mercredi 25 novembre 2020.

Le port du masque n'est pas recommandé pendant la pratique sportive. En revanche, il est **obligatoire** avant et après - (excepté pour la catégorie Baby). Il appartient aux responsables légaux de fournir les masques à leurs enfants.

(Le port d'un masque grand public en tissu réutilisable de catégorie 1, couvrant nez, bouche et menton, et répondant aux spécifications AFNOR S76-001 (niveau UNS 1) ou d'un masque à usage médical normé, doit être respecté en permanence dans l'ensemble des locaux en dehors du temps de pratique sportive.)

Les activités sportives seront adaptées pour éviter le brassage entre les enfants :

- composition de groupes homogènes limité à 15 athlètes encadrement compris, stabilisés pour toutes les séances courant jusqu'à fin décembre.



Sécurisation des flux et des accueils sur le stade pour limiter au maximum le risque de propagation du virus.

Mise en place de protocoles sanitaires renforcés intégrant les recommandations du Haut conseil à la santé publique, et garantissant l'exclusion de tout cas contact ou enfant présentant des symptômes Covid.

Inviter les enfants qui possèdent un téléphone portable à télécharger l'application TousAntiCovid et encourager l'activation de l'application lors de l'entrée dans le stade.

La gestion des cas contacts s'opère dans le strict respect des règles de droit commun et des recommandations des ARS concernées.

Tenir un cahier de présence avec les coordonnées des athlètes. Le club s'engage à communiquer celui-ci aux services sanitaires qui en feraient la demande.

Les parents sont invités à prendre la température de leur enfant avant le départ pour l'activité. En cas de fièvre (38,0°C ou plus) ou en cas d'apparition de symptômes évoquant la Covid-19 chez le mineur ou un membre de son foyer, celui-ci ne doit pas se rendre à son club et ne pourra y être accueilli.

De même, les mineurs ou les membres du foyer considérés comme des cas confirmés, ou encore identifiés comme contacts à risque, ne peuvent prendre part aux activités. Les personnels des collectivités, entreprises ou des associations sportives doivent appliquer les mêmes règles et s'abstenir de participer à l'accueil des pratiquants.

Le club est équipé d'un thermomètre pour pouvoir mesurer la température des enfants (et des personnels) dès qu'ils présentent des symptômes au sein de l'établissement.

5. Préparation du matériel

Pas d'accès libre à la réserve matériel – uniquement les entraîneurs.

Pour les sauts : aucun matériel ne doit être utilisé

Pour les courses : utilisation uniquement des lattes et des plots et médecine ball (nettoyage avant et après chaque séance)

Pour les lancers : il faut doter chaque athlète de matériel perso et identifié (marquage sur chaque engin)- (nettoyage avant et après chaque séance)

Pas d'utilisation des sautoirs et des haies.

Dans un premier temps ne pas utiliser de matériel – il faut commencer par une ré-athlétisation des athlètes



6. Prescriptions d'accès au stade

Port du masque obligatoire pour les entraîneurs

Athlètes en tenue de sport (aucune possibilité d'accès aux vestiaires) – ni de poser les affaires dans la salle de musculation

Pas de possibilité de prendre une douche

L'accueil des athlètes se fera dans les tribunes

Lavage des mains au gel hydro alcoolique, les athlètes gardent leurs masques jusqu'au début de l'échauffement

Accès aux toilettes côté terrain espérance (nettoyage avec lingette avant et après l'accès)

Les entraîneurs seront dotés d'un gel hydro alcoolique et de masque fournis par le club à titre personnel.

Mise à disposition des athlètes de gel et de solution hydro alcoolique sous la responsabilité de l'entraîneur

7. Rôle des familles

Les responsables légaux sont informés préalablement à la reprise d'activité des sportifs, des modalités d'organisation de cette activité et de l'importance du respect des gestes barrières par eux-mêmes et leur(s) enfant(s) à l'arrivée au sein de la structure.

Ils sont également informés :

- des conditions de fonctionnement de la structure organisatrice
- de leur rôle dans le respect des gestes barrières (explication à leur enfant, fourniture de mouchoirs en papier jetables, utilisation de gel hydro-alcoolique, utilisation des poubelles, etc.)
- de la surveillance d'éventuels symptômes chez leur enfant avant qu'il ne parte (la température doit être inférieure à 38° C)
- de l'obligation de déclarer sans délai à l'éducateur sportif en charge de l'encadrement du groupe de sportifs, la survenue d'un cas confirmé au sein du foyer en précisant si c'est le sportif qui est lui-même positif
- de la procédure et des moyens mis en œuvre en cas d'apparition de symptômes chez un sportif.

