LIVRET LICENCIE

Consignes CORONAVIRUS / COVID 19

14 décembre 2020

INTERNE

SOMMAIRE

Revenir au sommaire

Introduction + message lié à la traçabilité obligatoire

Questionnaire d'auto-évaluation santé

Les pratiques à renforcer (la minute prévention COVID 19 & la vigilance partagée)

Check-list « La minute prévention COVID 19 » (au moins chaque entrainement)

Consignes générales

- 1- Les 9 bons réflexes pour rester ensemble, en sécurité et en bonne santé vert, orange, rouge
- 2- Gestes barrières
- 3- Lavage des mains
- 4- Déplacement / Utilisation des véhicules
- 5- Utilisation des espaces communs
- 6- Habillage / Déshabillage / Nettoyage des équipements
- 7- Règles sur le port de masque Pandémie COVID-19
- 8- Que faire face à une personne ayant les symptômes du Covid-19 ?
- 9- Equipements
- 10- Comment réagir en cas de suspicion
- 11- Contact étroit avec un malade du COVID-19
- 12- Identification des cas contacts

Consignes FFRS / Mairie

- Les différentes consignes FFRS et Mairie

Consignes spécifiques

- Gestes à adopter chez soi en période de confinement (à titre indicatif)

Date	Commentaires/Révisions
26/08/2020	Création
11/09/2020	Mise à jour – Consignes générales : §1, §5, §6
14/12/2020	Mise à jour – Consignes générales : $1, $4, §6, §7

Revenir au sommaire

INTRODUCTION & TRACABILITE OBLIGATOIRE

En cette période de Pandémie liée au COVID-19, ce document permet d'apporter à chaque licencié les consignes obligatoires à respecter pour se prémunir soi-même et éviter la propagation du virus au sein du club des Frelons de Varces. Il est rédigé en conformité avec les recommandations gouvernementales & FFRS liées à cette pandémie.

Ce livret est présenté lors de la réunion COVID-19 par le bureau ou entraineur ou référent COVID à chaque équipe.

En cas de doute sur les consignes ou leurs conditions d'application, en référer immédiatement au référent COVID ou au bureau.

Ce livret donne par ailleurs des conseils et recommandations (à titre informatif) pour la prévention de la pandémie dans la vie privée aussi. Ces recommandations ne remplacent en aucun cas celles des autorités officielles qui doivent être scrupuleusement respectées.

Référent COVID Frelons : Didier MARTOIA
Tel : 06 30 15 65 34
Mail : d.martoia@yahoo.fr

Ce document a été remis à chaque licencié
……

En date du : 07/09/2020
Par : mail via l'@ frelonsdevarces@gmail.com

Revenir au sommaire

QUESTIONNAIRE D'AUTO-ÉVALUATION SANTÉ

En cette période d'épidémie liée au COVID-19, ce questionnaire a pour objectif de limiter la propagation du virus en détectant avant l'entrée dans le gymnase les licenciés qui présenteraient des symptômes du COVID-19. Ces dernières 24 heures :

- Pensez-vous avoir, ou avoir eu, de la fièvre (frissons, sueurs) ? □ Oui □ Non
- Avez-vous des courbatures ? □ Oui □ Non
- Avez-vous une toux, ou une augmentation de votre toux habituelle ? □ Oui □ Non
- Avez-vous noté une forte diminution, ou perte, de votre goût ou de votre odorat ? □ Oui □ Non
- Avez-vous eu mal à la gorge ? □ Oui □ Non
- Avez-vous eu de la diarrhée ? (Avec au moins 3 selles molles) □ Oui □ Non
- Ressentez-vous une fatigue inhabituelle ? □ Oui □ Non
- Avez-vous noté un manque de souffle INHABITUEL lorsque vous parlez ou faites un petit effort ? □ Oui □ Non
- Avez-vous été en contact, dans les 15 derniers jours, avec une personne positive au COVID-19 ou ayant eu les symptômes : toux et fièvre associés ? □ Oui □ Non

La présence d'un, ou surtout de plusieurs de ces symptômes, constitue une alerte.

Avant de partir de chez-vous, faites votre auto-évaluation :

Si vous répondez oui à une et surtout à plusieurs questions.

