



MINISTÈRE
CHARGÉ DES SPORTS

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Coronavirus COVID-19

GUIDE DE RECOMMANDATIONS DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS, SITES ET ESPACES DE PRATIQUES SPORTIVES

Post-confinement
lié à l'épidémie
de Covid-19



Édition au 18 décembre 2020

SOMMAIRE

I. PRÉAMBULE	4
II. RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES	7
A. Implication et responsabilité de l'exploitant	7
B. Nettoyage et désinfection des locaux	7
C. Utilisation des vestiaires	8
D. Accueil du public (suite au décret du 27 novembre)	9
E. Implication et responsabilité des personnels	9
F. Relations avec les usagers	10
II.F.1. Obligations d'information	10
II.F.2. Règles pour les usagers	10
II.F.3. Traçabilité des entrées	11
III. RECOMMANDATIONS POUR LES PISCINES, CENTRES AQUALUDIQUES	13
Introduction	13
A. Conditions générales d'ouverture	13
III.A.1. Organisation Générale	13
III.A.1.a) Horaires, dates d'ouvertures, organisation	13
III.A.2. Les modalités de nettoyage et de désinfection des piscines	13
III.A.3. Capacité d'accueil des piscines et interventions sauvetage, secourisme	14
III.A.4. Installations techniques et spécifications	15
III.A.5. Gestion du public – Règles de distanciation	15
III.A.5.a) L'accueil	16
III.A.5.b) Les vestiaires, douches et sanitaires	16
III.A.5.c) Les bassins	16
III.A.5.d) Les autres espaces	17
(III.A.5.d.1) Gradins	17
(III.A.5.d.2) Toboggans, pentagliss rivières rapides	17
(III.A.5.d.3) Pour les jeux et jets aquatiques	17
(III.A.5.d.4) Les petits « bains à remous »	17
(III.A.5.d.5) Les jeux à pulvérisation d'eau	17
(III.A.5.d.6) Sauna, hamman et espaces bien-être	17
(III.A.5.d.7) Espaces de restauration	17

IV. ÉQUIPEMENTS SPORTIFS TERRESTRES ET SPORTS D'EAU	19
A. Organisation générale	19
IV.A.1. Horaires, dates d'ouvertures, organisation	19
IV.A.2. Activités scolaires	19
B. Équipements sportifs indoor	20
IV.B.1. Doctrine générale	20
IV.B.2. Gestion du public - Règles de distanciation	20
IV.B.2.a) L'accueil et les zones de circulation	20
IV.B.2.b) Les vestiaires et sanitaires	21
IV.B.2.c) Les gradins et les lieux de convivialité	21
IV.B.2.d) Patinoires	21
C. Équipements sportifs de plein air (ERP de type PA)	23
V. RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA PRATIQUE SPORTIVE DANS LE CONTEXTE DE L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19	25

I. PRÉAMBULE

Pour rappel ce guide de recommandations a été élaboré par des organisations professionnelles du sport, c'est une aide à la décision pour les propriétaires et gestionnaires des installations sportives basée sur les préconisations générales de la Haute autorité de la santé publique.

En cas de difficulté d'interprétation, c'est le décret qui doit servir de référence réglementaire. Dès le début de la crise sanitaire, le ministère des Sports a choisi d'impliquer l'ensemble des acteurs de son écosystème afin de trouver des solutions originales et d'élaborer des réponses co-construites avec toutes les parties-prenantes.

En matière d'équipements sportifs, sites et espaces de pratiques sportives, ce sont les maires et les Préfets qui, au plus près du terrain, jouent un rôle essentiel dans la mise en œuvre du processus de déconfinement. C'est à eux qu'il reviendra d'en établir les conditions de réouverture dans le respect des règles sanitaires édictées par le Gouvernement.

Aussi, à la suite de la saisine du ministère des Sports, l'ANDES (Association nationale des élus en charge du sport) et l'ANDIISS (Association nationale des directeurs et intervenants des installations des services des sports) ont mené conjointement un groupe de travail sur le déconfinement en matière d'accueil des équipements sportifs, sites et espaces de pratiques sportives, qui constitue un appui précieux au travail réglementaire conduit par le ministère des Sports.

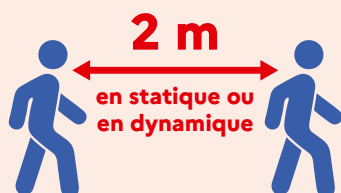
LE GROUPE DE TRAVAIL DÉCONFINEMENT – ÉQUIPEMENTS SPORTIFS, SITES ET ESPACES DE PRATIQUES SPORTIVES

- Association Nationale des Élus en charge du Sport
- Association Nationale des Directeurs et Intervenants d'Installations et des Services des Sports
- Association Sport et Agglomérations
- FIDAL
- France Urbaine
- Fédération des Industries Nautiques
- Syndicat des délégués des équipements de loisirs
- Union nationale des centres sportifs de plein air
- Syndicat National des Patinoires
- Personnes qualifiées
- Association des Maires de France

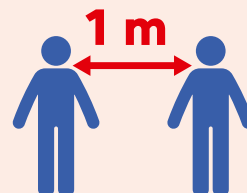


Les bons réflexes à adopter

Respecter les **règles de distanciation**
dans la mesure du possible



Entre chaque pratiquant
lors de l'activité sportive



Pour toute personne portant
un masque en dehors
de la pratique sportive

Respecter les **gestes
barrières**



Se changer et se doucher
à domicile

(Ouverture des vestiaires collectifs
uniquement pour les publics prioritaires)
Les vestiaires individuels étant autorisés

Obligation du
port du masque

dans tous les ERP à partir
de l'âge de 6 ans en dehors
de l'activité sportive



Règle des regroupements à
**6 personnes
maximum**

A female athlete with dark curly hair is captured in mid-air, jumping over a hurdle on a red running track. She is wearing a grey t-shirt, black shorts, and black athletic shoes. The background shows a green field, trees, and a red building under a bright sky. The text "RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES" is overlaid in large red letters across the center of the image.

RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES

II. RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES

A. Implication et responsabilité de l'exploitant

L'ensemble des recommandations proposées dans le guide ont pour objet de permettre la pratique et à limiter la propagation du virus.

Ainsi, partant des moyens disponibles et des risques identifiés, certains lieux ou types d'équipements sportifs spécialisés pourront rester fermés par décision du propriétaire, de l'exploitant ou du Préfet si la sécurité sanitaire ou des moyens d'organisation insuffisants ne peuvent être assurés pour les utilisateurs.

Les gestionnaires des autres équipements n'ont pas cette obligation, ils peuvent solliciter l'avis de l'agence régionale de santé sur la question de la qualité des eaux. Cette dernière s'appuiera sur les recommandations formulées par le Haut conseil de la santé publique (HCSP).

