FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES
SPORT-ADEPS.BE

Adeps
FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

Protocole pour les cycles sportifs

Mise à jour au 25 septembre 2020

Les 6 règles d'OR :

- ✓ Le maintien des règles d'hygiène élémentaires (lavage de main, ne pas faire la bise, ne pas serrer les mains,…) ;
- ✓ L'option des activités en plein air doit être privilégiée. En cas d'impossibilité, il convient d'aérer les locaux ;
- ✓ Le maintien des précautions d'usage vis-à-vis des personnes des groupes à risques ;
- ✓ Le maintien des distances sociales sauf avec les personnes habitant sous le même toit, les enfants de moins de 12 ans entre eux, ou les personnes faisant partie de la même « bulle élargie ». Si ce n'est pas possible, le port du masque est obligatoire ;
- ✓ Les experts conseillent à chacun de ne pas avoir à ce stade de contacts rapprochés avec plus de 5 personnes (hors foyer et par personne) par mois. Par contacts rapprochés, on entend un contact de plus de 15 minutes ;
- ✓ Les rassemblements non-encadrés comme les réunions de famille ou entre amis seront limitées à un maximum de 10 personnes (enfant de moins de 12 ans non-compris) dans le respect des règles sanitaires pour les personnes ne faisant pas partie de la bulle sociale.

Règles et recommandations spécifiques pour les cycles sportifs individuels :

- ✓ Reprise de tous les cycles sportifs sous réserve de l'autorisation des autorités communales compétentes ;
- ✓ Ne pas mélanger dans les groupes des enfants de moins de 12 ans avec des enfants de plus de 12 ans ;
- ✓ Les toilettes, distributeurs, et DEA doivent rester accessibles ;
- ✓ Lavage des mains avant et après l'activité ;
- ✓ Port du masque avant et après l'activité à partir de 12 ans ;
- ✓ Respect de la distanciation (1m50) ;
- ✓ Toutes les activités sportives (avec et sans contact) sont autorisées quel que soit l'âge des participants ;
- ✓ Règles d'hygiène :
  - Lavage des mains avant et après l'activité ;
  - Port du masque avant et après l'activité à partir de 12 ans si la distanciation ne peut être respectée ;
  - Respect de la distanciation (1m50) en dehors des activités ;
  - Le port du masque est obligatoire pour tout membre du personnel sportif et extra-sportif ;

- Pendant le temps d'activité, le port du masque est recommandé lorsque le moniteur parle à voix haute (en raison du risque plus élevé de projection de gouttelettes).

- ✓ Si vous présentez des symptômes, arrêtez immédiatement votre activité. Le patient doit s'isoler immédiatement pour 7 jours et prendre contact avec son médecin afin de passer un test le plus rapidement possible. Si le test est positif, la quarantaine (7 jours) continue et si le test est négatif, il est possible d'en sortir dès que sa situation clinique le permet ;
- ✓ Pour les personnes asymptomatiques qui ont eu un contact rapproché avec une personne positive, dès que la personne l'apprend ou est contactée par le contact tracing, elle se met immédiatement en quarantaine pendant 7 jours à compter du dernier jour où la personne a eu un contact rapproché avec la personne contaminée. Cela, seulement en cas de contact rapproché avec la personne positive. Un test unique est ensuite nécessaire au 5ème jour.
  S'il est positif, la quarantaine est reconduite de 7 jours. Si le test est négatif, la quarantaine s'arrête après le 7ème jour ;
- ✓ **Lors de ces cycles, les groupes d'activités seront de maximum 50 sportifs + les moniteurs ;**
- ✓ La bulle des 50 personnes doit être maintenue pendant toute la durée du cycle ;
- ✓ Les bulles ne peuvent se mélanger, maximum une bulle par plateau sportif ;
- ✓ Lorsqu'une structure présente plusieurs surfaces, une séparation physique pleine de minimum 1m80 de hauteur et sur toute la longueur commune aux surfaces doit être prévue ;
- ✓ Une liste de tous les participants et encadrants doit être tenue afin de permettre le traçage en cas d'infection ;
- ✓ Une personne de contact est désignée et son identification est rendue publique afin que les clients et les membres du personnel puissent signaler une éventuelle contamination par le coronavirus COVID-19 afin de faciliter le contact tracing.