- **Restez chez-vous, alertez votre référent COVID de section ou le référent COVID principal (information disponible en 1ère page)**
- **Contactez votre médecin traitant ou appelez le numéro de permanence de soins COVID de votre région (Vous pouvez bénéficier d'une téléconsultation).**

Si les symptômes s'aggravent avec des difficultés respiratoires et des signes d'étouffement, appelez le Samu-Centre 15.

Revenir au sommaire

LES PRATIQUES A RENFORCER (LA MINUTE PRÉVENTION COVID 19 & LA VIGILANCE PARTAGÉE)

La minute prévention COVID 19

Au-delà de vérifier que les conditions sont réunies pour effectuer leur entrainement, les entraineurs et joueurs s'assurent que les gestes barrières sont strictement applicables

Si avant, ou pendant l'entraînement les conditions pour respecter les Gestes Barrières ne sont plus remplies : j'arrête mon entraînement et j'en réfère à mon Référent COVID 19

La vigilance partagée

Je suis vigilant à ma santé et à celle des autres.
Si je constate qu'un de mes coéquipiers, parents, entraineurs ou tiers, ne respecte pas les gestes barrières : je l'interpelle avec bienveillance.
J'accepte en retour d'être interpelé sur mes actes et comportements, s'ils ne sont pas conformes aux gestes barrières.

Revenir au sommaire

CHECK-LIST « LA MINUTE PREVENTION COVID » – au moins à chaque entrainement

En cette période d'épidémie liée au COVID-19, ce document permet à chaque licencié de vérifier, avant de démarrer son activité, que les conditions d'entrainement respectent les préconisations et consignes applicables.

Si vous répondez **OUI** à toutes les questions → **vous pouvez vous entrainer**

Si une des réponses aux questions est **NON** :

- **Suspendez** votre entrainement
- **Contacter immédiatement votre responsable COVID groupe ou référent COVID qui vous donnera une instruction appropriée pour vous entrainer en sécurité ou annulera l'entrainement**

MESURES OBLIGATOIRES LIEES AU COVID-19	OUI / NON
Ai-je connaissance des consignes contenues dans le livret licencié COVID 19 ?	
Est-ce que j'ai la possibilité de me laver les mains ? (mise à disposition gel hydroalcoolique ou savon + eau)	
Est-ce que les entraineurs ont mis leur masque pour mon entrainement ?	
Ai-je la possibilité de désinfecter les équipements et matériels partagés ?	
Des poubelles et/ou des sacs fermés sont-ils disponibles ?	

Revenir au sommaire

FAIBLE

Covid-19 : 9 bons réflexes pour rester ensemble, en sécurité et en bonne santé, en zone verte

La prévention avant tout

Continuons à nous laver les mains fréquemment, à pratiquer la distanciation physique, à éternuer dans notre coude, à éviter tout contact étroit et à utiliser des mouchoirs à usage unique à jeter immédiatement.

Conservons le masque, Protection essentielle

Le port du masque est obligatoire dans le gymnase, mais pas pendant la pratique.

Allons au gymnase

L'accès au gymnase est autorisé pour tous les joueurs ne présentant pas de symptômes.
Les parents sont autorisés dans les mêmes conditions.

Gardons les mêmes équipements

Nous gardons le même matériel mis à disposition. Nettoyons les espaces de repos après utilisation. Ventilons aussi les espaces au moins 15 minutes après usage.

Veillons les uns sur les autres

Lorsque nous constatons chez nos coéquipiers un oubli ou un relâchement dans l'application des règles, n'hésitons pas à leur en faire part courtoisement. Acceptons en retour qu'un coéquipiers nous interpelle lorsque nous oublions d'appliquer la règle, il en va de l'intérêt de tous.

Surveillons nos symptômes

Vérifions notre température avant chaque entrainement.
En cas d'apparition de symptômes, restons à notre domicile ou retournons-y, contactons immédiatement un médecin.

Séparés, ensemble

Respectons la distance physique d'un mètre minimum, tant que nous ne sommes pas sur le terrain pour les joueurs et à tout moment pour les entraineurs.

Réunissons-nous

Nous pouvons organiser des réunions physiques à condition de respecter la distance physique minimale d'un mètre, les gestes barrières et de nettoyer les tables et les chaises. Il n'y a pas de limite sur le nombre de personnes autorisées,

Voyageons prudemment

Les déplacements sont validés autorisés, Pour tous les déplacements, nous respectons les conditions et les recommandations spécifiques des compagnies de transport, ainsi que les gestes barrières.. Le partage de véhicule est autorisé à condition de porter un masque et de ventiler le véhicule régulièrement.