Ce protocole viendra en complément :

- des règlements intérieurs déjà en place dans les équipements et espaces de pratique,
- du **POSS (Plan d'Organisation de la Surveillance et des Secours) pour les espaces de baignade**
- des protocoles de nettoyage et d'entretien existants le cas échéant.

Des avenants aux règlements intérieurs existants seront pris par les propriétaires ou exploitants afin de prescrire certaines conditions d'accès, de respect du protocole Covid et de son contrôle, et d'engager les moyens de coercition le cas échéant (exclusions, amendes, poursuites).

B. Nettoyage et désinfection des locaux

Un protocole d'entretien et de nettoyage détaillé sera établi. Il s'appuiera sur les préconisations du Haut Conseil de la santé publique (HCSP)¹, et plus particulièrement sur les mesures des chapitres 12 (Nettoyage/désinfection pour la réouverture et en routine d'un établissement recevant du public (ERP) et 15 (mesures spécifiques pour les piscines publiques).

Le nettoyage des sols et tapis pour les sports « au sol » posant des contraintes fortes (forte restriction sur l'utilisation d'aspirateurs), il est recommandé une désinfection régulière. Il est recommandé également de procéder avant ouverture au contrôle des systèmes de ventilation et chauffage.

1. Avis du HCSP du 24 avril 2020.

C. Utilisation des vestiaires

Les vestiaires collectifs

Le décret du 18 décembre autorise l'ouverture des vestiaires collectifs uniquement pour les publics prioritaires mais les vestiaires individuels sont autorisés.

Dans son avis du 3 août 2020, le Haut conseil à la santé publique recommande que l'accès aux vestiaires collectifs et leur utilisation soient conditionnés au respect de l'ensemble des mesures suivantes :

- la désignation d'un référent Covid dans l'établissement chargé de la mise en œuvre, de l'observation et du respect strict des mesures de prévention établies sur le site ; cette désignation prévoit que le référent Covid peut, en cas de non-respect des conditions sanitaires, faire appel à des autorités compétentes avec la possibilité d'une fermeture du vestiaire collectif ;
 - la définition et le respect d'une jauge de fréquentation des vestiaires en tenant compte du respect de la distanciation physique minimale et de la régulation des flux de circulation des personnes. Dans tous les cas, le temps de présence des personnes dans les locaux doit être réduit au minimum ;
 - que soit rappelé régulièrement aux pratiquants et intervenants sportifs et à toute personne fréquentant les locaux à usage sportif de ne pas participer aux activités sportives si eux-mêmes ou l'un de leurs proches présentent des signes évocateurs de Covid-19 et de ne pas oublier les mesures barrières avant et après une activité sportive, en particulier dans les vestiaires ;
 - la constitution de la liste nominative horodatée des personnes fréquentant les vestiaires sportifs collectifs aux fins de traçage en cas de signalement d'infection au virus SARS-CoV-2 ;
 - le respect des mesures barrières :
 - le port du masque est obligatoire dans les vestiaires et le respect d'une distanciation physique de 1 mètre entre chaque personne est recommandé (si la configuration de l'espace le permet). Afin de garantir ce double respect, il est préconisé de mettre en place des petits groupes pour gérer les flux au sein des vestiaires (ex : mettre en place des arrivées décalées en amont afin de la séance d'entraînement ou de match débute à l'heure prévue . Cette distance doit être augmentée à 2 mètres pour les activités sportives dont leur nature le permet et pour les personnes assises sur un fauteuil à côté d'une personne debout (ex : fauteuil roulant) ;
- l'hygiène des mains et le nettoyage des objets (surtout s'ils sont manipulés par plusieurs joueurs) ainsi que des espaces partagés ;
 - le respect strict du port du masque grand public (en-dehors des douches), couvrant le nez et la bouche, en tissu répondant aux spécifications de la norme AFNOR S76-001 ou du masque à usage médical pour les personnes à risque de forme grave) [8].
- l'aération importante avant et après utilisation du vestiaire, voire permanente en cas d'utilisation en continu, en veillant à ce que les flux d'air ne soient pas horizontaux car favorisant les transmissions tête à tête ;
 - le respect des débits minimaux d'air neuf par occupant dans les vestiaires collectifs (fixés par le Règlement Sanitaire Départemental, pris en application de l'article L.1311-2 du code de la santé publique) et la vérification du bon fonctionnement de la ventilation qui permet notamment d'abaisser l'humidité relative liée à l'usage de douches collectives ;
 - que l'accès aux douches collectives dans les vestiaires soit autorisé si la distanciation physique peut être respectée et si le nettoyage est effectué régulièrement dans la journée. Cette décision revient au propriétaire ou au gestionnaire de l'installation ;
 - que soient encouragés :
 - le changement de vêtements et la prise des douches à domicile ; en particulier si les mesures d'aération et/ou de ventilation avant et après utilisation du vestiaire ne permettent pas d'abaisser l'humidité relative liée à l'usage de douches collectives ;
 - l'abstention de l'usage des casiers partagés ;
 - la possession et l'utilisation par chaque pratiquant ou intervenant de son propre matériel dont l'entretien est sous sa responsabilité (équipement sportif, serviette et savon si les douches collectives sont permises, produits hydro-alcooliques, collations, boissons...);

- le passage dans les vestiaires par groupe d'une même équipe, en évitant de mélanger les groupes mais en les laissant utiliser le vestiaire successivement ;
- l'interdiction de mettre à disposition dans les vestiaires, les articles en libre-service et à usage courant comme les sèche-cheveux, les cotons-tiges et les rasoirs jetables ;
- le nettoyage/désinfection des locaux et en particulier la désinfection régulière des zones de contact et tout particulièrement des douches et des toilettes ;
- les mesures d'élimination régulière des déchets ;
- l'utilisation par les participants de l'application StopCovid permettant d'identifier rapidement les contacts en cas de sujet devenant positif après la manifestation.

D. Accueil du public (suite au décret du 27 novembre)

Les enceintes sportives restent soumises au huis clos a minima jusqu'au 7 janvier 2021.

Le Gouvernement étudie les modalités de retour du public dans les stades et arenas selon un système de jauge relative, proportionnelle à la

taille de l'équipement. Le ministère travaille à des propositions de scénarii adaptés au contexte sanitaire.

E. Implication et responsabilité des personnels

Le personnel devra avoir à sa disposition en permanence les matériels et équipements de protection requis pour préserver sa santé au travail (masques, visières, gants de protection, accès aisé à du gel hydro alcoolique ou du savon).

Le respect du protocole : le respect de la FMI, des règles d'hygiène et de distanciation.

Les mesures de protection et de sécurité² sont renforcées pour les protéger et du matériel de désinfection devra être à leur disposition au moment de leur prise de service, pendant leur service et à la fin de leur service.

