



VILLECRESNES VOLLEY BALL



**Siège social : Mairie de Villecresnes
10 Rue du réveillon
94440 VILLECRESNES**

PROTOCOLE DE SORTIE DE CONFINEMENT COVID-19

Grâce à l'engagement et la responsabilité de chacun, aussi bien pendant le confinement que dans le déconfinement, la crise sanitaire du COVID-19 qui touche la France depuis le mois de mars 2020 semble marquer le pas.

La vigilance reste nécessaire et l'État se tient plus que jamais aux côtés des Français fragilisés par la crise.

La sortie de confinement a déjà connu deux phases selon un principe de progressivité, en application des annonces gouvernementales successives. Au regard de l'évolution favorable de la pandémie, la troisième phase qui s'est engagée le 22 juin 2020 a permis de lever de nouvelles contraintes et d'assouplir en toute sécurité les conditions de la pratique des différentes disciplines sportives. Ces évolutions prennent appui sur l'allocution du Président de la République du 14 juin 2020, qui a notamment annoncé le passage de l'Île-de-France en zone verte et a exprimé le souhait d'une très large reprise des activités sociales dans notre pays, ainsi que sur la publication du décret gouvernemental n° 2020-759 du 21 juin 2020 modifiant le décret n° 2020-663 du 31 mai 2020. Ces dispositions seront prochainement précisées par l'instruction ministérielle qui sera adressée aux Préfets.

Cette nouvelle étape, assortie de la poursuite du respect des gestes barrière et des règles de prévention, intervient dans le cadre de la baisse du nombre de nouveaux cas contaminations par le coronavirus et du nombre d'hospitalisations

Depuis cette date il est enfin possible de penser à la reprise et de se projeter sur la saison prochaine. Afin de préparer celle-ci dans les meilleures conditions, il est nécessaire de respecter le protocole de reprise suivante.

Ce protocole est établi en l'état actuel de nos connaissances sanitaires et des décisions gouvernementales annoncées le 28 avril 2020 par le Premier ministre. Il est valable pour la 3^e phase de sortie de confinement. Il sera régulièrement réévalué et si nécessaire réadapté à l'aune de l'évolution de la situation, toujours dans un souci prioritaire de protection de l'ensemble de nos publics.

Ce document peut être rendu caduc en fonction de l'évolution de la pandémie et de mise en place de nouveaux protocoles sanitaires. Des évolutions, notamment d'espace seront à mettre en place.

Condition juridiques de reprise d'activité :

- Une information sur les gestes barrières et les recommandations générales doit être clairement accessible à tous les pratiquants. Il en est de même des consignes sanitaires documentées qui seront affichées partout dans tout le club
- Chaque adhérent qui souhaite reprendre la pratique du volley-ball dans le club doit signer un formulaire. Il devra le faire parvenir au club par tout moyen approprié aux circonstances sanitaires (idéalement : impression du formulaire, signature scan puis envoi aux dirigeants ou au référent COVID-19 par courriel à l'adresse indiquée par ceux-ci).
- Pour les mineurs, un engagement des parents et/ou responsables légaux est nécessaire.

Recommandation organisationnelle de reprise de l'activité :

- Il est recommandé aux clubs de désigner un référent COVID-19 qui sera le point de contact pour renseigner tout membre du club sur les questions relatives à la reprise d'activité dans le cadre de la sortie déconfinement. Selon la taille et les moyens du club, le référent COVID-19 pourra soit être interrogé sur le site en raison de sa présence physique, soit se tenir à disposition des membres par tout moyen de communication appropriés et clairement communiqués à ceux-ci. Au sein des entraînements, un COVID-terrain, sera désigné pour chaque séance d'entraînement en groupe. Il sera en charge de faire respecter et de s'assurer de la mise en place des recommandations sanitaires au sein du club (espace commun, terrains, vestiaires, etc.).
- Une feuille d'émargement des personnes présentes sur le site sera réalisée à chaque séance d'entraînement ou de match

Recommandations sanitaires et règles d'hygiène reprise de l'activité :