8. Fiches de la FFA



RÈGLES DE PRATIQUE DANS LES CLUBS FFA

A compter du 28 novembre 2020

Pour les entraîneurs et pratiquants		
 <p>Public autorisé sur le stade (ERP de type PA)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Publics mineurs et majeurs, <u>licenciés</u> en respectant la distanciation de 2m - Athlètes inscrits sur listes de Haut Niveau, Collectif National et Espoir sans restriction majeure y compris en salle - Pour le baby athlé (U7), la pratique se faisant en salle, il faudra attendre le 15/12 pour connaître les nouvelles règles. 	 <p>L'attestation est obligatoire pour tous</p> <p>Dans le respect de 20km, 3h, 1x/jour</p> <p style="text-align: center; color: blue; font-weight: bold;">Téléchargement ICI</p>	 <p>Pratique autorisée dans l'espace public</p> <ul style="list-style-type: none"> - Personnes mineures et majeures - Pratique individuelle excluant toute proximité avec d'autres personnes - Si pratique club, groupe possible de 6 pour les mineurs, encadrement compris - Sportifs listés sans restriction
 <p>Gestion des groupes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Limités à 15 sportifs par groupe sur le stade et 6 dans l'espace public (pour les mineurs) encadrement compris - Dans la mesure du possible rechercher la constance des groupes (pas de changements durant la séance) - Pour les mineurs, si possible conserver les fratries ou les élèves des mêmes classes ou des mêmes écoles ensemble. 	 <p>Distanciation physique</p> <p>Respecter et faire respecter sur le stade un espace de 2m entre les pratiquants sauf quand la nature même de l'épreuve ne le permet pas.</p>	 <p>Matériel d'entraînement et vestiaire</p> <p>Affectation du matériel par groupe d'entraînements. En cas de matériel commun, nettoyer puis suivre la procédure de désinfection du matériel avant rangement.</p> <p>Les vestiaires doivent demeurer fermés.</p>
 <p>Le masque doit être porté par toutes les personnes, à partir de 6 ans.</p> <p>Il peut être enlevé lorsque l'activité le nécessite.</p>	 <p>Accompagnateurs de mineurs</p> <p>Dans la mesure du possible ne pas rester sur le stade.</p> <p>Vérifier l'absence de symptômes de la covid-19 (dont absence de fièvre >38°C) avant d'aller au stade.</p>	 <p>Pas de compétitions avant le 20/01</p> <p>En fonction de l'évolution de la pandémie, en dehors du DéfiAthlé</p> <p>Particularité : compétitions à huis clos possibles pour les sportifs listés en extérieur et en salle (ERP PA ou X)</p>

ATHLÉ
FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FOOTBALL

RÈGLES DE PRATIQUE DANS LES CLUBS FFA

A compter du 28 novembre 2020

Pour les dirigeants de clubs



Evaluer le risque sanitaire local et s'assurer des autorisations locales et territoriales. (Interdiction d'accès au public, ouverture ou non des installations, conditions d'utilisation...).



Etablir un planning et recenser les participants
En établissant un planning des entraînements vous devez être en capacité de recenser les présences, horodatées des acteurs, sur les installations mais aussi de gérer les flux et les espaces.



Limiter les réunions du club en présentiel en privilégiant les réunions en visio-conférence ou téléphonique.



Informier préalablement et régulièrement les adhérents sur les conditions sanitaires des activités du club. Former et informer également l'encadrement des règles à appliquer.



Encourager le téléchargement de l'application #TousAntiCovid



Ouverture exclusivement des installations extérieures (ERP de type PA)
Accès aux espaces couverts (ERP type X) uniquement pour les sportifs de haut-niveau et autres listés.



Le masque doit être porté par toutes les personnes, à partir de 6 ans en dehors de l'espace de pratique.



Mettre à disposition du **gel hydroalcoolique.**

S'équiper d'un thermomètre pour pouvoir prendre la température des enfants qui présenteraient des symptômes.



Lavage des mains

à l'entrée et sortie du stade et après le passage aux toilettes. Supervision par un adulte pour les U12

Anticiper

A partir du 15 décembre, le confinement devrait être levé

- Les limitations des 20 km, des 3 heures et d'une fois par jour ne seront plus d'actualité
- Mais un couvre-feu sera mis en place de 21h00 à 07h00 : faire en sorte que les entraînements se finissent à une heure permettant aux sportifs de rentrer chez eux avant 21h
- Les entraînements en salle seront étendus aux sportifs mineurs uniquement = anticiper avec les gestionnaires d'installations couvertes (gymnases, salles de musculation, pistes couvertes)
- Les réunions en présentiel seront de nouveau possibles

9. Accès à la salle de musculation

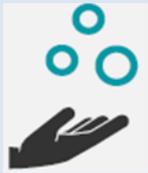
COVID-19

INTERDIT

10. Affiche Gestes barrières

CONTRE LE VIRUS

JE ME PROTÈGE, JE PROTÈGE LES AUTRES.

