



Plan de reprise des activités physiques École des Sports Nautiques – cours de natation Le 08/01/2021



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 ≥ 38°, courbatures/douleurs musculaires, toux, difficultés à respirer/essoufflement, fatigue marquée, maux de tête ou de gorge, perte de gout 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

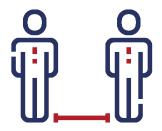
II- LES MESURES À RESPECTER PENDANT LA PRATIQUE

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.

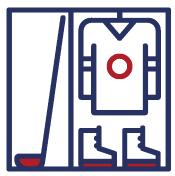


En respectant les mesures de distanciation sociale :

Une distance physique suffisante d'environ 1m entre chaque personne soit 4m2 pour les activités de plein air (exemple : tennis, yoga, fitness).



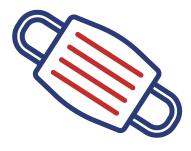
En respectant les mesures barrières : en utilisant le gel hydro-alcoolique / savon et des masques.



Les vestiaires collectifs sont ouverts.



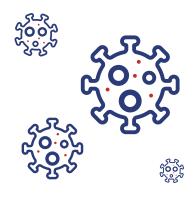
Je télécharge TousAntiCovid, l'application qui permet un geste barrière supplémentaire. L'objectif est de prévenir, tout en garantissant l'anonymat, les personnes qui ont été à proximité d'une personne testée positive afin que celles-ci puissent aller se faire tester et être prises en charge le plus tôt possible.



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



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

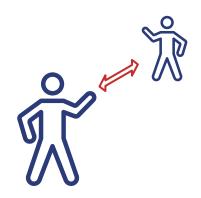


Toute personne manifestant des symptômes caractéristiques de la COVID-19, identifiée cas contact ou testée positive au cours des sept derniers jours ne doit pas se rendre dans l'enceinte du club ou de la structure habilitée.

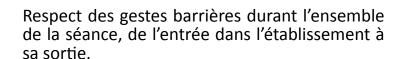
des Sports Nautiques après la pratique

Les règles de l'École Disposition avant et

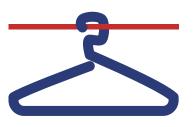




- Le référent COVID est André PECARIC (asm.esn78@gmail.com - 06 62 22 32 25). II est disponible par téléphone et mail pour répondre aux questions des adhérents et des différentes institutions.
- Un responsable COVID (un éducateur et/ou un membre du comité) est présent sur place lors des horaires d'ouvertures.

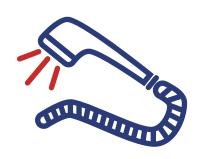






Les pratiquants renseignent un registre de présence.

Les pratiquants auront pris leurs dispositions avant l'entraînement pour réduire leur temps dans les vestiaires au strict minimum.



prendront douche pratiquants une savonnée avant et après la pratique.

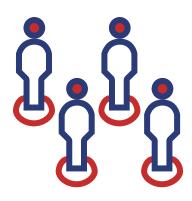


Les pratiquants arrivent à l'heure et quittent la piscine dès la fin de la séance.



- À l'exception de l'entraîneur principal désigné pour la séance, les encadrants doivent porter un masque en permanence.
- Le port du masque est obligatoire à partir de 11 ans.





- Seule la règle d'un espace de distanciation de 2 m² entre chaque pratiquant prévaut lors des phases dites « statiques » : récupération, prises des informations de l'encadrant etc.
- Les encadrants veilleront notamment à ce qu'aucun regroupement ne se fasse aux murs d'extrémité du bassin.
- Afin d'éviter ces regroupements, les départs des séries peuvent s'effectuer en décalé. Si plusieurs groupes pratiquent en même temps, éviter le mélange de ces différents groupes.



- Chaque pratiquant vient avec son matériel personnel : bonnet, lunettes, planche, pull-boy, pince-nez, serviettes, gourde, etc.
- Ce matériel personnel ne doit pas être mutualisé L'utilisation de matériel collectif est possible, à condition d'un strict nettoyage avant, pendant et après la séance.

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.

www.inrs.fr







COVID-19

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque

Bien se laver les mains



Mettre les élastiques derrières les oreilles



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



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



GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000 (appel gratuit)

A . 7 cm



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

5/8

QUELLES MESURES L'EMPLOYEUR DOIT-IL PRENDRE POUR PROTÉGER LA SANTÉ DE SES SALARIÉS FACE AU VIRUS ?



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.