

CORONAVIRUS COVID-19



Plan de reprise des activités physiques
AS Mantaise Athlétisme
Mise à jour du 01/12/2020



Fédération Française
des Clubs Omnisports

Le présent formulaire définit les conditions auxquelles son signataire peut accéder aux installations de son club dans le contexte de sortie du confinement instauré en raison de la crise sanitaire COVID-19. Attention, pour chaque sport, nous vous invitons, outre ces mesures, à suivre celles préconisées dans les protocoles de déconfinement mis en place par votre Fédération Française.

I- LES MESURES DE PRÉVENTION

Vérifiez avant chaque cours l'absence de symptômes : fièvre $\geq 38^\circ$, courbatures/douleurs musculaires, toux, difficultés à respirer/essoufflement, fatigue marquée, maux de tête ou de gorge, perte de goût ou d'odorat. Au moindre symptôme, ne prenez aucun risque, restez chez vous, et consultez un médecin.

Si vous vous rendez au cours de l'association en transports, vous vous engagez à :



Privilégier les modes de transport individuel



Si vous prenez les transports en commun, respecter les gestes barrières



Se laver très régulièrement les mains



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

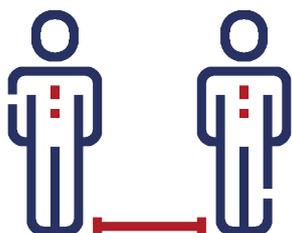
II- LES MESURES À RESPECTER PENDANT LA PRATIQUE

L'adhérent s'engage à suivre les activités sportives de l'association :

DE MANIÈRE GÉNÉRALE



- Sans aucun contact.
- Sans avoir été en contact avec une personne atteinte ou suspectée d'être atteinte du Covid-19 dans les 15 jours précédents l'activité.

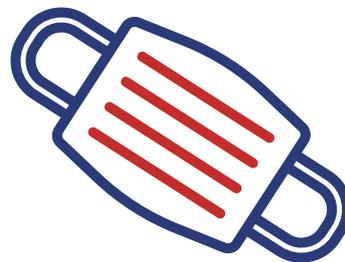


En respectant les mesures de distanciation sociale :

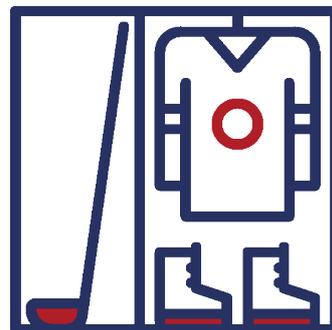
- Une distance de 10 mètres minimum entre deux personnes pour les activités individuelles type vélo / jogging.
- Une distance physique suffisante d'environ 4m² pour les activités de plein air (exemple : tennis, yoga, fitness).



En respectant les mesures barrières : en utilisant le gel hydro-alcoolique / savon et des masques.



Port du masque obligatoire pour tout déplacement au sein de l'enceinte sportive ainsi que les vestiaires.

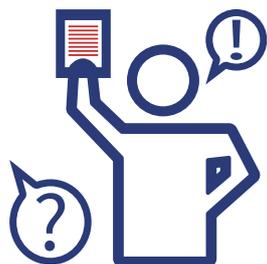


Les vestiaires collectifs sont fermés.



L'adhérent admet avoir pris connaissance du présent protocole avant la 1ère séance.

Les règles de l'AS Mantaise Athlétisme



- La référente COVID est Martine GROUARD (06 75 26 64 29 - martinegrouard@wanadoo.fr). Elle est disponible par téléphone et mail pour répondre aux questions des adhérents et des différentes institutions.
- Un responsable COVID est présent sur place lors des horaires d'ouvertures veillant à faire respecter strictement tous les gestes barrières du protocole.



Public autorisé sur le stade

(ERP de type PA)

- Publics mineurs et majeurs, licenciés 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.



L'attestation est obligatoire

pour tous

Dans le respect de 20km, 3h, 1x/jour.
À télécharger sur :
<https://media.interieur.gouv.fr/deplacement-covid-19/>

Pratique autorisée dans l'espace public

- 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.



- 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.



Distanciation physique

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.



Matériel d'entraînement et vestiaire

Affectation du matériel par groupe d'entraînements. En cas de matériel commun, nettoyer puis suivre la procédure de désinfection du matériel avant rangement.



Le masque doit être porté par toutes les personnes, à partir de 6 ans.
Il peut être enlevé lorsque l'activité le nécessite.



Accompagnateurs de mineurs

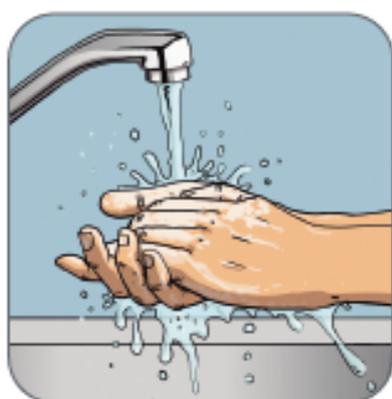
Dans la mesure du possible ne pas rester sur le stade.
Vérifier l'absence de symptômes de la covid-19 (dont absence de fièvre $>38^{\circ}\text{C}$) avant d'aller au stade.