ZONE VERTE (IMPACT FAIBLE) | ZONE ORANGE (IMPACT MOYEN) | ZONE ROUGE (IMPACT ÉLEVÉ)

14 Décembre 2020

Revenir au sommaire

Covid-19 : 9 bons réflexes pour rester ensemble, en sécurité et en bonne santé, en zone orange

La prévention avant tout

Continuons à nous laver les mains fréquemment, à pratiquer la distanciation physique, à éternuer dans notre coude, à éviter tout contact étroit et à utiliser des mouchoirs à usage unique à jeter immédiatement.

Conservons le masque, Protection essentielle

Le port du masque est obligatoire en permanence mais pas pendant la pratique.

Allons au gymnase

L'accès au gymnase est autorisé pour tous les joueurs ne présentant pas de symptômes.
Les parents ne sont pas autorisés à l'intérieur.
Ils restent à l'extérieur avec port du masque obligatoire aux abords du Gymnase (25m).

Gardons les mêmes équipements

Nous gardons le même matériel mis à disposition.
Nettoyons les espaces de repos après utilisation.
Ventilons aussi les espaces au moins 15 minutes après usage. Un nettoyage renforcé des équipements partagés sera effectué.

Veillons les uns sur les autres

Lorsque nous constatons chez nos coéquipiers un oubli ou un relâchement dans l'application des règles, n'hésitons pas à leur en faire part avec courtoisie.
Acceptons en retour qu'un coéquipiers nous interpelle lorsque nous oublions d'appliquer la règle, il en va de l'intérêt de tous.

Surveillons nos symptômes

Vérifions notre température avant chaque entrainement.
En cas d'apparition de symptômes, restons à notre domicile ou retournons-y, contactons immédiatement un médecin.

Séparés, ensemble

Respectons la distance physique d'un mètre minimum, tant que nous ne sommes pas sur le terrain pour les joueurs et à tout moment pour les entraineurs.

La distance n'est pas un obstacle

Privilégions les réunions à distance.
Si nous devons impérativement nous réunir physiquement, n'utilisons dans la salle de réunion qu'un siège sur 2, limitons le nombre de participants à 14 personnes, respectons une distance physique d'un mètre, le port du masque, le nettoyage du matériel et les gestes barrières.

Voyageons prudemment

Les déplacements sont validés autorisés,
Le partage de véhicule est autorisé à condition de porter un masque et de ventiler le véhicule régulièrement.

ZONE VERTE (IMPACT FAIBLE) | ZONE ORANGE (IMPACT MOYEN) | ZONE ROUGE (IMPACT ÉLEVÉ)

14 Décembre 2020

ÉLEVÉ

Revenir sommaire

MAJ

Covid-19 : 9 bons réflexes pour rester ensemble, en sécurité et en bonne santé, en zone rouge

La prévention avant tout

Continuons à nous laver les mains fréquemment, à pratiquer la distanciation physique, à éternuer dans notre coude, à éviter tout contact étroit et à utiliser des mouchoirs à usage unique à jeter immédiatement.

Conservons le masque, Protection essentielle

Le port du masque est obligatoire en permanence mais pas pendant la pratique.

L'accès au Gymnase dépend des décisions de la mairie

Une communication sera faite si l'accès est interdit. Les parents ne sont pas autorisés à l'intérieur. Ils restent à l'extérieur avec port du masque obligatoire aux abords du Gymnase (25m).

Gardons les mêmes équipements

Nous gardons le même matériel mis à disposition. Nettoyons les espaces de repos après utilisation. Ventilons aussi les espaces au moins 15 minutes après usage. Un nettoyage renforcé des équipements partagés sera effectué.

Veillons les uns sur les autres

Lorsque nous constatons chez nos coéquipiers un oubli ou un relâchement dans l'application des règles, n'hésitons pas à leur en faire part avec courtoisie. Acceptons en retour qu'un coéquipiers nous interpelle lorsque nous oublions d'appliquer la règle, il en va de l'intérêt de tous.