Le personnel est informé de l'usage des équipements de protection à sa disposition.

Si un agent présente des signes d'infection, ou qu'un membre de sa famille est infecté, il devra respecter les recommandations de la doctrine sanitaire, en prévenant sa hiérarchie sans délai. Si ces symptômes se déclarent sur le lieu de travail, l'agent devra en informer préalablement sa hiérarchie, qui prendra les dispositions.

Sur la base du document de travail du ministère de Travail, la proposition du protocole à tous les types d'équipements sportifs peut être le suivant :

1. Isolez la personne en la guidant si possible vers un local dédié et en appliquant immédiatement les gestes barrière (gardez une distance raisonnable avec elle et faites-lui mettre un masque, chirurgical si disponible) ;
2. En l'absence de signe de détresse, demandez à la personne de contacter son médecin traitant, ou tout autre médecin, puis organisez son retour à domicile, selon l'avis médical. Le transport de la personne qui présente des symptômes de Covid-19 sans signes de gravité s'effectuera : – avec masque – de préférence avec le véhicule personnel – en excluant les transports en commun ;
3. En cas de signe de détresse (difficulté à terminer ses phrases sans pause et difficulté orale, personne bleue, perte de connaissance – somnolence – confusion). Appelez le SAMU - composer le 15 ;
4. Après la prise en charge de la personne, prévenez le service de santé au travail et suivez ses consignes, y compris pour l'hygiène du poste de travail et le suivi des salariés puis informez le supérieur hiérarchique ;

2. Protocole de déconfinement du 24/06/20 pour les entreprises, pour la santé et sécurité des salariés

<https://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/protocole-national-de-deconfinement.pdf>

5. Si le cas Covid est confirmé, organisez en lien avec le service de santé au travail les mesures à mettre en œuvre : balisage, identification des contacts, mise à l'isolement des contacts.

Pour aller plus loin, lien vers le ministère du Travail https://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/covid19_conduite_tenir_suspicion.pdf

F. Relations avec les usagers

II.F.1. Obligations d'information

Le gestionnaire met en œuvre les moyens pour informer les utilisateurs et inscrit dans le règlement intérieur de l'équipement les conditions d'exclusion en cas de non respect des règles.

La doctrine sanitaire de l'accueil des équipements sportifs est similaire aux autres espaces ERP (supermarché, pharmacies, écoles, boutiques), et doit permettre aux usagers d'accéder dans ses espaces en toute connaissance de cause par rapport aux risques de contagion du virus Covid-19.

Une signalétique appropriée, éventuellement sous la forme de pictogramme, sera apposée pour rappeler que les gestes barrières sont partout généralisés et

le respect du port du masque dans tous les espaces publics extérieurs et intérieurs clos est obligatoire (stade, piscine, gymnase), et que ces mesures ne sont pas de la responsabilité de l'exploitant.

L'exploitant informera les usagers en cas de modifications de ces mesures ou de la situation.

Une information pédagogique, voire ludique, pour les mineurs est incontournable dès l'entrée, pour tous les espaces avec une application stricte du règlement intérieur pour les contrevenants.

II.F.2. Règles pour les usagers

L'utilisateur est un acteur dans la lutte contre l'épidémie du Covid-19. A ce titre il suit les règles établies et qui lui sont communiquées dès l'entrée.

Il peut être amené à utiliser un désinfectant qui lui est propre. Dans ce cas il s'agira de produits spécifiques grand public et adaptés, sans aérosols et posés à l'aide d'une lingette ou d'un chiffon lavable.

Les usagers se doivent de respecter ces usages dans tous les espaces, dans les espaces plus réduits ils feront preuve de patience en respectant les protocoles d'entrées/sorties définies par l'exploitant.

L'affichage des gestes barrières reprenant les directives nationales sera assuré autant que possible dans tous les espaces :



Geste 1 : Se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon ou réaliser une friction avec un produit hydro-alcoolique (FHA).



Geste 2 : Se couvrir systématiquement le nez et la bouche quand on tousse ou éternue dans son coude.



Geste 3 : Se moucher dans un mouchoir à usage unique à éliminer immédiatement dans une poubelle.



Geste 4 : Éviter de se toucher le visage, en particulier le nez, la bouche et les yeux.



Geste 5 : Le respect du port du masque dans tous les espaces publics extérieurs et intérieurs clos est obligatoire (stade, piscine, gymnase). Cette disposition ne concerne que les non pratiquants d'une activité

En cas de doute :



Geste 6 : Rester chez soi, éviter les sorties et les contacts avec des personnes fragiles, contacter le médecin si besoin.



Geste 7 : Limiter les contacts directs et indirects.

Pour les établissements aquatiques :



Prendre une douche savonnée obligatoire avant d'aller nager.



Porter un bonnet de bain dans l'eau – peut être obligatoire ou fortement conseillé.

II.F.3. Traçabilité des entrées

Ce point est laissé à l'appréciation du gestionnaire. Le gestionnaire du site ou de l'équipement pourra inscrire dans son règlement intérieur spécial Covid des procédures de vérifications et de contrôle des usagers par ses représentants, présents lors des séances.

Ces procédures suivront les prescriptions de la CNIL, dans le respect des règles établies pour le RGPD, et en fonction de la taille des établissements.

Toute entrée pourra être nominative, pour cela le gestionnaire sera amené à développer les outils numériques et digitalisés : réservation des créneaux, achats d'entrée unitaire, rechargement de carte d'abonnement en ligne. Ou plus simplement enregistrement sous forme déclarative par un agent des usagers sur un document papier ou numérique.

La réservation en ligne sur les créneaux proposés est une solution pour gérer l'attente à l'accueil en facilitant l'accès sur les horaires fractionnés.

RECOMMANDATIONS POUR LES PISCINES, CENTRES AQUALUDIQUES



III. RECOMMANDATIONS POUR LES PISCINES, CENTRES AQUALUDIQUES

Introduction

Il appartient aux collectivités et aux exploitants (élus des collectivités ou société de droit privé) d'organiser l'ouverture des complexes aquatiques ou plans d'eau. Il leur revient de définir les modalités d'ouverture sur la totalité ou seulement une partie de leurs établissements en veillant à ce que les mesures sanitaires soient respectées selon les recommandations gouvernementales en vigueur.

Les présentes propositions concernent les piscines et centre aqua ludiques d'accès payant (publiques, en gestion déléguée ou privée).

La lutte contre le coronavirus passe cependant aussi par la limitation des regroupements.

