

Protocole de Hygiène et sécurité dans le cadre du SARS-CoV-2 – COVID-19

1 Principes généraux de prévention

Dans le cadre de nos activités, les gestes barrières doivent strictement être respectés :

- Se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon ou par une friction hydroalcoolique.
- Se couvrir systématiquement le nez et la bouche en toussant ou éternuant dans son coude.
- Se moucher dans un mouchoir à usage unique à éliminer immédiatement dans une poubelle.
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades.
- Éviter de se toucher le visage, en particulier le nez, la bouche et les yeux.
- Respecter une distanciation physique entre chaque participant de 1m.
- Porter un masque dès lors que les règles de distanciation physique ne peuvent pas être garanties.
- Ne pas faire d'exercices entraînant une proximité des systèmes respiratoires : échange d'embouts, sauvetage, ...

Concernant la pratique d'activités d'organisation et les cours en salle, les solutions à distances sont à privilégier (audio ou vidéo conférence).

Il est important de noter que les autres éléments du protocole de sécurité restent applicables (mise en place d'un directeur de plongée, organisation des secours). Les premiers secours sont amendés par le protocole mis en place par la FFESSM (voir Annexe 1).

Dans le cadre de pratique dans d'autres lieux (fosses, clubs de plongée), il convient d'appliquer les règles particulières demandées par les autres organismes.

Les baptêmes doivent être pratiqués avec une vigilance particulière, notamment lorsque pour des besoins de sécurité (immersion) ou de pédagogie (essai respiratoire) la distanciation est impossible.

La douche savonnée reste obligatoire avant tout accès à la piscine. Cependant, la douche est interdite après la séance dans les locaux de la piscine et devra se faire au domicile de chacun (notamment en cas de contact avec un autre adhérent).

En cas symptomatique ou de cas contact, il est demandé à l'adhérent confirmer de notifier l'encadrement du club.

Pour toute question, les adhérents peuvent se rapprocher de l'encadrement du club (moniteurs, entraîneurs, CODIR).

2 Locaux

Le club s'assure de la mise en place des moyens suivants par la piscine :

- point d'eau, savon et essuie-mains à usage unique ou produit hydroalcoolique, notamment à proximité des vestiaires
- nettoyage désinfectant des vestiaires individuels réalisé au moins une fois par jour
- poubelle pour les mouchoirs et essuie-mains à usage unique

Les douches et vestiaires collectifs étant limités en capacité d'accueil, les douches et vestiaires individuels sont privilégiés et il est demandé de limiter le temps passé dans ces locaux afin de mieux gérer les flux.

Il est recommandé aux adhérents de porter leur maillot de bain à l'arrivée à la piscine. Les adhérents doivent respecter le flux indiqué (entrée dans les vestiaires, montée dans la partie supérieure de la piscine, entrée dans les douches) et uniquement sur autorisation de l'encadrement après vérification que le passage est possible. Dans l'éventualité de changement dans des espaces hors vestiaires, il est demandé d'utiliser des serviettes/ponchos.

À chaque passage aux WC ou au vestiaire, vous disposerez de lingettes et des produits pour désinfecter avant et après votre passage.

Les espaces suivants sont restreints en terme de personnes et les restrictions seront rappelées par affichage :

- Niveau piscine :
 - Local gonflage : 1 personne
 - Local matériel : 1 personne
 - Sanitaires : 2 personnes
- Niveau parking :
 - Local gonflage : 2 personnes
 - Local administratif : 2 personnes
- Niveau rotonde :
 - Vestiaires : 15 personnes
 - Salle de cours : 12 personnes

3 Planning et accès

Les horaires sont inchangés et rappelés ci-après :

	Apnée	Hockey	Plongée
Lundi		20h – 22h	20h – 21h (nage)
Mercredi		20h – 21h	20h – 22h
Jeudi	20h – 22h	20h – 22h	