Règles et recommandations spécifiques pour la pratique du sport en salle (fitness) – cycles sportifs de remise en forme - musculation:

- ✓ Les usagers doivent disposer de leur propre essuie pendant leur entrainement ;
- ✓ Une distance de 1m50 entre les appareils de fitness utilisés doit être prévue ;
- ✓ Les usagers doivent désinfecter les engins et machines avant et après chaque utilisation avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau) ;
- ✓ Les vestiaires sont accessibles :
  - La distance sociale doit être maintenue entre les usagers ;
  - Les vestiaires doivent être désinfectés en continu (conseil de na pas mettre les vestiaires à disposition si le personnel de nettoyage n'est pas disponible) ;
- ✓ Vérifier le bon fonctionnement des systèmes de ventilation et d'aération ;

- ✓ Si l'infrastructure a été occupée, faire suivre le nettoyage d'une désinfection (à l'eau de Javel diluée par exemple) des zones critiques, comme les poignées de porte, les interrupteurs, les robinets, les sanitaires, les rampes… ;
- ✓ En fonction de l'infrastructure, les entrainements et cours collectifs peuvent se dérouler par groupe de maximum 50 participants + moniteurs ;
- ✓ Prévoir une superficie de minimum 10m² par participant ;
- ✓ Lorsqu'une infrastructure présente plusieurs surfaces sportives, une séparation physique pleine de minimum 1m80 de hauteur et sur toute la longueur commune aux surfaces doit être prévue ;
- ✓ Il est recommandé que le moniteur qui encadre plusieurs groupes de 50 participants par semaine maintienne une distance de minimum 5m vis-à-vis de ses pratiquants ou s'équipe d'un matériel de protection (visière, écran plexiglass,…).

Mesures globales recommandées pour la mise en place des cycles sportifs:

- ✓ **Communication vers les tuteurs légaux et les stagiaires majeurs**
  - Mesures de prévention dont bénéficient les stagiaires et/ou leurs enfants ;
  - Port du masque (masque barrière en tissu) en dehors des activités sportives pour les enfants à partir de 12 ans ;
    - ➔ Pour les stagiaires, apporter 1 masque/jour.
  - Règlement d'ordre intérieur à respecter ;
  - Demande de déclaration sur l'honneur du bon état de santé de l'enfant et des proches qu'il a côtoyés ;
    - ➔ Texte: « Tout stagiaire ou membre de la famille vivant sous le même toit ayant présenté des symptômes de COVID endéans les 14 jours ou dont les derniers symptômes datent de moins de 72 heures se verront interdire l'accès au cycle afin d'éviter tout risque de contamination du groupe/silo/bulle » ;
  - Une personne de contact est désignée et son identification est rendue publique afin que les clients et les membres du personnel puissent signaler une éventuelle contamination par le coronavirus COVID-19 afin de faciliter le contact tracing.

- ✓ **Communication au sein de l'infrastructure (affiches)**
  - Afficher les gestes barrière et les règles en vigueur au sein du bâtiment : totem du Ministère à placer à l'entrée du bâtiment ;
  - Distanciation ;
  - Lavage des mains ;
  - Respect et rappel des horaires ;
  - Signalétique des différentes zones et des sens entrée-sortie.