- Les gestes barrières seront appliqués partout, en toutes circonstances
- La règle de distanciation minimum de 1 mètre entre personnes doit être respectée. Sauf lorsque la nature de l'activité ne le permet pas, c'est le cas du volley.
- Depuis le 20 juillet 2020, le port du masque est obligatoire toute personne de plus de 11 ans (accompagnants, visiteurs, spectateurs. Article 3 du décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020) dans toute l'enceinte de l'établissement en dehors de l'aire de jeu. Cependant sur l'aire de jeux le masque n'est pas obligatoire mais il est fortement recommandé. Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives. Il se justifie cependant dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.
- Les joueuses et les joueurs doivent respecter les consignes générales de sécurité sanitaire (ne pas venir jouer en cas de fièvres, toux, signes d'infection rhinopharyngée, trouble du sommeil, courbatures, anosmie (perte totale d'odorat) et agueusie (perte de goût partielle ou totale), diarrhée, etc.
- Dès la présence de signes d'une possible infection **Covid-19** (toux, essoufflements, fièvre, etc.) rester chez soi, éviter les contacts avec les personnes fragiles, contacter le médecin si besoins et prévenir les responsables du club.
- Les joueurs doivent se laver les mains à plusieurs reprises pendant les entraînements, les matchs et après nettoyage du matériel avec du savon ou du gel hydro-alcoolique.
- Le club met à disposition, un distributeur de gel hydro-alcoolique, un produit détergent/désinfectant, du papier jetable et une poubelle avec un sac en plastique pour leur permettre de nettoyer les bancs, les chaises et le matériel.

- Dès la présence de signes d'une possible infection **Covid-19** (toux, essoufflements, fièvre, etc.) rester chez soi, éviter les contacts avec les personnes fragiles, contacter le médecin si besoins et prévenir les responsables du club.
- Les joueurs doivent se laver les mains à plusieurs reprises pendant les entraînements, les matchs et après nettoyage du matériel avec du savon ou du gel hydro-alcoolique.
- Le club met à disposition, un distributeur de gel hydro-alcoolique, un produit détergent/désinfectant, du papier jetable et une poubelle avec un sac en plastique pour leur permettre de nettoyer les bancs, les chaises et le matériel.
- Se moucher dans un mouchoir à usage unique à éliminer immédiatement dans la poubelle
- Eviter de ce toucher le visage, en particulier le nez, la bouche et les yeux
- Limiter les contacts directs ou indirects (via les objets)
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, gourde, etc.)
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette, gourde...) doit être proscrit
- Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades
- Changer son masque s'il est jetable toutes les 4 heures en cas d'usage
- Pour les masques usagés un bac prévu à cet effet est situé à l'entrée du gymnase

Mesure médicales :

- **En cas de suspicion d'un cas de Covid-19 dans le club**

Tout intervenant, pratiquant ou public présentant les symptômes du Covid-19 sera orienté vers un espace dédié et prit en charge par le référent COVID

La prise en charge de la personne suspecte repose sur : l'isolement de la personne, la protection des autres.

- **En cas de Covid-19 (joueurs, joueuses, Staff et encadrement) :**

- 1 personne symptomatique : pas d'entraînement pour toute l'équipe en attendant les résultats des tests.
- 1 cas confirmé de Covid-19 : isolement pendant 14 jours, test négatif et avis médical avant la reprise, reprise progressive.

Les cas contacts probables (personnes étant dans le même espace que le cas confirmé et ayant eu des contacts hors distance physique prescrite (- 1m avec le cas confirmé) : communiquer la liste des personnes à l'Agence Régionale de la santé, tester les personnes (J-0 à J +7), isolement pendant 14 jours après la date du dernier contact avec le cas confirmé.

A minima toute l'équipe doit être testée et les cas contact doivent rester isolés en attendant le résultat. Si toutes les personnes s'avèrent négatives aux tests, les entraînements normaux peuvent reprendre (sauf pour le malade).

Si plus de 2 membres sont malades arrêt pendant 14 jours des entraînements.

Protocole d'accueil des compétitions :

- **Organisation :**
 - Créer et faire respecter un plan de circulation du public avec mise à disposition de gel hydro-alcoolique.
 - Respect des mesures barrières en vigueur au moment de la compétition (Salle, buvette, etc.)
 - Désinfection du matériel sportif par les membres du club organisateurs
 - Conditions d'accueil des bénévoles : local réservé, port du masque
 - Modifier les protocoles de début et de fin de match pour éviter le serrage des mains, les regroupements

- **Arbitrage :**
 - Désinfection du matériel
 - Les arbitres doivent se munir de leur sifflet et matériel personnel
 - L'ensemble du matériel utilisé est désinfecté avant et après la rencontre

- **Pour toutes personnes qui prennent part à la compétition :**
 - Suivre et respecter les consignes sanitaires
 - Respecter la distance de 1 mètre avec les autres
 - Respecter le plan de circulation de la compétition
 - Se laver les mains régulièrement et après chaque contact au savon ou au gel hydro-alcoolique
 - Venir en tenue
 - Porter son masque lorsque la distanciation physique n'est pas possible
 - A la fin de la compétition, mettre sa tenue dans un sac à part et la nettoyer dès son retour, mettre dans la poubelle prévue à cet effet des masques et ses déchets, informer l'organisateur de son départ

Les rassemblements de plus de 5000 personnes sont interdits et il est important de préciser que ceux-ci peuvent être interdits par le Préfet en particulier en fonction de la situation épidémiologique nationale ou locale.

