



PARIS AQUATIQUE

Protocole sanitaire – Rentrée sportive 2020

La reprise sportive à partir du 1^{er} septembre se fera dans des conditions particulières soumises à l'application et le respect d'un protocole sanitaire établi grâce aux protocoles de la Fédération Française de Natation, de la Fédération Sportive Gay et Lesbienne et les informations de la Mairie de Paris. Celui-ci pourra évoluer en fonction de l'évolution des conditions sanitaires et des directives de l'Etat. Nous vous informerons régulièrement sur le suivi de ce protocole et les modifications à apporter en fonction des pratiques des différentes piscines (chaque infrastructure peut avoir un protocole différent à Paris).

Nous comptons sur la responsabilité individuelle de chacun pour appliquer correctement les principes suivants afin que cette rentrée sportive se passe au mieux.

L'ensemble du Conseil d'Administration se tient à votre disposition pour toutes questions relatives à ce protocole.

Nous vous souhaitons une belle reprise sportive !

Brice Mureau
Président / Référent sanitaire pour le club
president@parisaquatique.fr

.....

Les principes généraux de ce protocole sont les suivants :

- le maintien de la distanciation physique (dans les vestiaires, autour du bassin...);
- le port du masque à l'entrée des piscines et jusqu'aux vestiaires, puis après les vestiaires jusqu'à la sortie ;
- le nettoyage et la désinfection du matériel avant et après toute utilisation dans des bacs de désinfection disponibles aux bords des bassins (équipement individuel, ballons de water polo...).

Les règles de distanciation physique et les gestes barrières doivent s'appliquer !

TOUS RESPONSABLES

QUAND ON SE PROTÈGE, ON PROTÈGE LES AUTRES

SI NOUS VOULONS

CONTINUEZ À FAIRE DU SPORT ENSEMBLE,

JOUONS TOUS LE JEU !

Conformément aux avis rendus par le Haut Conseil de la santé publique et au décret n° 2020-1035 du 13 août 2020 modifiant le décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020, la reprise du sport dans toutes ses dimensions est désormais possible : entraînements, matchs amicaux et compétitions officielles, sans restriction sur la capacité d'accueil.

À cela, il convient d'apporter les précisions suivantes.

PRATIQUES

Toutes les pratiques sportives aquatiques sont permises.

Tout membre détenteur d'une licence valide au jour de l'activité peut participer aux entraînements.

MODALITÉS DE PRATIQUE

Chaque piscine pourra avoir son propre protocole sanitaire et chaque pratiquant devra donc s'adapter aux consignes internes de chaque piscine.

Le nombre de participant.es (entraîneurs et membres) n'est plus limité à 10 personnes. La présence de public et d'accompagnants nécessite l'application de gestes barrières et le respect de la distanciation physique comme évoqués précédemment.

Les vestiaires collectifs et l'accès aux douches sont autorisés sous réserve :

- du port du masque obligatoire (sauf sous la douche) ;
- du respect d'une distanciation physique d'1 mètre ;
- de la matérialisation des espaces individuels.

Remarque : pour la salle Pelleport (musculature le samedi matin), pas de douche possible. Du gel hydroalcoolique sera disponible pour l'utilisation équipements.

PROTOCOLE MÉDICAL ET HYGIÉNIQUE

L'utilisation de matériel personnel est impérative (gourde, serviette, lunettes, palmes...).

Les vestiaires collectifs et les douches sont à nouveau accessibles dans le respect de règles strictes. Il est rappelé que la douche avec utilisation de savon est obligée avant d'entrer dans la piscine.

La désinfection des mains, des ballons et de tout matériel utilisé durant les activités (ballons, table de marque, sifflet, etc.) est impérative avant, pendant et après l'activité. Aucun sac n'est accepté au bord des bassins. Tout contact au visage d'un tiers impose la reprise du protocole de désinfection mains et ballons.

POINTS DE VIGILANCE

L'attention des encadrants et des pratiquants doit être attirée si :

- le pratiquant ne parvient pas à faire un exercice normalement simple ;
- le pratiquant a des courbatures inhabituelles après des exercices simples ;
- le pratiquant est essoufflé plus rapidement que d'habitude / le pratiquant a la sensation que son cœur bat trop vite ou irrégulièrement / le pratiquant a une fréquence cardiaque anormalement élevée ;
- le pratiquant a perdu brutalement le goût et/ou l'odorat ;
- le pratiquant présente une toux sèche.