- ✓ **Formation des encadrants**
  - Préalablement aux cycles, transmission d'un dossier explicatif de la gestion spécifique du cycle dont :
    - → Règles d'hygiène,
    - → Organisation globale,
    - → Gestion de la distanciation,
    - → Gestion des règles de sécurité,
    - → Activités pédagogiques spécifiques.
  - Briefing le premier jour du cycle rappelant les consignes transmises préalablement au cycle ;
  - S'informer des mesures mises en place au sein de la FWB via la page dédiée au coronavirus sur l'intranet (pour le personnel permanent).

- ✓ **Organisation géographique de l'espace**
  - Zone d'accueil avec sens d'entrée et de sortie (marquage au sol des distanciations sociales) ;
  - Zones extérieures par groupe (à privilégier) déterminées et délimitées afin d'éviter les mélanges de groupes (cloisons amovibles, ruban adhésif…) ;
  - Zones intérieures par groupe (toujours identique tout au long du cycle) à utiliser si impossible d'être à l'extérieur (par exemple mauvais temps).

- ✓ **Organisation logistique**
  - Groupes constitués selon les normes d'encadrement en vigueur ;
  - Un à deux moniteurs par groupe selon les normes d'encadrement en vigueur ;
  - Activités prioritairement extérieures ;
  - Respect des horaires ;
  - Rappel lors de chaque nouvelle séance des « bons comportements » à adopter.

- ✓ **Accueil des parents pour les cycles enfants**
  - Prévoir des horaires différents (rendez-vous) pour les divers groupes ou des lieux différents d'accueil de ceux-ci ;
  - Si lieu d'accueil similaire pour chaque groupe, prévoir une procédure de nettoyage entre chaque groupe ;
  - Prévoir les parkings (si plusieurs) en fonction des horaires d'arrivée et des lieux d'accueil.

- ✓ **Recommandations avant la pratique sportive**
  - Les règles d'hygiène restent d'application **<u>en dehors</u>** des activités sportives :
    - → Lavage des mains avant et après l'activité,
    - → Port du masque avant et après l'activité à partir de 12 ans,

→ Respect de la distanciation (1m50),

- Identification et affichage d'un horaire par groupe de dépôt et de reprise des stagiaires ;
- Prévoir un parcours de circulation afin de respecter la distanciation sociale à l'arrivée et au départ des participants.

✓ **Recommandations pendant la pratique sportive**

- Lorsqu'une structure présente plusieurs surfaces, une séparation physique pleine de minimum 1m80 de hauteur et sur toute la longueur commune aux surfaces doit être prévue ;
- Un circuit de déplacement spécifique à chaque centre sportif doit être prévu et doit permettre d'éviter les croisements ;
- Chaque stagiaire conserve **son** sac de sport à proximité en y laissant ses effets personnels à l'intérieur s'il n'y a pas de vestiaire disponible ;
- Collations et boissons personnelles ;
- Les fontaines d'eau sont interdites (en cas d'oubli, privilégier de petites bouteilles d'eau).

✓ **Recommandations après la pratique sportive**

- Lavage/désinfection des mains après l'activité ;
- Nettoyer et désinfecter tout le matériel partagé.

✓ **Gestion du matériel**

- Eviter l'échange de matériel entre les participants ;
- Tout le matériel et les vêtements apportés de la maison sont marqués au nom de l'enfant ;
- Désinfection du matériel personnel en début et fin de journée ;
- Pour le matériel partagé (exemple: agrès de gymnastique, barres d'étirement, …), à chaque passage de groupes différents, désinfection avant et après utilisation par l'encadrant ou le stagiaire avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau) ;
- Le cas échéant ou nettoyage impossible, laisser en quarantaine le matériel prêté durant 72h entre groupe différent.

✓ **Transport**

- L'ensemble des places assises peuvent être occupées ;
- Le port du masque est obligatoire.