Les transports en véhicule d'une structure sportive :

- Les dispositions de l'article 6 § IX. relatives aux services de transport public particulier de personnes, ainsi qu'aux services privés ou publics de transport collectif réalisés avec des véhicules de moins de neuf places du décret n°2020-548 du 11 mai 2020, s'appliquent :
- Un affichage rappelant les mesures d'hygiène et de distanciation sociale dites « barrières » visible pour les passagers doit être mise en place à l'intérieur du véhicule
- Aucun passager n'est autorisé à s'asseoir à côté du conducteur
- Un seul passager est admis. Par dérogation, lorsque le conducteur est séparé des passagers par une paroi transparente fixe ou amovible, plusieurs passagers sont admis s'ils appartiennent au même foyer ou, dans le cas de transport d'élèves en situation de handicap, mentionné à l'article L. 242-1 du code de l'action sociale et des familles
- Tout passager de onze ans ou plus doit porter un masque de protection répondant aux caractéristiques techniques fixées par l'arrêté conjoint des ministres chargés de la santé et du budget mentionné au K bis de l'article 278-0 bis du code général des impôts.
- Il en va de même pour le conducteur, sauf lorsqu'il est séparé des passagers par une paroi transparente fixe ou amovible
- Le conducteur peut refuser l'accès du véhicule à une personne ne respectant pas cette obligation.
- Il est recommandé à la structure qui organise le transport, dans la mesure du possible, de mettre à disposition une solution hydro-alcoolique dans le véhicule ainsi que des masques pour les occupants et de nettoyer le véhicule après chaque utilisation.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES À LA REPRISE SPORTIVE POST CONFINEMENT LIÉ À L'ÉPIDÉMIE DE COVID-19

Au moment de la reprise, 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 le Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le 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 14 jours ; une consultation n'est pas nécessaire ensuite si pas de symptôme développé pendant ces 14 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 présentant une pathologie chronique, **il est conseillé de consulter un médecin** avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.
4. Pour tous les sportifs, **il est recommandé une reprise progressive de l'activité sportive** afin de limiter les risques d'accident, notamment cardiaque, musculaires ou articulaires, car une longue période d'inactivité est associée à une altération de la fonction cardiovasculaire, une perte musculaire et à une altération de la sensibilité profonde qui, pour les deux dernières, majorent le risque de chute lors des déplacements rapides ou sur terrain accidenté.

La reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) 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.

NOM PRENOM.....

QUESTIONNAIRE SANTÉ LIÉ À LA REPRISE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE SUITE AU CONFINEMENT (COVID-19)

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON	OUI	NON
<p>Q1. Avez-vous été diagnostiqué-e positif-ve au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?</p> <p><input type="checkbox"/> Par test RT-PCR (prélèvement naso-pharyngé, oral ou bronchique)</p> <p><input type="checkbox"/> Probablement, car j'ai eu un ou des symptômes suivants : fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs, perte de poids supérieure à 5 kg. Mon test RT-PCR était négatif, mais un médecin m'a confirmé le diagnostic.</p> <p><input type="checkbox"/> J'ai été hospitalisé-e</p>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q2. Avez-vous été en contact avec une ou plusieurs personnes suspectes ou diagnostiquées positives au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q3. Présentez-vous ce jour un ou des symptômes suivants (Fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q4. Ressentez-vous des gênes à l'effort dans la vie de tous les jours ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q5. Pendant la période de confinement et à ce jour, avez-vous arrêté ou fortement réduit votre niveau d'activité physique habituel ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q6. Suite au confinement, présentez-vous une prise de poids supérieure à 5 kg ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q7. Avez-vous été affecté-e psychologiquement par la période de confinement et/êtes-vous toujours (Modification du sommeil, de l'humeur, diminution ou augmentation compulsive de la prise alimentaire, augmentation de la prise d'alcool ou de tabac) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

NON à toutes les questions : Vous pouvez reprendre une activité physique et sportive encadrée.

OUI à une ou plusieurs questions de Q1 à Q4 : Consultez votre médecin avant toute reprise d'activité physique et sportive

OUI à une question de Q5 à Q7 : → Reprise progressive en commençant par la pratique de la marche progressivement sur 4 à 6 semaines puis reprise de l'activité sportive, et ne consultez votre médecin qu'en cas d'apparition d'une symptomatologie anormale à l'effort ou au repos (douleur, essoufflement, palpitations...).