Rappel de la démarche administrative préalable à l'ouverture du complexe aquatique :

- Constitution du dossier : Documents obligatoires (POSS, Règlement intérieur). Annexes : Plan Organisation Spécial Covid-19, Règlement intérieur Spécial Covid-19, analyses (légielloses si nécessaire ou rapport mainteneur technique), Documents facultatifs (protocoles de nettoyage, d'accueil et de circulation).
- Pour les autres types de ERP, ils peuvent solliciter l'avis de l'ARS, sur les questions de la qualité des eaux. Cette dernière s'appuiera sur les recommandations du HCSP.
- Éléments complémentaires : vidange annuelle (si nécessaire), formation du personnel.

A. Conditions générales d'ouverture

III.A.1. Organisation Générale

III.A.1.a) Horaires, dates d'ouvertures, organisation

Le ministère des Sports a débuté, le 2 juin 2020, une expérimentation en collaboration avec l'ANDES, l'ANDIISS, l'AMF et France Urbaine ceci dans la perspective d'un accompagnement des gestionnaires et propriétaires.

Les protocoles validés lors de la phase de test dans les 26 établissements de métropole et outre

mer lors du premier déconfinement en juin 2020 sont toujours d'actualité, et en particulier pour ce processus de déconfinement.

Les résultats de cette expérimentation sont consultables sur le site du ministère des Sports et de l'ANDES : <https://www.andes.fr/actualites/webinaire-andes-en-live/>

III.A.2. Les modalités de nettoyage et de désinfection des piscines

La Société française d'Hygiène Hospitalière (SF2H) considère que :

- Le respect des modalités de désinfection appropriées et des comportements individuels adaptés doivent permettre d'éviter le risque de

transmission hydrique du virus de la Covid-19. L'eau chlorée est désinfectée et désinfectante elle ne présente pas de risque de contamination avérée³.

3. <https://www.sf2h.net/wp-content/uploads/2020/03/Avis-SARS-CoV-2-et-eau-de-piscine-SF2H-09.03.2020.pdf>

- L'adhésion aux recommandations actuelles concernant la désinfection des eaux est suffisante pour rendre le virus de la Covid-19 inactif dans les eaux potables chlorées et dans les piscines.
- La plupart des piscines disposent d'un protocole d'entretien et d'hygiène et le nettoyage et la désinfection sont effectués au quotidien, les exploitants maîtrisent depuis des années le risque bactériologique et viral.

III.A.3. Capacité d'accueil des piscines et interventions sauvetage, secourisme

Sont autorisés en piscine à compter du 15/12/2020 :

Publics prioritaires pour les piscines couvertes (type X) et découvertes (type PA)

- les sportifs professionnels, sportifs de haut niveau ;
- les groupes scolaires et périscolaires, formation universitaire ou professionnelle, sur prescription médicale APA, personne à handicap reconnu MDPH avec l'encadrement nécessaire ;
- Vestiaires collectifs autorisés.

Personnes mineures pour les piscines couvertes (type X) et découvertes (type PA)

- Pratique auto-organisée sans contact ;
- Pratique encadrée ou surveillée par un éducateur/club ;
- Vestiaires collectifs interdits mais vestiaires individuels autorisés.

Personnes majeures uniquement pour les piscines découvertes (type PA)

- Pratique auto-organisée sans contact ;
- Pratique encadrée par un éducateur/club sans contact ;
- Majeur accompagnant un mineur de la même cellule familiale pour une activité nécessitant cet encadrement (ex : bébé nageur) ;
- Les piscines couvertes restent interdites aux personnes majeures ;
- Vestiaires collectifs interdits mais vestiaires individuels autorisés.

Capacité d'accueil des piscines

C'est le nombre maximal de personnes (baigneurs et non baigneurs) pouvant se trouver simultanément dans l'établissement.

Réglementairement, en période normale, pour les piscines couvertes, cette capacité ne peut pas dépasser 1 baigneur par m² de plan d'eau. Pour les piscines découvertes, cette capacité ne peut pas dépasser 3 baigneurs pour 2 m² de plan d'eau.

Afin de mieux gérer les conditions sanitaires, il est préconisé de diminuer la FMI réglementaire de 20 %,

soit une recommandation d'une FMI Covid-19 au maximum à 80 % de la FMI réglementaire. Ce point est laissé à l'appréciation du gestionnaire qui adaptera la FMI selon ses contraintes, ses moyens et son fonctionnement quotidien pour assurer la sécurité sanitaire des usagers.

Il est précisé que l'exploitant ouvrira les différentes zones de son établissement suivant le type de public autorisé, la FMI déterminée ainsi que les protocoles mis en places et les activités qu'il est possible de proposer. Les piscines des établissements relevant des catégories X et PA mentionnées par le règlement pris en application de [l'article R. 123-12 du code de la construction et de l'habitation](#) peuvent accueillir l'organisation des épreuves pratiques des examens conduisant à l'obtention d'un diplôme conférant le titre de maître-nageur sauveteur ou à l'obtention du brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique.

Interventions sauvetage/secourisme

Une procédure de premiers secours en période de pandémie, est validé par l'équipe avant l'ouverture en lien avec les recommandations techniques et pédagogiques transitoires concernant la formation de Prévention et Secours Civique de niveau 1 , ceci pour assurer une totale formation, adhésion et protection des agents et, reprenant les recommandations générales pour la reprise des formations au secourisme publié le 5 juin 2020 par le ministère de l'Intérieur (voir référence), ainsi que les recommandations ci-dessous en cas de sauvetage.

L'exploitant précisera dans son plan d'action le matériel spécifique qu'il met à la disposition des employés, et permettant leur intervention en toute sécurité.

En cas de sauvetage :

- Dans l'eau, l'intervention du sauveteur sera à privilégier pour les cas de suspicion de noyade avérés, pour les autres il sera privilégié les moyens techniques comme les perches, les bouées tube de sauvetage ces éléments permettent de conserver une distance de plus d'un mètre avec la victime.

- Dans tous les cas la vigilance portera sur la sortie de la victime de l'eau. Dans ce cadre s'il y a une intervention d'une tierce personne, elle pourra être équipé des EPI adaptés (masques chirurgicaux, une paire de gants et des lunettes de protection) pour faire l'examen des fonctions vitales. Il sera conseillé au sauveteur primo-intervenant de se protéger dès sa sortie de l'eau.

Lors des procédures de réanimation ou de soins, les règles du POSS s'appliqueront.

Recommandations dans toutes les situations :

- S'équiper des équipements de protection individuelle (EPI) adaptés ;
- Respecter le principe d'engagement minimal de personnel, en particulier la vérification de la ventilation de la victime se fera sans s'approcher de la bouche de celle-ci ;
- Mettre en œuvre les règles de distanciation physique concernant l'entourage de la victime ;
- Demander à la victime de mettre un masque ou lui en mettre un.