Surveillons nos symptômes

Vérifions notre température avant chaque entrainement. En cas d'apparition de symptômes, restons à notre domicile ou retournons-y, contactons immédiatement un médecin.

Séparés, ensemble

Respectons la distance physique d'un mètre minimum, tant que nous ne sommes pas sur le terrain pour les joueurs et à tout moment pour les entraineurs.

La distance n'est pas un obstacle

Toutes les réunions sont organisées à distance.

Ne voyageons pas

Tous les déplacements sont interdits en dehors de PACA

ZONE VERTE (IMPACT FAIBLE) | ZONE ORANGE (IMPACT MOYEN) | ZONE ROUGE (IMPACT ÉLEVÉ)

14 Décembre 2020

Revenir au sommaire

2- Les gestes barrières :

- Saluer sans se serrer la main et sans embrassades
- Se tenir à une distance d'au **moins 1 mètre** les uns des autres
- Se laver très régulièrement les mains avec : du savon et de l'eau, ou du gel hydroalcoolique ; a minima à chaque début et fin d'entrainement
- Tousser, ou éternuer, dans son coude ou dans un mouchoir
- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter
- Eviter de se toucher : les yeux, le nez, ou la bouche ; quand les mains ne sont pas lavées
- Se tenir informé des informations / consignes internes

Gestes complémentaires

- Ne pas porter d'objet à la bouche
- Interdiction absolue de cracher
- Désinfecter : les outils et équipements partagés ; avant et après chaque usage (équipements, plots, …)
- Privilégier l'ouverture des portes avec le coude
- Utiliser des poubelles avec sac plastique ou sac fermé pour les masques souillés, les essuie-mains et chiffons jetables de nettoyage

Si vous avez de la température : restez chez vous, contactez un médecin par téléphone, ne pas se rendre aux urgences, ne pas appeler le 15.

Revenir au sommaire

3- Lavage des Mains : Eau + Savon à privilégier // Gel Hydroalcoolique (étapes 2,3,4,5)

Au début et à la fin de chaque entrainement

Mouillez-vous les mains avec de l'eau

Versez du **savon** dans le creux de votre main

Frottez-vous les mains **30s :** **doigts, paumes, dessus des mains, poignets**

Entrelacez vos mains pour nettoyer la zone **entre les doigts**

Nettoyez **également les ongles**

Rincez-vous les mains **sous l'eau**

Séchez-vous les mains avec un **essuie-mains** à usage unique

Fermez le robinet avec **l'essuie-main** puis jetez-le dans une poubelle

Jeter l'essuie-main dans une poubelle avec sac plastique

Les gels hydroalcooliques sont des produits chimiques. Assurez-vous que le gel s'est évaporé avant d'entreprendre toute tâche

Revenir sommaire

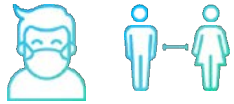
MAJ

4 - Les déplacements / l'utilisation des véhicules

Privilégier les moyens de transport individuels aux transports collectifs

Connaitre et respecter les dispositions complémentaires en vigueur suivant les villes et spécificités locales/préfectorales

Utilisation des transports en commun (bus, tram, RER, train)

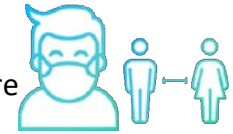


- Porter un masque selon les recommandations des autorités locales
- Respecter les gestes barrières et en particulier la distance de 1 mètre minimum entre passagers,
- Ne pas porter votre main à votre visage (bouche, nez, yeux)
- Se laver les mains dès votre arrivée au gymnase ou à votre domicile

Utilisation des véhicules

- Se laver les mains avant de monter dans le véhicule (conducteur et passagers), port du masque obligatoire si passager
- A chaque déplacement le chauffeur en titre doit désinfecter son véhicule (voir consigne « nettoyage désinfection véhicule)

Transport de passagers



- **Zone Verte**, Impact Faible : Masque pour chaque personne
- **Zone Orange**, Impact Moyen : Masque pour chaque personne + Respect des règles de distanciation de 1 mètre minimum
- **Zone Rouge**, Impact Elevé : Masque pour chaque personne + Respect des règles de distanciation de 1 mètre minimum
- Interdire l'accès à toute personne présentant les symptômes du Covid-19 (fièvre, nez qui coule, toux, éternuements…)

Revenir au sommaire

5- Utilisation des espaces communs : hall d'entrée, vestiaires et douches, sanitaires

APPLIQUER LES GESTES BARRIÈRES ET LES MESURES DE DISTANCIATION

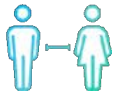
Porter un masque

Se laver/désinfecter les mains

Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir

Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter dans des poubelles dédiées

Saluer sans se serrer la main
Pas d'embrassades



Respecter, en toutes circonstances, une distance d'au moins 1 mètre entre les personnes.