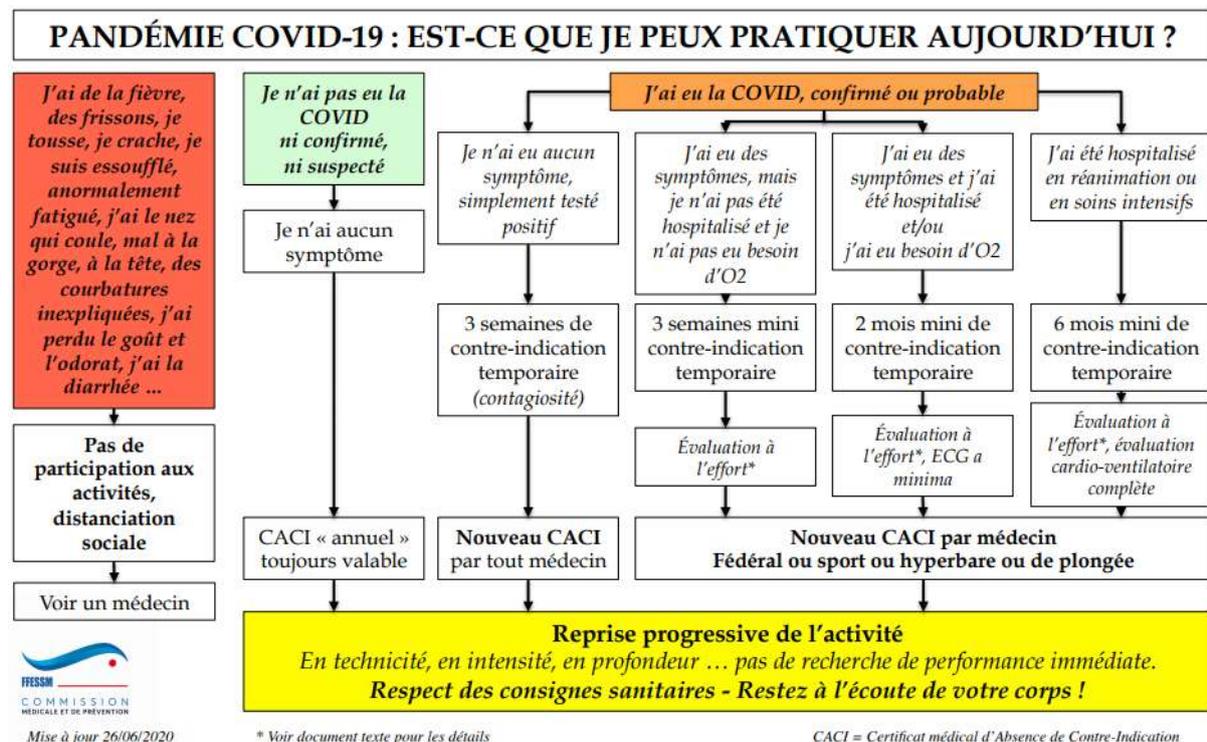
Il est demandé à chaque participant de terminer l'activité 20 minutes avant la fin de l'activité. Une vigilance particulière est demandée lors des regroupements et de porter le masque dans ces situations.

Le club restreindra l'accès en cas de manque d'encadrement, de dossier incomplet, de manquement aux consignes d'hygiène et sécurité ou en cas de symptôme déclaré. Le responsable de bassin pourra limiter le nombre de participants pour permettre de respecter les mesures d'hygiène et sécurité. A ce titre, une limitation des surfaces à un ratio de 1/4m² peut être utilisé.

Les adhérents devront pointer leur présence à chaque séance sur un registre dédié.

4 Inscriptions et démarches administratives

En complément de la fiche d'inscription et du CACI, les adhérents peuvent consulter le synopsis de la FFESSM sur la reprise de la pratique et doivent compléter le questionnaire CoVID 19 de la FFESSM (voir Annexe 2). Concernant le Questionnaire de Santé (questionnaire et une déclaration signée) rempli par les licenciés dont le CACI est valable 3 ans (hockeyeurs). Il est rappelé qu'uniquement les récépissés signés doivent être remis au club.