III.A.4. Installations techniques et spécifications

Traitement de l'air :

Assurer au minimum un renouvellement en air neuf de 22 m³/heure et par personne comme le prévoit les recommandations du HCSP qui reprend les standards habituels. L'éventuelle augmentation du volume d'air neuf dans le traitement d'air est laissé à l'appréciation du gestionnaire.

Traitement de l'eau :

Un maintien du taux de chlore actif de 0,8 à 1,4 mg/l sera appliqué dans les bassins à définir suivant proposition de l'ARS.

Les pédiluves seront maintenus au taux de chloration recommandé par l'ARS habituel de 3 à 4 mg/l.

Lors de la réouverture des bassins, établir la liste des opérations faites dans les bassins :

- Surchloration des bassins encore en eau, désinfection et remplissage de ceux vidés.
- Mesures contre la légionnelle : procéder à un choc thermique sur eaux chaudes sanitaire.
- Désinfection généralisée de tous les espaces. En l'absence d'un produit certifié, une solution désinfectante à base d'eau de Javel diluée peut être utilisée avec un dosage conforme aux préconisations de la HASP.

III.A.5. Gestion du public – Règles de distanciation

Rappel recommandations du Haut Conseil de la Santé Publique⁴ :

- Le port du masque dans les établissements de type X et PA (Article 27 du décret n° 2020-1310 du 29 octobre 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire) n'est pas obligatoire durant l'activité sportive. Attention, dans le cadre de l'activité scolaire à la piscine, le port du masque reste obligatoire pour les enfants à partir de 6 ans. Toute personne de 6 ans ou plus porte un masque de protection dans les établissements de type X, PA (Article 27 du décret du 29 octobre 2020). Le port du masque à l'entrée et en caisse jusqu'en tenue de bain avant la douche est obligatoire.
- S'assurer du respect du Code de la santé publique destiné à contrôler les dangers microbiologiques dans les piscines publiques traitées avec un désinfectant adapté.

- Faire respecter une distanciation physique minimale de 2 m dans la mesure du possible et les règles comportementales des baigneurs (bonnet, douches, pédiluves, absence de troubles digestifs) dans les bassins et les espaces d'une piscine collective.
- Interdire l'accès aux piscines aux personnes présentant des signes de pathologies respiratoires ou digestives (Panneaux informatifs dans l'entrée).
- Inviter les baigneurs hors de l'eau à respecter les gestes barrières et le port du masque.
- Assurer le nettoyage/désinfection des locaux hors bassins, selon les protocoles habituels en insistant plus régulièrement sur les zones fréquemment touchées par les nageurs.

Pour les équipements aquatiques, la sortie de l'établissement après la baignade sera de préférence immédiate, par une autre porte si possible que l'entrée principale.

4. Avis du 20 octobre 2020 en particulier la mesure 11 pour les piscines collectives.

Plusieurs zones sont à prendre en compte dans les équipements pour la distanciation spatiale et la régulation des flux :

- l'accueil,
- les vestiaires, douches et sanitaires,
- les bassins,
- les autres espaces.

III.A.5.a) L'accueil

En caisse :

- La distanciation spatiale sera marquée au sol là où cela sera possible et rappelée par des messages appropriés (caisse avec banque ou distributeur automatique).
- En fonction de la configuration de l'espace « accueil », une seule personne (ou une famille) pourra être autorisée à la caisse en même temps, en cas de queue se formant, un agent pourra veiller au maintien des distances. Les files d'attente seront situées à l'extérieur du bâtiment dans la mesure du possible. Les usagers seront informés dès le parking des dispositions.

Le gestionnaire intégrera dans sa démarche la prise en compte des personnes en situation d'un handicap.

- Le paiement sans contact sera privilégié, l'appareil étant facile d'accès pour l'utilisateur, le caissier se trouvant derrière une paroi de protection transparente.

Les distributeurs automatiques peuvent rester à la disposition du public.

La vente en ligne, ou le rechargement de cartes est à promouvoir y compris pour l'achat d'entrées unitaires.

La « marche en avant » est à privilégier si le bâtiment le permet. Dans tous les cas : un couloir « aller » vers la baignade et un couloir « retour » sont recommandés pour éviter les croisements des personnes.

III.A.5.b) Les vestiaires, douches et sanitaires

En terme de recommandations :

- dans les piscines, les vestiaires collectifs sont ouverts seulement pour les publics prioritaires. Les vestiaires individuels restent autorisés. Les emplacements seront matérialisés dans les vestiaires ainsi que sur les porte-manteaux dédiés ;
- le nombre de casiers vestimentaires disponibles n'est pas limité, tout en faisant appel à la sensibilisation des usagers, qui peuvent désinfecter ces casiers avec leur propre lingette ;

- des poubelles pour le dépôt des masques non lavables sont prévues. Les poubelles à pédale ou sans contact sont à privilégier.

En terme d'obligation :

- les douches approvisionnées en savon, sont toujours obligatoires, mais elles ne sont pas limitées en nombre ;
- l'utilisation d'aspirateur et des sèche-cheveux demeure déconseillé vu le risque de propagation du virus.

III.A.5.c) Les bassins

Les regroupements ou les discussions en bords de bassin sont soumis aux règles de distanciation physique selon les recommandations gouvernementales en vigueur.

Dans les bassins sportifs, l'usage permanent des lignes de nage peut être proposé afin d'éviter les contacts.

Dans les autres bassins (bassins de loisir, patageoires, plaine de jeux aquatiques), un affichage rappellera aux usagers leur responsabilité sur l'application des règles des distances physique, dans le cas où les règles de distanciation ne seraient pas appliquées, ce bassin sera fermé.

III.A.5.d) Les autres espaces

(III.A.5.d.1) Gradins

Les gradins sont fermés jusqu'à nouvel ordre (décret n°2020-1454 du 27 novembre 2020 modifiant le décret n°2020-1310 du 29 octobre 2020).

Le respect des distances et le port du masque obligatoire pour le public éventuellement admis et

les conditions d'accès à ces espaces seront organisés par l'exploitant (marquage au sol, affichages, messages appropriés), en concertation avec l'utilisateur le cas échéant.

(III.A.5.d.2) Toboggans, pentagliss rivières rapides

Fonctionnement possible, éventuellement fournir un gel hydro alcoolique au départ de l'escalier, et une seule personne à la fois, la suivante partant uniquement à l'arrivée de la précédente et évacuation immédiate du bassin de réception par les

clients sortants du toboggan. La file d'attente sera matérialisée au sol pour maintenir la distanciation physique.

En cas d'impossibilité de maintenir cette distanciation, ils seront fermés.

(III.A.5.d.3) Pour les jeux et jets aquatiques

L'application de la distanciation physique est rappelée par un affichage. Elle est d'abord du ressort de la responsabilité individuelle des usagers. En cas

d'impossibilité de faire appliquer ou respecter ces règles, cet équipement sera fermé.

