

LA PRATIQUE DU VOLLEY DEPUIS LE 22 JUIN ET JUSQU'À NOUVEL ORDRE EST AUJOURD'HUI POSSIBLE DANS SES FORMES USUELLES

Néanmoins il est indispensable de lire les remarques ci-dessous

Dans la continuité des annonces gouvernementales et au regard des recommandations du Haut Conseil de la santé publique, la pratique de l'ensemble des activités physiques et sportives, est désormais possible à compter du 22 juin en zone verte.

EN ZONE VERTE

LA PRATIQUE

La pratique peut se dérouler en plein air ou dans les équipements sportifs couverts sans limitation de durée

Lors de la pratique une distance interpersonnelle de 2 mètres doit être respectée, SAUF LORSQUE LA NATURE DE L'ACTIVITE NE LE PERMET PAS - **c'est le cas du volley**

Lors de la pratique le matériel personnel du pratiquant ne doit ni être échangé ni partagé quelle que soit sa nature

Si la pratique nécessite un matériel à usage collectif, ce dernier fait l'objet d'un protocole d'hygiène écrit et contrôlé par le responsable de la structure remis au pratiquant ou affiché

L'accès aux vestiaires collectifs demeure proscrit

Le nettoyage désinfectant des vestiaires individuels est réalisé au moins un fois par jour

LES RASSEMBLEMENTS

Dans les établissements de type X (équipement sportif couvert) et de type PA (piscine et plein air) peuvent recevoir plus de 10 personnes

LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

Depuis le 2 juin l'ensemble des équipements et établissements permettant des pratiques sportives extérieures et intérieurs peuvent ouvrir SOUS RÉSERVE DE LA DÉCISION DE LEURS PROPRIÉTAIRES OU GESTIONNAIRES QUI DEMEURENT SEULS HABILITÉS, EN FONCTION DES CONSIDÉRATIONS LOCALES OU DES RESTRICTIONS DÉPARTEMENTALES À EN AUTORISER L'ACCÈS

PROTOCOLE MEDICAL

Avant toute reprise, remplir le questionnaire de santé ci-après et le remettre avec la décharge à la personne responsable de la reprise dans le club

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les prescriptions de distanciation, dans la mesure du possible, et les prescriptions sanitaires générales d'appliquent. Il est donc recommandé de respecter les gestes barrières et avoir un masque en dehors de l'aire de jeu

EN ZONE ORANGE

(limitée aux territoires de la Guyanne et de Mayotte à date)

LA PRATIQUE

La pratique se limite aux zones de plein air

LES RASSEMBLEMENTS

Dans les établissements de type PA (piscine et plein air) l'organisation des activités physiques et sportives ne peuvent donner lieu à des regroupements de plus de 10 personnes sauf pour les sportifs de haut niveau et sportifs professionnels

LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

Les équipements et établissements permettant des pratiques extérieures peuvent ouvrir SOUS RÉSERVE DE LA DÉCISION DE LEURS PROPRIÉTAIRES OU GESTIONNAIRES QUI DEMEURENT SEULS HABILITÉS, EN FONCTION DES CONSIDÉRATIONS LOCALES OU DES RESTRICTIONS DÉPARTEMENTALES À EN AUTORISER L'ACCÈS

PROTOCOLE MEDICAL

Avant toute reprise, remplir le questionnaire de santé ci-après et le remettre avec la décharge à la personne responsable de la reprise dans le club

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les prescriptions sanitaires générales d'appliquent. Il est donc nécessaire de respecter les gestes barrières et avoir un masque en dehors de l'aire de jeu

* Cette instruction pourra faire l'objet d'évolution en fonction de l'évolution de la situation sanitaire. Elle peut faire l'objet d'adaptation par les préfets en application de leurs attributions.

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

Q1. Avez-vous été diagnostiqué-e positif-ve au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?

Par test RT-PCR (prélèvement naso-pharyngé, oral ou bronchique)

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.

J'ai été hospitalisé-e

Q2. Avez-vous été en contact avec une ou plusieurs personnes suspectes ou diagnostiquées positives au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?

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) ?

Q4. Ressentez-vous des gênes à l'effort dans la vie de tous les jours ?

Q5. Pendant la période de confinement et à ce jour, avez-vous arrêté ou fortement réduit votre niveau d'activité physique habituel ?

Q6. Suite au confinement, présentez-vous une prise de poids supérieure à 5 kg ?

Q7. Avez-vous été affecté-e psychologiquement par la période de confinement et l'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) ?

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 lui 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, définies dans le protocole de reprise des entraînements

NOM Prénom.....

Date et signature

Numéro de licence.....

Atteste avoir pris connaissance du protocole de reprise des entraînements

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 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 (INFORMATION IN FRENCH) 0 800 130 000 (toll-free)

COVID-19

CRISE DU CORONAVIRUS : FAUSSES BONNES IDÉES, VRAIES SOLUTIONS

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

- FAUSSE BONNE IDÉE :** PRIVILÉGIER LES PRODUITS EMBALLÉS DANS DU 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.
- VRAIE SOLUTION :** ÉVITER LE PLASTIQUE
- FAUSSE BONNE IDÉE :** JETER MES LINGETTES DANS LES TOILETTES
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.
- VRAIE SOLUTION :** VALORISER MES DÉCHETS VÉGÉTAUX DANS UN SAC POUBELLE
- FAUSSE BONNE IDÉE :** BRÛLER 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.
- VRAIE SOLUTION :** VALORISER MES DÉCHETS VÉGÉTAUX

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS 0 800 130 000

COVID-19

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 0 800 130 000