L'apparition de ces signes impose l'arrêt immédiat de l'activité du pratiquant.e et une visite chez le médecin qui jugera de l'opportunité de pratiquer un test de dépistage.

Au moindre doute, il est possible de faire un test RT/PCR, une ordonnance n'étant pas nécessaire.

En cas de fièvre, le pratiquant.e restera chez lui.

A chaque entraînement, un.e référent.e sanitaire est désigné.e (le/la responsable sport ou un.e membre du CA et l'entraîneur).

Il a pour missions de :

- s'assurer de l'information des membres présent.es sur les mesures en vigueur ;
- s'assurer de l'application des mesures sanitaires en vigueur.

En cas de présence d'un cas avéré de Covid-19 positif, le pratiquant.e communique au référent sanitaire du créneau et au président qui ont l'obligation d'informer les autres pratiquant.es.

Si un.e des membres présent.e à un entraînement présente des symptômes Covid-19 :

- isolement et test RT/PCR dans les 24h et communication avec le club (référent sanitaire du créneau et président),
- après communication du club, pas d'entraînement des membres du créneau concerné dans l'attente du résultat.

Pour le membre testé positivement :

- isolement de la personne durant 14 jours (ou, selon les cas, jusqu'à 72H après la disparition des symptômes) ;
- avis médical permettant la reprise sportive, à transmettre au responsable sport et au président, indispensable avant la reprise de toute activité sportive ;
- à la reprise, au moindre symptôme, il faudra reconsulter même après des semaines de « guérison » ;
- reprise progressive en intensité et sur la durée (pas d'entraînement à 100% d'emblée, prévenir l'entraîneur).

Pour les membres ayant été en contact avec un membre est testé positivement :

- test RT/PCR à effectuer 5 jours après contact avec le cas confirmé ;
- isolement pendant 14 jours après la date du dernier contact avec le cas confirmé.

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter



Éviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée



GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000
(appel gratuit)

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



0 800 130 000
(appel gratuit)

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



0 800 130 000

CRISE DU CORONAVIRUS : FAUSSES BONNES IDÉES, VRAIES SOLUTIONS

COVID-19

En protégeant notre santé, nous pouvons aussi protéger notre environnement.



FAUSSE BONNE IDÉE :
PRIVILEGIER LES PRODUITS
EMBALLÉS DANS DU PLASTIQUE



VRAIE SOLUTION :
ÉVITER LE PLASTIQUE

Dans vos achats alimentaires, privilégiez les emballages durables, comme le sac réutilisable. Une fois à la maison, vos fruits et légumes peuvent être pelés ou, à défaut, lavés à l'eau potable et essuyés avec un essuie-tout, comme le recommande l'Anses.



FAUSSE BONNE IDÉE :
JETER MES LINGETTES
DANS LES TOILETTES



VRAIE SOLUTION :
JETER MES LINGETTES
DANS UN SAC POUBELLE

Les lingettes sont majoritairement composées de plastique, elles ne se dissolvent pas. Les jeter dans les toilettes crée des bouchons dans les canalisations qui nécessitent des interventions lourdes. Les lingettes doivent être jetées dans un sac poubelle dédié. Une fois rempli, le sac doit être fermé, puis conservé 24 h pour des raisons sanitaires. Après ce délai, il doit être jeté dans le sac à ordures ménagères.



FAUSSE BONNE IDÉE :
BRÛLER MES
DÉCHETS VÉGÉTAUX



VRAIE SOLUTION :
VALORISER MES
DÉCHETS VÉGÉTAUX

Brûler 50 kg de végétaux chez soi représente en termes d'émission de particules fines l'équivalent de 14 000 km parcourus dans une voiture essence récente. Pour éviter cette pollution de l'air, privilégiez le compostage de vos déchets verts. Vous pouvez aussi les stocker en fonction de la réouverture de la déchetterie la plus proche de chez vous.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000