(III.A.5.d.4) Les petits « bains à remous »

Ils pourront en fonction de leur surface et de la FMI choisi par l'exploitant recevoir quelques usagers

simultanément en respectant la distance de protection.

(III.A.5.d.5) Les jeux à pulvérisation d'eau

L'application de la distanciation physique est rappelée par un affichage et est du ressort de la responsabilité individuelle des usagers. En cas

d'impossibilité de faire appliquer ou respecter ces règles, cet équipement sera fermé.

(III.A.5.d.6) Sauna, hamman et espaces bien-être

Sauna, hammam et espaces bien-être sont fermés, sauf pour les publics prioritaires mentionnés au

décret du 28 novembre 2020 modifiant celui du 29 octobre 2020.

(III.A.5.d.7) Espaces de restauration

Les espaces restaurations sont soumis à la même réglementation que les restaurants, leurs ouvertures restent conditionnées à ceux-ci.

ÉQUIPEMENTS SPORTIFS TERRESTRES ET SPORTS D'EAU



IV. ÉQUIPEMENTS SPORTIFS TERRESTRES ET SPORTS D'EAU

Les propositions suivantes concernent les équipements et espaces sportifs terrestres et les sports d'eau (publics, en gestion déléguée ou privée), indoor et/ou outdoor, d'accès gratuit ou payant.

Équipements indoor :

- Gymnases
- Salle sports de combat/dojos/gymnastique/danse
- Salles fitness/musculation/crossfit
- Escrime, jeu de paume, tennis de table, halles de tennis, badminton
- Pas de tir intérieur (pistolet, carabine)
- Autres...

Équipements outdoor :

- Terrains de grand jeu
- Courts de tennis
- Golfs
- Boulodromes extérieurs

- Plaines de jeux
- Aire des jeux d'enfants
- City stades
- Appareils musculation/fitness en accès libre
- Skate park/pump track/parkour
- Parcours de santé
- Sentiers de randonnée
- Pas de tir extérieur (tir à l'arc, Ball Trap)
- Autres...

Sports d'eau :

- Voile, planche à voile
- Kayak
- Surf, paddle
- Plongée sous-marine
- Nage eau libre
- Autres...

A. Organisation générale

Sont autorisés à compter du 15/12/2020 :

Publics prioritaires pour les équipements couverts de type X et équipements extérieurs de type PA

- les sportifs professionnels, sportifs de haut niveau ;
- les groupes scolaires et périscolaires, formation universitaire ou professionnelle, sur prescription médicale APA, personne à handicap reconnu MDPH avec l'encadrement nécessaire.

Personnes mineures pour les équipements couverts de type X et équipements extérieurs de type PA

- Pratique auto-organisée sans contact ;
- Pratique encadrée par un éducateur/club.

Personnes majeures (uniquement en équipement extérieur de type PA)

- Pratique auto-organisée sans contact ;
- Pratique encadrée par un éducateur/club sans contact.

IV.A.1. Horaires, dates d'ouvertures, organisation

Les horaires d'accès du public aux équipements et espaces pourront être fractionnés dans la journée

pour permettre l'accueil de publics différenciés et intercalés de phases de désinfection plus poussées.

IV.A.2. Activités scolaires

L'accueil des groupes scolaires sera organisé en concordance avec les directives de l'Éducation nationale. Les nouveaux protocoles seront à valider le cas échéant avec les équipes éducatives (CPC IEN).

Cf. Protocole de reprise des activités de mineurs du ministère des Sports

L'exploitant pourra éventuellement solliciter un engagement écrit de respect des préconisations par les utilisateurs en groupes constitués.

B. Équipements sportifs indoor

Les établissements couverts (ERP de type X) peuvent recevoir les mineurs avec encadrement et les publics prioritaires, tels que définis par le décret du 27 novembre (sportifs de haut niveau, sportifs professionnels, formation universitaire ou professionnelle, sur prescription médicale APA, personne à handicap reconnu MDPH avec

l'encadrement nécessaire), avec protocole sanitaire renforcé. L'ouverture dépend de la capacité à assurer et à faire respecter la mise en œuvre de ces protocoles, par le gestionnaire et/ou l'utilisateur. Précision : On assimile un ERP à la catégorie type X dès lors qu'il est couvert et clos.

IV.B.1. Doctrine générale

La gestion des équipements indoor est assimilable à celle en vigueur pour les piscines, que ces équipements soient privés ou publics. Le principe de la délégation de responsabilité de la surveillance aux associations (règlement des conventions de mise à disposition, règles incendie/évacuation, MS52) demeure.

C'est alors à l'association d'assurer la responsabilité de l'ERP et ici de l'application des règles sanitaires. La signature d'une convention ou protocole d'usage entre l'exploitant et l'utilisateur doit permettre de lister ces règles et/ou directives.

Toute personne de 6 ans ou plus porte un masque de protection (hors temps de pratique sportive) dans les établissements de type X, PA. Cette disposition ne concerne que les non pratiquants (accompagnants, encadrants), le port du masque demeurant incompatible avec l'activité physique.

La collectivité ou l'association gestionnaire doit être en mesure de maîtriser les flux (personnels et publics) entrants et sortants (registre/limitation) et la mise en œuvre des gestes barrières.

IV.B.2. Gestion du public - Règles de distanciation

Plusieurs zones sont à prendre en compte dans les équipements pour la distanciation spatiale et la régulation des flux :

- L'accueil et les zones de circulation

- Les vestiaires et sanitaires
- Les aires de jeu
- Les zones de gradins et les lieux de convivialité

IV.B.2.a) L'accueil et les zones de circulation

Les portes d'entrées non automatiques resteront ouvertes dans la mesure du possible pour éviter les contacts sur leurs surfaces.

En caisse (pour les activités individuelles payantes) :

- La distanciation spatiale sera marquée au sol et rappelée par des messages appropriés (caisse avec banque ou distributeur automatique).
- Une seule personne autorisée à la caisse en même temps, en cas de queue se formant, un agent veillera au maintien des distances jusqu'à l'extérieur, dès le parking les usagers seront informés des dispositions.
- Le paiement sans contact sera privilégié, l'appareil étant facile d'accès pour l'utilisateur, le caissier se trouvant derrière une paroi de protection transparente.

Les distributeurs de boissons, de friandises seront disponibles.

La vente en ligne, ou le rechargement de cartes est à promouvoir y compris pour l'achat d'entrées unitaires.

« La marche en avant » est à privilégier si le bâtiment le permet, dans tous les cas un couloir « aller » et un couloir « retour » devront être matérialisés pour éviter les croisements des personnes, en respectant la distance nécessaire. A défaut, un sens de sortie de l'équipement, distinct de celui de l'entrée est préconisé.