	<p>SE LAVER LES MAINS FRÉQUEMMENT</p>
	<p>LIMITER LES CONTACTS RAPPROCHÉS</p>
	<p>TOUSSER OU ETERNUER DANS SON COUDE OU DANS UN MOUCHOIR</p>
	<p>LIMITER LES DEPLACEMENTS ET LES CONTACTS AU STRICT MINIMUM</p>
	<p>UTILISER DES MOUCHOIRS À USAGE UNIQUE ET LES JETER</p>
	<p>RESPECTER UNE DISTANCE DE SÉCURITÉ D'AU MOINS 1 MÈTRE</p>
	<p>PORTEZ SYSTHEMATIQUEMENT UN MASQUE AVANT ET APRES LA SEANCE</p>

11. Fiche sanitaire – Hygiène des mains

HYGIÈNE DES MAINS SIMPLE ET EFFICACE

- 
- 

Mouillez-vous les mains
avec de l'eau
 - 

Versez du savon
dans le creux de votre main
 - 

Frottez-vous les mains de 15 à 20 secondes :
les doigts, les paumes, le dessus des mains
et les poignets
 - 

Entrelacez vos mains pour nettoyer
la zone entre les doigts
 - 

Nettoyez également
les ongles
 - 

Rincez-vous
les mains sous l'eau
 - 

Séchez-vous les mains si possible
avec un **essuie-main** à usage unique
 - 

Fermez le robinet avec l'**essuie-main**
puis jetez-le dans une poubelle

Si vous n'avez pas d'eau ni de savon, utilisez une solution hydro alcoolique pour adopter les mêmes gestes (étapes 2, 3, 4 et 5).

Veillez à vous frotter les mains jusqu'à ce qu'elles soient bien sèches.

LES GESTES DE CHACUN FONT LA SANTE DE TOUS

12. Fiche sanitaire – Port et retrait du masque

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

COVID-19

PORTER UN MASQUE, POUR MIEUX NOUS PROTÉGER

-  Se laver les mains **avant** de mettre son masque et **après** l'avoir retiré
-  Mettre et enlever le masque en le prenant par les lanières
-  Couvrir le nez et la bouche
-  Une fois posé, ne plus le toucher
-  /  Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter **ou** s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min

Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières

 [GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)  **0 800 130 000**
(appel gratuit)

Où jeter les masques ?

 **MINISTÈRE
DE LA TRANSITION
ÉCOLOGIQUE
ET SOLIDAIRE**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

**LES BONS GESTES
FACE AU CORONAVIRUS :
OÙ JETER LES MASQUES,
MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?** COVID-19

- 

Ces déchets doivent être jetés dans un **sac poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnel.**
- 

Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être **soigneusement refermé, puis conservé 24 heures.**
- 

Après 24 heures, ce sac doit être jeté dans le **sac poubelle pour ordures ménagères.**
- 

Ces déchets ne doivent **en aucun cas être mis dans la poubelle des déchets recyclables ou poubelle «jaune»** (emballages, papiers, cartons, plastiques).

Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques maintenues à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

 [GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)  0 800 130 000

13. Gestes premiers secours

COVID-19



LES RECOMMANDATIONS À SUIVRE FACE À UN ARRÊT CARDIORESPIRATOIRE

En matière de sauvetage-secourisme du travail, la pandémie de COVID-19 implique certains ajustements dans la conduite à tenir face à un arrêt cardiorespiratoire.

Durant la phase de pandémie liée au COVID-19, l'Ilcor (International liaison committee on resuscitation) recommande de modifier la conduite à tenir lors de la prise en charge d'une victime en arrêt cardiorespiratoire.

AINSI :

- **Face à une victime inconsciente**, le sauveteur secouriste du travail recherche des signes de respiration en regardant si le ventre et/ou la poitrine de la personne se soulève(nt). Il ne place pas sa joue et son oreille près de la bouche et du nez de la victime.
- **Face à un adulte en arrêt cardiorespiratoire**, le sauveteur secouriste du travail pratique uniquement les compressions thoraciques. Il n'effectue pas de bouche-à-bouche. L'alerte et l'utilisation du défibrillateur automatisé externe est inchangé.
- **Face à un enfant ou un nourrisson en arrêt cardiorespiratoire**, le sauveteur secouriste du travail pratique les compressions thoraciques et le bouche-à-bouche. L'alerte et l'utilisation du défibrillateur automatisé externe est inchangé.

Un défibrillateur est présent au stade des frères Lauvaux dans l'infirmerie (voir Plan)

