

CORONAVIRUS COVID-19



Plan de reprise des activités physiques
AS Mantaise Karting
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

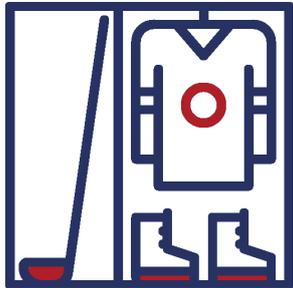


Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

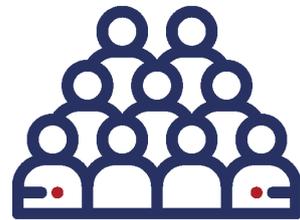
II- LES MESURES À RESPECTER PENDANT LA PRATIQUE

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

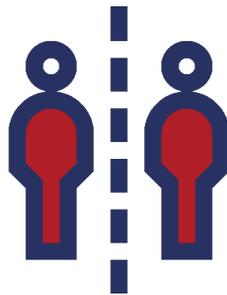
DE MANIÈRE GÉNÉRALE



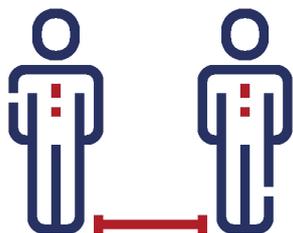
En extérieur, sans bénéficier des vestiaires qui peuvent être mis à disposition pour les activités de plein air



En limitant les rassemblements à 10 personnes maximum (éducateur compris)



Sans aucun contact



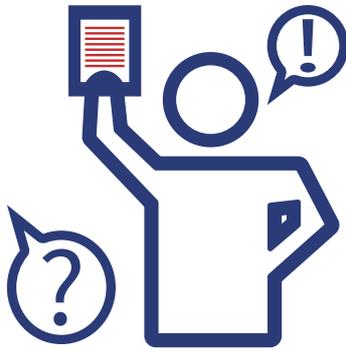
En respectant les mesures de distanciation sociale :

- 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 hydroalcoolique / savon et éventuellement des masques mis à disposition par l'association.

Les règles de l'AS Mantaise Karting

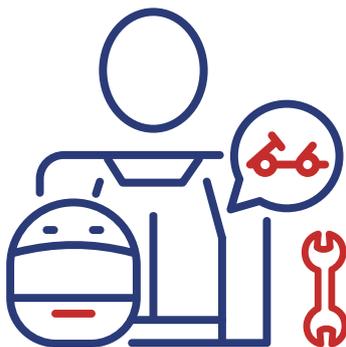


Le référent et responsable COVID est François SCHWEIZER (téléphone : 06 07 66 29 73 / e-mail : kartingasm@gmail.com).

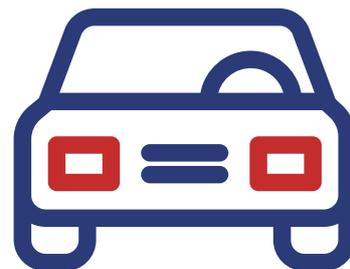
Il est disponible par téléphone et mail pour répondre aux questions des adhérents et des différentes institutions.



Le présent formulaire de reprise de l'activité en sortie de confinement est à compléter par les adhérents et à remettre à la première séance.



L'adhérent a son propre matériel (pas d'échange de casque, combinaison, gants...).
Chaque pilote utilisera ses propres outils.



L'adhérent change de tenue dans son propre véhicule.



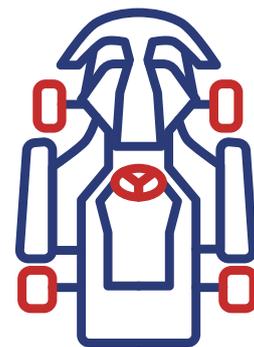
L'adhérent se lave les mains en arrivant à la piste (avec du savon au point d'eau ou avec du gel hydro-alcoolique mis à disposition).



L'adhérent nettoie les équipements utilisés avec les produits détergents et désinfectants mis à disposition.



- Le local (accueil) de l'EFK restera fermé. Merci de vous présenter au responsable de piste en arrivant.
- En cas de nécessité, le local de l'EFK pourra être utilisé pour isoler un éventuel malade en attente d'une évacuation décidée par le SAMU Centre 15.



L'adhérent respecte les zones neutralisées liées à la distanciation : 1 stand de karting sur 2 est vide.

Je reconnais que malgré la mise en œuvre de ces moyens de protection, l'association ne peut garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par le Covid-19.

Je reconnais avoir reçu et compris les règles d'accès et les règles de vie liées à la pandémie de COVID-19 et m'engage à les respecter dans leur intégralité sans exceptions.

Je m'engage notamment à :

1. adopter les gestes barrières

- Je me lave très régulièrement les mains
- Je tousse ou j'éternue dans mon coude ou dans un mouchoir
- J'utilise un mouchoir à usage unique et je le jette après utilisation
- Je salue sans serrer la main ni embrasser

2. respecter la consigne de distanciation de 2m si je ne porte pas de masque et de 1m minimum dans toute situation

- Je m'engage à ne pas rentrer sur le site en cas de symptômes tels que de la toux, de la fièvre, des difficultés de respiration, des maux de tête et/ou de gorge, des courbatures, une grande fatigue, une perte de l'odorat et/ou du goût, une diarrhée.
- Si tel était le cas ou si je suis en contact étroit avec un cas COVID-19 confirmé, je m'engage à ne pas me rendre sur l'un des sites de l'AS Mantaise sauf si un test virologique a été réalisé et est négatif.

3. respecter le protocole de sortie de confinement mis en place par la Fédération à laquelle je suis licencié.

Nous vous rappelons qu'en cas de symptômes, vous devez appeler votre médecin traitant ou le 15, rester chez vous et vous isoler.

Fait à _____ Le _____

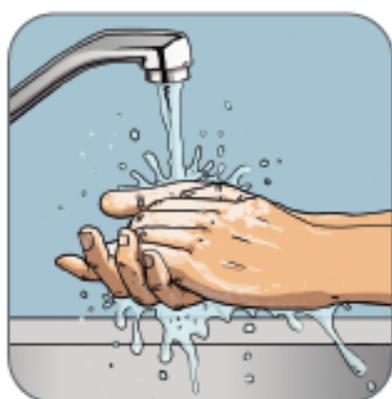
NOM :

Prénom :

Signature

* Si mineur, merci de bien vouloir faire signer le représentant légal.

Lavage des mains avec du savon



1/ Mouiller abondamment
les mains.



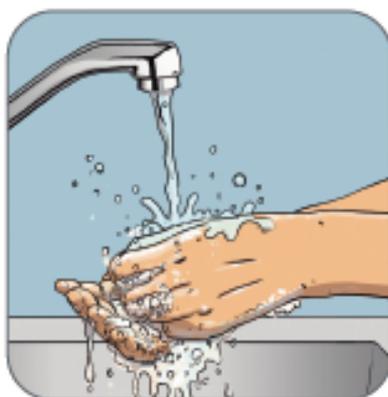
2/ Appliquer le savon et frotter
paume contre paume.



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



**Bien se laver
les mains**



**Mettre les élastiques
derrières
les oreilles**

ou



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



**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



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



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

ou



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



**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 :



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...



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



Laisser le temps de sécher.



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.