IV.B.2.b) Les vestiaires et sanitaires

L'ouverture des vestiaires est autorisée pour les publics prioritaires, tels que définis par le décret du 27 novembre (sportifs de haut niveau, sportifs professionnels, formation universitaire ou professionnelle, sur prescription médicale APA, personne à handicap reconnu MDPH avec l'encadrement nécessaire), avec protocole sanitaire renforcé. L'ouverture dépend de la capacité à assurer et à faire respecter la mise en œuvre de ces protocoles, par le gestionnaire et/ou l'utilisateur.

Afin de limiter les risques de contamination (boutons de porte, parois, matériels sportifs), le lavage des mains à l'entrée et à la sortie de l'établissement est imposé à tout public.

L'utilisation d'aspirateurs, et par extension l'utilisation des sèche-cheveux et sèche-mains, est déconseillée dans les établissements publics (risques de propagation importants).

IV.B.2.c) Les gradins et les lieux de convivialité

Fermés au moins jusqu'au 7 janvier 2021.

IV.B.2.d) Patinoires

Il faut noter qu'à ce jour, les patinoires classées de type X ne peuvent pas ouvrir au public, mais simplement aux publics prioritaires jusqu'au 15 décembre. Par contre les ERP de type PA peuvent ouvrir au public mineur et majeur en respectant la règle des 20 kms autour du domicile et des 3h.

A. ACCUEIL

1) Gestion de la file d'attente

- **Marquages au sol** permettant de respecter la distanciation sociale pour la clientèle dans les files d'attente / Filtrage des **halls d'accueil** avec distance de 1 m à matérialiser ;
- **Affichage avant l'entrée des règles d'hygiène de la patinoire**, et report dans tous les axes de passage des usagers ;
- Mise à disposition de produits pour les lavemains des toilettes avec **distributeur de gel hydroalcoolique** pour les usagers (espaces publics) à chaque entrée ;
- **Masques obligatoires.**

2) Accueil en caisse / distribution des patins de location

- **Barrière physique** transparente à l'accueil type plexiglass ;
- Système de remise et de rendu patins indépendant (marquage sur la banque patins), suivant configuration du site ;

- Mise à disposition de produits pour les lavemains des toilettes avec **distributeur de gel hydroalcoolique** pour les usagers (espaces publics) à chaque entrée ;

- Déterminer, **si possible**, une porte d'entrée différente de la porte de sortie ;

- **Masques obligatoires.**

3) Caisses / billetterie

- Favoriser la vente de **billets d'entrée en ligne** ou par distributeur automatique pour éviter les files d'attente devant l'établissement lors des pics de fréquentations. Privilégier le paiement en **CB sans contact**.
- **Possibilité d'identification des clients** (traçabilité) via les logiciels de contrôle d'accès, comme c'est déjà le cas pour les abonnements.

- **Masques obligatoires.**

B. VESTIAIRES

4) Vestiaires public

- **Désinfection régulière des points de contact sur les casiers ;**
- **Prêt du matériel pédagogique** avec désinfection régulière ;
- **Maintien de la distanciation sociale par information au client du respect des 1 m** (marquage au sol, affichage..);
- **Masques obligatoires.**

5) Autres dispositions en zone vestiaires collectifs.

Les vestiaires collectifs sont autorisés uniquement pour les publics prioritaires, les vestiaires individuels étant autorisés.

Pour les scolaires, en fonction du protocole sanitaire de l'EN.

Rappel des points importants:

- **Masques obligatoires ;**
- **Distanciation si possible (en fonction de la taille du vestiaire).**

6) Gradins et espaces de dégagement autour de la surface de glace

- Pour éviter la promiscuité et le regroupement de personnes, **et pour des questions de sécurité**, le stationnement prolongé autour des surfaces de glace doit être découragé par le personnel de surveillance ;
- Au maximum éviter les regroupements dans les gradins ou au bord de la rambarde. Le respect de la distance de 1 m entre les personnes est recommandé ;
- **Masques obligatoires.**

C. AIRE DE GLACE

- Port du masque **recommandé**.
- **Capacité d'accueil de la patinoire et du vestiaire public revue à la baisse** au regard de la distanciation sociale / **proposition de 80 % maximum de la FMI classique ;**
- **Éviter les contacts sur la glace =>** renforcer la présence d'un agent en bord de piste ;
- **Port des gants fortement recommandé pour la clientèle**, Plus de prêt de gants et de matériel de protection individuelle (prévoir une machine à distribution ou à la revente en caisse) ;
- Recommander d'utiliser certaines portes d'entrée de la rambarde de piste en « entrée » et d'autres en « sortie », mais les mêmes ne pourraient pas servir aux deux fonctions.

D. RESTAURATION

7) Petite restauration à emporter

- Si la buvette dispose d'un bail commercial, l'exploitant de la buvette répond aux consignes précisées par la réglementation ;
- Si la buvette est exploitée directement par l'exploitant de la patinoire, ou le club, celui-ci est responsable du respect des consignes de sécurité sanitaire et de la réglementation.

8) Pique-Nique

Les pique-niques sur les zones de repos des patinoires extérieures sont autorisés dans le respect de la réglementation et la limite de 1 m (exception du cadre familial). Si les conditions le permettent.

9) Restauration assise

L'ouverture de la restauration assise suivra les prescriptions du gouvernement en la matière.

E. DISPOSITIONS TECHNIQUES NETTOYAGE ET DÉSINFECTION

10) Nettoyage et désinfection

- **Désinfection du parcours usagers / clients =>** communication sur ces procédures ;
- **Désinfection totale chaque soir**, de la banque d'accueil et la banque patins + vestiaire public ;
- **Désinfection systématique des patins, des casques et du matériel pédagogique ;**
- **Utilisation de produits suivant la norme EN14476.**

11) Renouvellement d'air

- Si le système de gestion technique de la patinoire le permet, **part d'air neuf plus importante** dans le traitement de l'air ;
- **Aération** + traitement d'air de la zone d'accueil.

F. DISPOSITIONS ADMINISTRATIVES GÉNÉRALES

12) Règlement intérieur

Il est recommandé d'adapter le règlement intérieur de la patinoire aux nouvelles conditions d'accès par une annexe temporaire au règlement intérieur.

13) Gestion du personnel

- Suivant les prescriptions du code du travail et de la santé, salariés équipés des **outils de protection individuelle** (masques, gel, gants...);
- **Procédures d'assistance aux blessés** repensées pour limiter au maximum les contacts (hors cas grave).

F. RECOMMANDATIONS SUR L'ORGANISATION DES ACTIVITÉS / TYPES DE PRATIQUES

Afin de mieux gérer les flux d'usagers :

- possibilité de réservation de créneaux spécifiques pour les groupes (centres de loisirs), le matin ou en début d'après-midi par exemple ;
- proposition d'une adaptation des créneaux de séances publiques par tranches horaires (créneaux réduits).