OUI à au moins deux questions de Q5 à Q7 : Une consultation médicale est recommandée avant toute reprise d'activité physique et sportive.

ATTESTATION DE REPRISE

PAR LA PRÉSENTE :

- J'atteste avoir été informé que le Club s'est engagé à respecter les mesures édictées par le gouvernement pour freiner la diffusion du Covid-19 tout au long de la crise sanitaire actuelle ;
- Je reconnais que malgré la mise en œuvre de ces moyens de protection le Club ne peut me garantir une protection totale contre une exposition et/ou une contamination par le Covid-19 ;
- Je m'engage à prendre toutes les précautions nécessaires à la protection de ma santé et de celle des autres personnes présentes dans l'enceinte sportive du Club, notamment en respectant les gestes barrières ;
- Je m'engage à respecter les mesures de protection obligatoires ainsi que les mesures de protection préconisées par le gouvernement et en particulier celles édictées par le ministère des sports ;
- Je m'engage également à respecter les obligations édictées par la Fédération Française de Volley pour aménager la pratique du Volley en Club ainsi que les modalités mises en place par le Club pour organiser son activité au cours de la crise sanitaire actuelle.

NOM Prénom.....

Date et signature

Numéro de licence.....

Atteste avoir pris connaissance du protocole de reprise des entraînements en club

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



**Se laver régulièrement
les mains ou utiliser une
solution hydro-alcoolique**



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



**Se moucher dans
un mouchoir à usage unique
puis le jeter**



**Eviter
de se toucher
le visage**



**Respecter une distance
d'au moins un mètre
avec les autres**



**Saluer
sans serrer la main
et arrêter les embrassades**



**En complément de ces gestes, porter un masque
quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée**



GOVERNEMENT.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)



LES BONS GESTES FACE AU CORONAVIRUS : OÙ JETER LES MASQUES, MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?



Ces déchets doivent être jetés dans un sac **poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnel.**



Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être **soigneusement refermé, puis conservé 24 heures.**



Après 24 heures, ce sac doit être jeté dans le **sac poubelle pour ordures ménagères.**



Ces déchets ne doivent **en aucun cas être mis dans la poubelle des déchets recyclables** ou poubelle «jaune» (emballages, papiers, cartons, plastiques).

Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques maintenues à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



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



0 800 130 000



CRISE DU CORONAVIRUS : FAUSSES BONNES IDÉES, VRAIES SOLUTIONS

COVID-19

En protégeant notre santé,
nous pouvons aussi protéger notre environnement.



FAUSSE BONNE IDÉE :
**PRIVILÉGIER LES PRODUITS
EMBALLÉS DANS DU PLASTIQUE**



VRAIE SOLUTION :
ÉVITER LE PLASTIQUE

Dans vos achats alimentaires, privilégiez les emballages durables, comme le sac réutilisable. Une fois à la maison, vos fruits et légumes peuvent être pelés ou, à défaut, lavés à l'eau potable et essuyés avec un essuie-tout, comme le recommande l'Anses.



FAUSSE BONNE IDÉE :
**JETER MES LINGETTES
DANS LES TOILETTES**



VRAIE SOLUTION :
**JETER MES LINGETTES
DANS UN SAC POUBELLE**

Les lingettes sont majoritairement composées de plastique, elles ne se diluent pas. Les jeter dans les toilettes crée des bouchons dans les canalisations qui nécessitent des interventions lourdes. Les lingettes doivent être jetées dans un sac poubelle dédié. Une fois rempli, le sac doit être fermé, puis conservé 24 h pour des raisons sanitaires. Après ce délai, il doit être jeté dans le sac à ordures ménagères.



FAUSSE BONNE IDÉE :
**BRÛLER MES
DÉCHETS VÉGÉTAUX**



VRAIE SOLUTION :
**VALORISER MES
DÉCHETS VÉGÉTAUX**

Brûler 50 kg de végétaux chez soi représente en termes d'émissions de particules fines l'équivalent de 14 000 km parcourus dans une voiture essence récente. Pour éviter cette pollution de l'air, privilégiez le compostage de vos déchets verts. Vous pouvez aussi les stocker en fonction de la réouverture de la déchetterie la plus proche de chez vous.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



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



0 800 130 000

INFORMATIONS

CORONAVIRUS COVID-19

0 800 130 000

RECOMMANDATIONS

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/francais-simplifie-falc>