✓ **Accueil et temps libre**

- Accompagnants (parents, tuteurs) dans la zone d'accueil uniquement ;
- Port du masque obligatoire aux accompagnants ;

- Port du masque obligatoire à partir de 12 ans ;
- Décalage des horaires de pause si plusieurs groupes afin d'éviter un maximum les croisements et les mélanges de groupes ;
- Collations et boissons apportées par le stagiaire, pas d'échange ;
- Pas de vente de snacks et de boissons ;
- Distributeur autorisé si présence de gel hydroalcoolique à côté ;
- Surveillance du respect des distances entre les jeunes âgés de plus de 12 ans ;
- Temps libre réduit, afin de privilégier les activités dirigées.

✓ **Hygiène**

- Désinfection des toilettes minimum 2x/jour ;
- Désinfection des zones intérieures utilisées (quotidiennement) et des surfaces de transfert (interrupteurs, clenches, boutons d'ascenseur, …) si possible 2x/jour) ;
- Les douches doivent être nettoyées après chaque passage d'un groupe ;
- Les stagiaires et membres du personnel doivent se laver les mains à l'eau et au savon (et en cas d'absence au gel hydroalcoolique) :
  - → en entrant et en sortant du bâtiment/internat,
  - → avant et après l'activité sportive,
  - → en sortant des sanitaires ;
- Des poubelles avec pédale et couvercles seront à privilégier dans les salles de sport, couloirs et sanitaires ;
- Maintenir le plus possible, les portes en position d'ouverture maximale sauf les portes qui doivent rester fermées pour raison de service et les portes coupe-feu, et ce, afin de manipuler le moins possible les clenches des portes.

✓ **Gestion du personnel**

- Chaque encadrant aura à sa disposition du gel hydroalcoolique ;
- Des masques seront mis à disposition si l'encadrant n'est pas en possession de son masque personnel ;
- Le travailleur se lavera les mains à son arrivée et à chaque moment prévu avec ses stagiaires ;
- Il respectera les règles de distanciation sociale et portera son masque avant et après les activités minimum.

✓ **Matériel supplémentaire à prévoir**

- Savon pour les mains en suffisance ;
- Serviettes en papier ;
- Poubelle avec couvercle à pédale ;
- Gel hydroalcoolique (en absence de point d'eau + savon) ;
- Rubalise ;
- Tape de marquage au sol ;
- Masques pour les moniteurs et les stagiaires de plus de 12 ans n'ayant pas leur personnel ;

- Produits de nettoyage et de désinfectants ;
- Parois pleines mobiles.

✓ **Ventilation**

- Ventiler un maximum les lieux ;
- Basculer la ventilation à la vitesse nominale au moins 2 heures avant le début de la période d'occupation des bâtiments et passer à une vitesse inférieure 2 heures après la fin de la période d'occupation de ceux-ci ;
- Basculer les unités de traitement d'air avec recirculation à 100% d'air neuf ;
- En cas d'inoccupation du bâtiment, ne pas désactiver la ventilation mais laisser les systèmes fonctionner à une vitesse réduite ;
- Assurer une aération régulière par les fenêtres (même dans les bâtiments à ventilation mécanique). Ouvrir les fenêtres uniquement en oscillo-battant lorsqu'il y a un danger de chute (aux étages) ;
- Ne pas oublier la fermeture des fenêtres en quittant le local en fin de journée ;
- Garder la ventilation des toilettes en fonctionnement 24H/24 et 7 jours/7 ;
- Eviter les fenêtres ouvertes dans les toilettes pour s'assurer du bon sens du flux d'air ;
- Ne pas modifier les points de consignes de chauffage, de refroidissement et d'humidification ;
- Prévoir une extraction à vitesse maximale dans les douches.