ADAPTER LES PRATIQUES, LES ÉQUIPEMENTS, LES LOCAUX

- Organisation, Roulement
- Mode opératoire
- Marquage
- Capacité par espace

Je respecte les affichages de l'espace

Et j'applique les consignes

- Nettoyage et désinfection du lieu
- Propreté individuelle
- Ventilation
- Matériels communs, individuels
- Fermeture d'espace

Capacité nominale d'accueil simultanée	300 personnes

Fréquence de nettoyage et de désinfection	1 fois / j.

DOUCHES ET VESTIAIRES FERMES

SANITAIRES OUVERTS

6- Habillage / Déshabillage / Nettoyage des équipements

- <u>Habillage</u>:

- Le joueur doit venir avec des vêtements « contact peau » (tee-shirt, sous-vêtement, 4 pattes,….).
- L'équipement de roller Hockey est considéré comme un vêtement « de surface ».
- Les vestiaires ne sont pas accessibles.
- L'habillage se fait donc
    - au domicile avant de sortir, en dehors des pièces de vie.
    - devant le gymnase (interdiction de se dévêtir entièrement).
    - sur la première partie des gradins, marches une et deux.
    - une fois l'habillage fini je dépose mes affaires sur la dernière partie des gradins (fond du gymnase), marches une et deux.
- Je rentre par la porte principale du gymnase.
- L'entraineur désinfecte avec les lingettes mises à disposition la première partie des gradins, marches une et deux. (une fois les joueurs partis de la zone)

- <u>Déshabillage</u> :

- Les vestiaires et les douches ne sont pas accessibles.
- Le déshabillage se fait donc
    - au retour au domicile, déshabillage des vêtements « de surface » + chaussures en dehors des pièces de vie.
    - devant le gymnase (interdiction de se dévêtir entièrement).
    - sur la dernière partie des gradins (fond du gymnase), marches une et deux.
- Je sors par la porte donnant sur le terrain de foot (fond du gymnase par l'arrière).
- L'entraineur désinfecte avec les lingettes mises à disposition la première partie des gradins, marches une et deux. (une fois les joueurs partis de la zone)

- <u>Nettoyage</u> :

- Pour les vêtements « contact peau » :
    - à 60°C pendant au moins 30 mn pour les vêtements qui le supportent (voir étiquette) séparés des vêtements de la famille.
    - Pour les autres vêtements non lavables à 60°C stockage en sac plastique fermé 24h avant lavage.
- Pour les vêtements « de surface » :
    - L'équipement (gants, coudières, jambières, gaine, …) doit rester en dehors du lieu d'habitation. En fonction de leur matière et des notices fabricants, ils peuvent être désinfectés.
    - Le club désinfecte tous le matériel mis à disposition.

Revenir sommaire

MAJ

7 - Règles sur le port de masque Pandémie COVID-19

Ces consignes sont applicables au gymnase pour tous les licenciés, parents, entraineurs.

- **Masque Frelons :** le club a acheté des masques à son effigie, ils sont commandables depuis la boutique.
- **Le Masque :** destiné à éviter, lors de l'expiration de celui qui le porte, la projection de sécrétions des voies aériennes supérieures ou de salive pouvant contenir des agents infectieux transmissibles :
- **Comment faire ?**

Se laver les mains

Mettre le masque dans le bon sens

(bord rigide en haut et face blanche vers soi)

Attacher le haut de son masque ou mettre les élastiques derrière les oreilles

Pincer le bord rigide avec les deux mains pour l'ajuster à son nez

Attacher le bas du masque si les liens ne sont pas élastiques et mettre en place le bas du masque en dessous du menton

Se laver les mains

Pour retirer le masque, ne toucher que les attaches

Ne pas ramener le masque usagé à son domicile si masque jetable

Jeter à la poubelle et se laver les mains

Dans le cadre des mesures de prévention à la COVID 19, **le respect des mesures barrières, notamment la distance minimale de 1m, doit rester la priorité absolue,** sauf en cas lors de la pratique de l'activité.