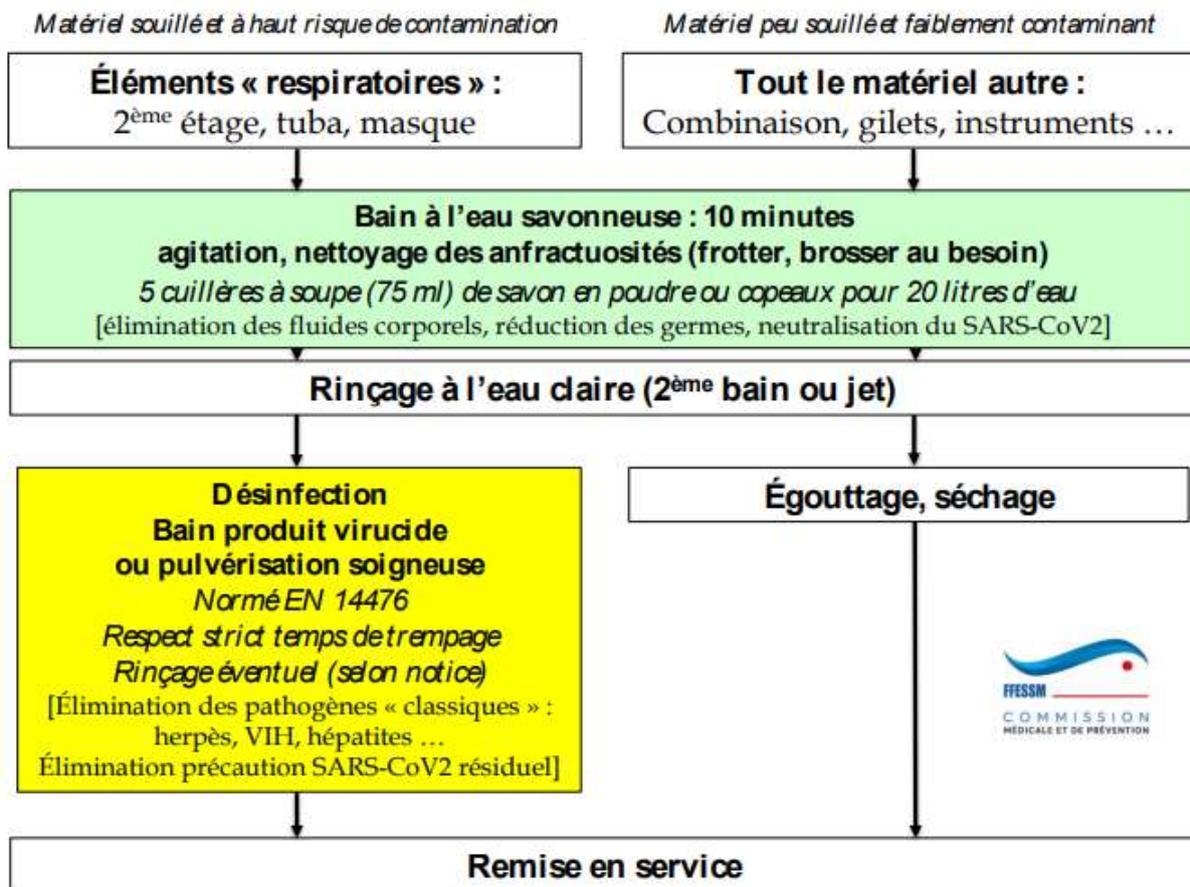
Il est préféré une inscription par voie numérique avec fourniture d'un scan des documents (carte de niveau, licence et certificat médical).

5 Matériel de plongée

L'usage d'équipement personnel est à privilégier et en cas de partage de matériel, la durée de non-utilisation sera maximisée (remettre l'équipement utilisé derrière). Il est demandé à chaque utilisateur d'apporter un sac pour ranger son matériel personnel. Ce sac pourra être stocké dans le local matériel.

Il est interdit de cracher dans les masques pour nettoyer la buée (utilisation de produits antibuée ou lavage au savon préalable).

Le club assure un rinçage et une décontamination systématique du matériel prêté (gilets, détendeurs, tubas, masques, poignées de bouteille, robinetterie, planches...) de la manière suivante :



L'adhérent effectue :

- Nettoyage du matériel (lavage, brossage et rinçage) dans les bacs verts
- Stockage du matériel non respiratoire
- Mise en place dans le bac de désinfection du matériel respiratoire dans les bacs blancs

L'encadrement met en place les éléments de désinfection et le stockage du matériel respiratoire.

La désinfection du matériel se fait via un produit respectant la norme virucide NF EN 14476 avec un temps d'application d'une heure.

Le matériel personnel ne doit être ni échangé ni partagé et le partage de matériel pendant l'activité (échange d'embouts) est proscrit.

Il doit être vérifié avant tout gonflage des blocs de s'assurer que la prise d'air est propre et non accessible à toute personne. Les opérations de gonflage et de manutention des blocs ont lieu à la fin de la séance et il est demandé à l'opérateur de :

- Nettoyer ses mains
- Porter masque et gants
- Désinfecter la robinetterie

6 Autres risques

Il est recommandé un reprise très progressives des activités physiques, d'abord par des activités terrestres. Dans un second temps, après évaluation de la tolérance à l'effort, la reprise très progressive des activités subaquatiques est permise avec les dispositions particulières suivantes :

- Plongée en scaphandre :
 - Plongées dans la courbe de sécurité les premières semaines, à moins de 20 mètres
 - Surveillance de ses sensations respiratoires et de sa consommation en particulier
 - Pas de recherche de profondeur
- Apnée :
 - Privilégier le travail sur le relâchement, la détente et le mouvement
 - Reprendre en dessous de son niveau habituel
 - Pas de recherche de performance
- Nage et hockey subaquatique :
 - Échauffement à soigner
 - Reprendre en dessous de son niveau habituel
 - Privilégier le travail de gestuelle et de mouvement
 - Privilégier le travail de fond (endurance aérobie)
 - Pas de recherche de performance

7 Sources

- <http://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportsguideequipementssportifs.pdf>
- FFESSM
- Plongée Plaisir
- <http://medical.ffessm.fr/wp-content/uploads/2020-05-15-CMPN-guide-pratiquant-reprise-activite%CC%81s-fe%CC%81de%CC%81rales.pdf>
- <http://medical.ffessm.fr/wp-content/uploads/CMPN-reprise-activit%C3%A9s-f%C3%A9d%C3%A9rales-06-2020.pdf>