✓ **Sanitaires**

- Condamner un w-c/2, un urinoir/2, un évier/2 **ou** autoriser une seule personne à la fois dans chaque bloc sanitaire (selon la configuration des lieux) ;
- Organiser des pauses différentes lors des activités ;
- Prévoir un affichage dans les sanitaires indiquant qu'il faut tirer la chasse d'eau avec le couvercle de la cuvette fermé (utiliser le modèle disponible sur l'intranet) ;
- Eviter les siphons asséchés dans les receveurs de douche et autres appareils sanitaires en ajoutant régulièrement de l'eau ;
- Les sèche-mains électriques et les essuies mains en tissu sont proscrits au profit de serviettes jetables ;
- Sanitaires privatifs (en chambre) : pas de mesures particulières.

✓ **Flux de circulation à l'intérieur du bâtiment**

- Instaurer un sens de circulation dans les couloirs et les escaliers à savoir la marche à droite ;
- Prévoir une séparation physique ou un balisage au sol dans les couloirs et les escaliers d'une largeur supérieure à 3,50 m ;

- Si possible, prévoir une entrée et sortie distinctes pour le bâtiment/l'étage afin d'éviter le croisement ;
- Désactiver les sirènes d'alarme anti- intrusions sur les portes des sorties de secours des logements si celles-ci servent comme sortie dans le cadre d'un réaménagement des flux de circulation.

✓ **Alarme incendie**

- Test mensuel des sirènes d'alarme incendie à poursuivre / réaliser ;
- Exercice d'évacuation à postposer ;
- Point de briefing au démarrage ; expliquer les consignes en cas d'incendie, les sorties de secours, le point de rassemblement.

✓ **Premiers soins EqPIS – Covid-19**

- Local Infirmerie ;
- Prévoir un nombre suffisant de secouristes et d'EqPIs ;
- Informer des mesures à prendre de manière à dispenser les premiers secours en connaissant les directives nécessaires en matière de coronavirus ;
- Fournir le document (schéma d'intervention) proposé par Cohézio aux secouristes. A demander, le cas échéant, à Mme Rita SALERNO – rita.salerno@cfwb.be ;
- Rappel des symptômes Covid-19 et procédure de mise à l'écart d'un stagiaire ou un encadrant qui les manifeste ;
- Listing de médecins à contacter ;
- Isoler la personne dans le local ad hoc jusqu'à son départ de l'infrastructure.

✓ **En cas de symptômes**

- Le patient doit s'isoler immédiatement pour 7 jours et prendre contact avec son médecin afin de passer un test le plus rapidement possible. Si le test est positif, la quarantaine (7 jours) continue et si le test est négatif, il est possible d'en sortir dès que sa situation clinique le permet ;
- Pour les personnes asymptomatiques qui ont eu un contact rapproché avec une personne positive, dès que la personne l'apprend ou est contactée par le contact tracing, elle se met immédiatement en quarantaine pendant 7 jours à compter du dernier jour où la personne a eu un contact rapproché avec la personne contaminée. Cela, seulement en cas de contact rapproché avec la personne positive. Un test unique est ensuite nécessaire au 5ème jour.
  S'il est positif, la quarantaine est reconduite de 7 jours. Si le test est négatif, la quarantaine s'arrête après le 7ème jour.

- ✓ **Contact Tracing (suivi des contacts)**
  - Si un stagiaire ou un membre du personnel est diagnostiqué Covid-19 par son médecin ou est testé positif, un agent de prévention Covid-19 prévu par les Autorités prendra contact avec la personne diagnostiquée (via le 02/214.19.19 ou par SMS 8811) ;
  - Il faut pouvoir lui donner les renseignements suivants :
    → la liste des personnes avec qui elle a été en contact : nom, prénom, téléphone et courriel,
    → si le 1,50 m a été ou pas respectée,
    → si durée du contact > 15 min ;
  - Il doit également pouvoir donner :
    → Pour les cycles sportifs ADEPS : les coordonnées du/de la Directeur/trice (ou son/sa remplaçant(e) ;
  - Ces derniers doivent tenir une liste à jour, par groupe avec les informations suivantes : nom, prénom, téléphone et GSM, courriel des personnes et pouvoir la remettre à l'agent de prévention Covid 19.