Pas de compétitions avant le 20/01

En fonction de l'évolution de la pandémie, en dehors du Défi'Atlé
Particularité : compétitions à huis clos possibles pour les sportifs listés en extérieur et en salle (ERP PA ou X)

Lavage des mains avec du savon



1/ Mouiller abondamment
les mains.



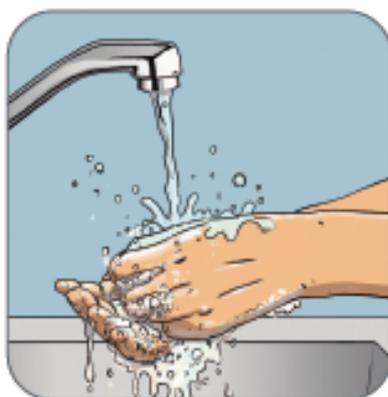
2/ Appliquer le savon et frotter
paume contre paume.



3/ Bien savonner entre les doigts
et sur le dos des mains.



4/ Frotter au moins 30 secondes
en insistant sur le bord
et le dos des mains,
la paume, les pouces,
les ongles et les poignets.



5/ Rincer abondamment.



6/ Essuyer et sécher les mains
à l'aide d'un papier
essuie-mains à usage unique,
refermer le robinet
avec le papier et le jeter.

© Inrs 2010

www.inrs.fr

COVID-19

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque



1 Bien se laver
les mains



2 Mettre les élastiques
derrières
les oreilles

ou



**Nouer les lacets
derrières
la tête et le cou**



3 Pincer le bord rigide
au niveau du nez,
s'il y en a un, abaisser
le masque en dessous
du menton et ne plus
le toucher

Comment retirer son masque



1 Se laver les mains
et enlever le masque
en ne touchant
que les lacets
ou les élastiques



2 Après utilisation,
le mettre dans un sac
plastique et le jeter

ou



s'il est en tissu,
le laver à 60°
pendant 30 min



3 Bien se laver
les mains
à nouveau

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





RÈGLES DE NETTOYAGE DES LOCAUX, SOLS ET SURFACES



- Équipement du personnel d'entretien : blouse à usage unique et gants de ménage.
- Pour limiter le risque de contact avec des surfaces contaminées, en plus du nettoyage habituel des locaux, un nettoyage plus fréquent des surfaces en contact avec les mains est préconisé (espaces de convivialité, rampes d'escalier, poignées de portes, boutons d'ascenseurs...). Les produits de nettoyage habituels peuvent être utilisés.

ATTENTION !

Un risque peut en masquer un autre !

D'autres risques que le COVID-19 existent dans l'entreprise.

Les règles habituelles de santé et de sécurité pour les salariés sont de rigueur : protection contre les chutes, contre les agents chimiques dangereux, équipements collectifs et individuels, etc.

Ces risques peuvent même être accrus en raison de : nouvelles embauches, réaffectations, réorganisations du travail, surcharge de travail. Soyez vigilants !

Document réalisé par le ministère du Travail avec le concours de l'Anses, du réseau Assurance maladie risques professionnels, de l'INRS, de l'Anact et des médecins du travail coordonnés par Présance - 2 avril 2020. Les conseils de la présente fiche sont susceptibles d'être complétés ou ajustés en fonction de l'évolution des connaissances. Consultez régulièrement le site travail-emploi.gouv.fr pour leur actualisation.



RÈGLES DE NETTOYAGE DES LOCAUX, SOLS ET SURFACES (SUITE)

- Le lavage et la désinfection humide sont à privilégier :



1 Dans le cadre de bureaux partagés, des lingettes ménagères ou des produits ménagers compatibles avec les surfaces nettoyées peuvent être mis à disposition des utilisateurs pour le nettoyage des claviers, souris, téléphones, terminal...



2 Rincer à l'eau du réseau d'eau potable avec un autre bandeau de lavage à usage unique.



3 Laisser le temps de sécher.



4 Si un cas de COVID-19 est survenu sur le lieu de travail, aérer la pièce quand c'est possible. Attendre de préférence plusieurs heures avant de nettoyer les surfaces du poste occupé par le salarié malade (bureau, matériel informatique, téléphone, poignées de porte...). Utiliser pour cela des lingettes imbibées du produit de nettoyage habituel, en portant des gants de ménage. Laver ensuite les gants à l'eau et au savon, puis se laver les mains dès le retrait des gants.

- Filière d'élimination classique pour les déchets potentiellement contaminés.

Document réalisé par le ministère du Travail avec le concours de l'Anses, du réseau Assurance maladie risques professionnels, de l'INRS, de l'Anact et des médecins du travail coordonnés par Présance - 2 avril 2020. Les conseils de la présente fiche sont susceptibles d'être complétés ou ajustés en fonction de l'évolution des connaissances. Consultez régulièrement le site travail-emploi.gouv.fr pour leur actualisation.