Niveau d'Impact Vert (faible) Orange (moyen) ou Rouge (élevé) : Le port du masque est obligatoire en permanence

Revenir au sommaire

8- Que faire face à une personne ayant les symptômes Covid-19 ?

Si une personne dans le gymnase présente les symptômes suivants : difficultés respiratoires, toux, fièvre supérieure à 38°C

- Informer : l'entraineur, les contacts de la personne et le Référent COVID 19
- Isoler la personne dans une pièce isolée, rester avec cette personne en conservant une distance minimum d'1 m.
- Lui fournir un masque chirurgical neuf, lui demander de se laver ou se désinfecter ses mains, et lui demander de porter immédiatement un masque. **Ne pas lui mettre le masque**.
- Demander à la personne de prévenir son médecin traitant, ou un médecin par téléconsultation, qui indiquera la marche à suivre.
  En cas de difficultés respiratoires sévères, appeler le 15 directement.

Après le départ de la personne :

- Aérer la pièce, ouverture d'une fenêtre et de la porte pour créer un courant d'air.
- Le local sera nettoyé et désinfecté

Pour votre retour à domicile :

- Si vous avez été en contact avec cette personne, prenez soin de retirer vos vêtements et chaussures avant de rentrer dans les pièces de vie.
- Vos vêtements devront être lavés selon la consigne « lavage des vêtements ».

Revenir au sommaire

9- Equipement

- Privilégier les équipements individuels et éviter le partage au maximum.

A CHAQUE PRISE DE MATERIEL

- En cas de partage de matériel:
  - Seuls les entraineurs posent le matériel avec leurs gants de hockey
  - Désinfecter les matériels avant et après utilisation
  - Se laver les mains avant et après utilisation

NETTOYAGE / DÉSINFECTION

- Les matériels doivent être nettoyés régulièrement, avant et après chaque utilisation avec du désinfectant.
- Utiliser au choix pour la désinfection :
  - lingettes désinfectantes.
  - chiffon/papier à usage unique et spray désinfectant.
  - chiffon/papier à usage unique imprégné d'une solution d'eau de javel avec une concentration de chlore de 0,5%.

RANGEMENT

- Ranger correctement les outils en fin d'utilisation
- Les chasubles doivent être désinfectés
- Se laver les mains après les manutentions

Revenir au sommaire

11- Contact étroit avec un malade du COVID-19

Une personne « contact étroit » est une personne qui soit a partagé le même lieu de vie qu'une personne infectée, soit a été en contact direct à moins d'un mètre lors d'une discussion, d'une toux, d'un éternuement avec une personne infectée, en l'absence de mesures de protection

Si j'ai été en contact étroit ou si je vis avec un malade du COVID-19 et j'ai des symptômes :

- Je m'isole à mon domicile, et je préviens immédiatement le référent COVID du club ou du groupe.
- Je contacte immédiatement mon médecin traitant avant d'appeler le cas échéant le 15.
- J'évite tout contact avec mon entourage.
- J'applique les gestes barrières.

Si j'ai été en contact étroit ou si je vis avec un malade du COVID-19 et je n'ai pas de symptôme :

- Je m'isole à domicile, et je préviens immédiatement le référent COVID du club ou du groupe.
- Je prends contact avec mon médecin par téléphone pour évoquer avec lui ma situation et la conduite à tenir.
- J'applique les gestes barrières.

- Je prends ma température 2 fois par jour et j'auto-surveille les symptômes de la maladie.

Revenir au sommaire

12- Identification des cas contacts

Julien potentiellement malade

Lisa Entraineur de Julien

Elodie Joueur, Parent, non identifié comme cas contact

Antoine Joueur, Parent, **Identifié comme Cas contact**

Didier **Référent COVID**

- Prévient Lisa
- S'isole et contacte son médecin traitant
- Rentre à son domicile

- Prévient son référent COVID
- Identifie les personnes contacts grâce au tableau de présence
- Prévient **Antoine**, personne contact potentiellement contaminée

- Prévient les personnes contacts potentiellement contaminées

- Reçoit un appel de **Didier** et applique ses instructions
- Applique les gestes barrières chez lui