C. Équipements sportifs de plein air (ERP de type PA)

Pour tous les ERP PA suivants, la pratique s'effectue selon le protocole de reprise édicté par la fédération délégataire et publié sur son site internet. Les pratiques auto-organisées s'effectuent selon le protocole en vigueur :

- Terrains de grands jeux ;
- Aires de jeux et aires sportives en accès libre ;
- Centres de tennis ;
- Boulodromes, Terrains de Beach, plaines de jeux ;
- Clubs de golf ;
- Centres équestres ;
- Bases de voile, activités nautiques ;
- Clubs et bases de canoë, kayak et sports de pagaie ;
- Équipements street-workout ou agrès extérieurs ;
- Autres espaces de pleine nature.

Voir le tableau des décisions sanitaires sur le site du ministère chargé des Sports :

MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS
Jeux
Paris
Paris

Déclinaison des décisions sanitaires pour le sport
valables du 28 novembre au 20 janvier 2021 (version au 14 décembre)

1/3

CATÉGORIES	Étape 1 28/11/2020	Étape 2 - 19/12/2020 fin du confinement	Étape 3 - 20/01/2021 si les conditions sanitaires le permettent
ATTESTATION	Obligatoire lors de toute sortie du lieu de confinement	Respect obligatoire du couvre-feu de 20h à 6h	En attente
Pratique sportive dans l'espace public (dont plages, lacs, rivières, parcs, forêts, montagnes...) dans le respect des protocoles applicables			
Personnes mineures Pratique auto-organisée sans contact	Autorisé dans le respect de 20 km, 3h, 1 fois/jour groupe de 6 personnes maximum	Autorisé groupe de 6 personnes maximum	Autorisé
Pratique encadrée sans contact	Autorisé sans limitation à 20 km, 3h, 1 fois/jour sans limitation de nombre de pratiquants	Autorisé sans limitation de nombre de pratiquants	
Personnes majeures Pratique auto-organisée sans contact	Autorisé dans le respect de 20 km, 3h, 1 fois/jour groupe de 6 personnes du même foyer maximum	Autorisé groupe de 6 personnes du même foyer maximum	Autorisé
Pratique encadrée sans contact	Autorisé dans le respect de 20 km, 3h, 1 fois/jour groupe de 6 personnes maximum encadrement inclus	Autorisé groupe de 6 personnes maximum encadrement inclus	
Publics prioritaires Sportifs professionnels, sportifs de haut niveau, groupes scolaires et périscolaires, formation universitaire ou professionnelle, sur prescription médicale APA, personne à handicap reconnu MDPH avec l'encadrement nécessaire	Autorisé sans limitation à 20 km, 3h, 1 fois/jour sans limitation de nombre de pratiquants	Autorisé sans limitation de nombre de pratiquants	Autorisé

Rappel: les activités physiques et sportives autorisées dans les établissements se déroulent dans le respect d'une distanciation physique de deux mètres, sauf pour les sports professionnels et DNF.
 Le port de masque est par conséquent produit la pratique sportive. De même, il est obligatoire avant et après.
 ERP de type A: Etablissement recevant du public couvert et clos - ERP de type PA: Etablissement recevant du public de plein air

0 800 130 000



A hand in a white golf glove is shown holding a white golf ball on a blue tee. The background is a warm, golden sunset over a grassy field. The text is overlaid on the upper right portion of the image.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA PRATIQUE SPORTIVE

dans le contexte de
l'épidémie de Covid-19

V. Recommandations sanitaires à la pratique sportive dans le contexte de l'épidémie de Covid-19

Au moment de la reprise ou au décours de la pratique sportive, tout sportif présentant des signes ou des symptômes évocateurs d'une atteinte par le Covid-19* est isolé et pris en charge médicalement comme les sujets non sportifs atteints de Covid-19.

1. Pour les personnes ayant contracté la Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ou symptomatologie évocatrice de la Covid-19), **une consultation médicale s'impose avant la reprise (la reprise de l'activité physique peut être examinée lors des consultations médicales de suivi du patient Covid-19)**. Celle-ci a pour objet de rechercher d'éventuelles complications liées à l'infection et de vérifier notamment l'intégrité de l'appareil cardiovasculaire et de la fonction respiratoire afin de s'assurer de l'absence de contre-indication à reprendre la pratique sportive. C'est le médecin qui autorise la reprise sportive et qui en fixe les modalités adaptées à l'état de santé du sportif.
2. Pour les personnes contact d'un cas confirmé, pas de reprise d'activité sportive avant 7 jours ; une consultation n'est pas nécessaire ensuite si pas de symptôme développé et test RT-PCR négatif pendant ces 7 jours. En cas de symptôme et confirmation Covid-19, voir le point 1.
3. Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été très modérée durant le confinement et/ou actuellement, et/ou présentant une pathologie chronique, **il est conseillé de consulter un médecin** avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.

Dans tous les cas précités, le démarrage ou la reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) et limiter ainsi les accidents, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

DANS TOUS LES CAS, IL CONVIENT DE TOUJOURS :

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

- douleurs thoraciques (dans la poitrine) ;
- dyspnée : essoufflement anormal ;
- palpitations : sensation que votre cœur bat trop vite ou irrégulièrement ;
- 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.

RESPECTER SCRUPULEUSEMENT LES CONDITIONS ET LES MODALITÉS DE PRATIQUE DES APS FIXÉES PAR LE GOUVERNEMENT EN APPLIQUANT NOTAMMENT LES MESURES BARRIÈRES ET LES RÈGLES DE DISTANCIATION PHYSIQUE :

En application du décret no 2020-1310 du 29 octobre 2020, dès qu'une activité physique ou sportive est pratiquée, qu'elle soit en intérieur ou en extérieur, la distanciation physique de 2 mètres doit être respectée à l'exception des sportifs professionnels et des sportifs de haut niveau.

Les mesures barrières doivent être maintenues :

- Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydroalcoolique ;
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc.) ;
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette...) doit être proscrit ;

- L'utilisation de matériels sportifs personnels est privilégiée, à défaut, le matériel sportif commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation ;
- Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives, il n'est donc pas recommandé selon l'avis du Haut conseil de la santé publique du 31 mai 2020. Il peut cependant se justifier dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées et si il est compatible avec la pratique de la discipline.

SUIVRE LES CONSEILS SUIVANTS :

- Respecter les 10 règles d'or des cardiologues du sport⁵ ;
- 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'AUTOMÉDIQUER À 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.

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

Retrouvez toutes nos infos sur :
sports.gouv.fr



Merci à



www.andiiss.org



www.andes.fr