



COMMISSION MÉDICALE

GUIDE SANITAIRE DE REPRISE DES ENTRAÎNEMENTS DE TCHOUKBALL

version du 15 septembre 2020

Ce protocole est rédigé en vue de la reprise des entraînements de tchoukball en prenant en compte les contraintes actuellement en cours concernant l'épidémie de COVID19. Ces recommandations pourront évoluer en fonction de l'évolution de la situation épidémique.

Organisation au sein du club

Un responsable "covid" est désigné au sein du club par les dirigeants. Il sera le garant de l'application du présent protocole au sein de son club. Des adjoints peuvent être nommés afin que le référent ou un de ses adjoints soit présent à chaque entraînement.

Le responsable ou son adjoint aura pour tâche de rappeler et veiller respecter des gestes barrières par les joueurs et encadrants. Il est également de leur mission de s'assurer que du savon ou gel hydroalcoolique soit à disposition, en quantité suffisante à chaque entraînement. Le référent ou son adjoint est responsable du nettoyage (ou de la consignation) du matériel.

Le responsable COVID doit mettre en place un registre d'entraînement. Ce registre doit comporter une page par entraînement, à chaque page les noms et prénoms des joueurs ayant participé à l'entraînement seront inscrits. Le responsable, et ses adjoints, s'assurent que le registre soit correctement rempli. Le registre peut être informatisé, à condition de pouvoir être transmis facilement à l'Agence Régionale de Santé (ARS) en cas de cas positif. Les données du registre devront être conservées pendant 21 jours.

Le responsable covid doit assurer une traçabilité des mesures de nettoyage (par exemple dans un cahier ou un fichier électronique qui peut être facilement consultable par les dirigeants du club).

Responsabilité des joueurs

Ils s'engagent à ne pas venir aux entraînements s'ils présentent :

- Fièvre supérieure à 38,2
- Symptômes respiratoires : rhinorrhée (nez qui coule), mal de gorge, toux.
- Symptômes digestifs : nausées, diarrhées.
- Perte de goût ou de l'odorat
- Fatigue majeure, courbatures généralisées

Les joueurs s'engagent à ne pas venir aux entraînements s'ils se savent avoir été en contact (plus de 15 minutes en espace confiné) avec une personne atteinte confirmée ou suspectée du COVID-19.

La reprise d'activité physique doit être progressive.

Que faire en cas de cas positif ?

Si le club est informé d'un cas positif parmi ses adhérents, il doit :

- Prendre contact avec l'Agence Régionale de Santé
 - <https://www.ars.sante.fr/>
- Lister les personnes ayant été en contact avec cet adhérent durant les 10 derniers jours à l'aide du registre
- Informer les membres (ou les parents) du groupe concerné par le cas positif afin qu'ils soient vigilants à de potentiels symptômes et les encourager à demander un avis médical.

L'activité du club peut se poursuivre dans les conditions fixées par le présent guide.

Déroulement de l'entraînement

Des affiches adéquates (voir pages suivantes) devront être placés en vue des joueurs et encadrants, les gestes barrière seront rappelés au début de chaque entraînement. Pour les entraînements juniors, de façon ludique.

Mise en place d'un "registre" facilitant le contact tracing : A chaque séance est noté les noms prénoms et téléphone de chaque participant. Ce registre est conservé sur 21 jours par le responsable COVID.

Les joueurs arrivent en tenue de sport, masqués, avec leur propre gourde ou une bouteille d'eau. Celle-ci sera personnelle et ne sera pas partagée. Les vestiaires ne sont pas ouverts.

Avant le début de l'entraînement, après l'échauffement, avant la phase des jeux, les joueurs et les encadrants veillent à se laver les mains au minimum pendant 30 secondes, soit avec de la solution hydro-alcoolique, soit avec de l'eau et du savon.

Les ballons devront être nettoyés entre chaque exercice **et avant les phases de jeu.**

En dehors du ballon, on évitera tout échange de matériel durant l'entraînement, notamment des sifflets, on privilégiera le sifflet poire.

Le masque doit être porté avant et après l'entraînement (périodes propices à la discussion). Les encadrants, ou arbitres, devront le porter en tout temps. Les joueurs devront l'enlever dès le début de l'activité physique (échauffement).

La présence de public (hors joueurs, encadrants ou arbitres) est prohibée. Les parents attendent à l'extérieur du gymnase.

Lors des phases d'exercice, des duos ou des trios sont définis en début d'entraînement et ne changeront pas durant tout l'entraînement. Les duos ou les trios se verront attribuer une balle qu'ils conserveront jusqu'à la fin de l'entraînement.

Avant les phases de jeu, les ballons seront nettoyés, les joueurs nettoient leurs mains

Dans la mesure du possible, les duos et trios seront conservés d'un entraînement à l'autre.

Dans la mesure du possible, le responsable de l'entraînement proposera des exercices où les joueurs peuvent respecter une distance suffisante (au moins 5 mètres).

Pendant les pauses, les joueurs et encadrants devront veiller à respecter une distance d'au moins 2 mètres avec les autres. Ils ne devront en aucun cas partager la même gourde.

A la fin de l'entraînement, l'ensemble du matériel est consigné. Il devra être nettoyé avec de l'eau et du savon, ou ne pas être utilisé pendant 72 heures. Le référent COVID de l'entraînement récoltera les chasubles dans un sac destiné à cette usage. Les chasubles seront lavés à 60° après chaque utilisation.

Dans la mesure du possible (conditions météorologiques, disponibilités des infrastructures, qualité du terrain), l'entraînement devront se dérouler en extérieur.

COVID-19

CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



**Se laver
très régulièrement
les mains**



**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**



**Utiliser un mouchoir
à usage unique
et le jeter**



**Saluer
sans se serrer la main,
éviter les embrassades**

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000
(appel gratuit)

COVID-19

ALERTE CORONAVIRUS COMMENT SE LAVER LES MAINS ?



30
secondes

Se laver les mains à l'eau et au savon pendant 30 secondes est la mesure d'hygiène la plus efficace pour prévenir la transmission de tous les virus.



Frottez-vous les mains,
paume contre paume



Lavez le dos des mains



Lavez entre les doigts



Frottez le dessus des doigts



Lavez les pouces



Lavez aussi le bout des doigts
et les ongles



Séchez-vous les mains avec une
serviette propre ou à l'air libre

Si vous n'avez pas d'eau et de savon, faites la même chose avec du gel hydro alcoolique.



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)
(INFORMATION IN FRENCH)



0 800 130 000
(toll-free)