- N'est pas concernée par la procédure

Test Positif

- Est isolé. Le médecin traitant précisera la fin de l'isolement et le retour à l'entrainement
- Participe à l'identification des contacts

- Reste en contact avec Antoine et Julien
- Se tient à la disposition du référent COVID

- Reste en contact avec Antoine et Julien

- Par précaution réalise un test PCR
- Est isolé

Test Négatif

- Reprise de l'entrainement

Revenir au sommaire

Les différentes consignes FFRS et Mairie

- Respecter les consignes gouvernementales
- Désigner un Référent COVID-19 **Pour comprendre son rôle** : http://ffroller.fr/wp-content/uploads/affiche-a3-rôle-référent-covid.pdf
- Le club se doit d'organiser l'accueil des joueurs dans les lieux de pratique
    - Se renseigner auprès de la préfecture
    - Se renseigner auprès de la mairie
- Le club se doit d'organiser l'accueil du public extérieur visiteur
- Obligation des pratiquants à prendre connaissance du présent protocoles et à le respecter
- Affichage du kit communication

Retrouvez le protocole complet sur la page : http://ffroller.fr/la-ffrs-vous-informe

- L'organisation générale des équipements sportifs est soumise aux protocoles et préconisations spécifiques émises par la FFRS.
- Les vestiaires collectifs sont interdits pour le change et l'utilisation des douches.
- Les usagers devront venir équipés (sans les rollers aux pieds afin de ne pas abimer le sol du gymnase).
- Le lavage des mains à l'entrée et à la sortie du gymnase est imposé à tous.
- L'accès aux gradins est interdits au public et aux joueurs.
- Le stockage des sacs se fera à gauche en rentrant dans la grande salle.

Revenir au sommaire

Gestes à adopter chez soi en période de confinement (à titre indicatif)

- **Désinfection des surfaces**

Pour être efficace contre le Covid-19, les produits utilisés doivent être **virucides** selon la **norme EN 14476** . C'est le cas pour l'eau de javel et l'éthanol à 70%.

Attention, les lingettes que l'on peut trouver dans le commerce ne sont pas forcément virucides. De plus, un temps de contact, indiqué sur le mode d'emploi, est nécessaire pour que le produit soit efficace.

Si vous ou un membre de votre famille êtes atteints, ou avez des symptômes pouvant faire penser au Covid-19, pensez également à :

- Surveiller la température 2 fois par jour et l'apparition de symptômes (toux, fièvre, difficultés respiratoires).
- Limiter les contacts dans une même pièce avec la famille (distance minimale de 1 m).
- Privilégier des cycles de lavage du lave-vaisselle à plus de 60°C.
- Privilégier le lavage du linge avec un cycle d'au moins **60°C** pendant au moins **30 minutes** , pour les textiles le permettant.
- Aérer votre logement deux fois par jour et au minimum 10 minutes.
- Abaisser l'abattant des cuvettes de vos toilettes avant de tirer la chasse d'eau afin d'éviter l'émission de gouttelettes , et passer une lingette désinfectante sur l'abattant après usage , si vous soupçonnez être contaminé.
- Retirer les serviettes essuie-main tissu et y mettre des papiers absorbants à usage unique

- **Faire les courses**

- Sortir avec votre pièce d'identité et un justificatif de domicile.
- Respecter les mesures barrières : faites les courses seul, respecter la **distance de 1m** avec les autres personnes (favoriser le drive).
- Attention : Pendant les courses, **ne vous touchez pas le visage.** Si vous êtes droitier, utilisez votre main gauche pour prendre les courses.
- Mettre les courses dans votre voiture, ranger le chariot, et avant de rentrer dans votre véhicule, **se désinfecter les mains** avec du gel hydroalcoolique.
- Se relaver les mains une fois chez soi, puis décharger les courses. On peut laisser reposer ses courses quelques heures. Pour les produits frais qui se conservent au réfrigérateur, il faut retirer le suremballage et nettoyer les produits avec un papier essuie-tout humide avant de les ranger. Lavez-vous les mains soigneusement avant et après chaque manipulation. Le réfrigérateur ou le congélateur ne détruit pas le virus.
- Désinfecter les poignées de portes, interrupteurs… que vous avez touchés en rentrant des courses

Pour se tenir informé : www.gouvernement.fr/info-coronavirus