



Reprise de l'activité Basketball

CORONAVIRUS COVID 19

Le présent formulaire définit les conditions auxquelles son signataire peut accéder aux installations de son club dans le contexte de sortie du confinement instauré en raison de la crise sanitaire COVID-19. Attention, pour chaque sport, nous vous invitons, outre ces mesures, à suivre celles préconisées dans les protocoles de déconfinement mis en place par les Fédérations respectives.

I - PRÉCONISATIONS COMMUNES

- Je ne suis pas dans un foyer ayant un cas de COVID-19 déclaré depuis moins de 14 jours
- J'ai un bon état de santé général
- Je ne vis pas avec une personne fragile (> 70 ans, pathologie cardiaque ou pulmonaire chronique, immunodéficience)
 - Si j'ai eu le COVID-19 et ai été hospitalisé, je dois consulter un médecin avant la reprise
 - Si j'ai eu des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ...), ces symptômes ont pris fin depuis 48h minimum,
- **Les groupes d'entraînement resteront identiques tout le temps de ce protocole**

II - LES MESURES DE PRÉVENTION

Vérifiez avant chaque cours l'absence de symptômes : fièvre $\geq 38^\circ$, courbatures/douleurs musculaires, toux, difficultés à respirer/essoufflement, fatigue marquée, maux de tête ou de gorge, perte de goût ou d'odorat. Au moindre symptôme, ne prenez aucun risque, restez chez vous, et consultez un médecin.

Si vous vous rendez au cours de l'association en transports, vous vous engagez à :



Privilégier les modes de transport individuel



Si vous prenez les transports en commun, respecter les gestes barrières



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

III - LES MESURES À RESPECTER AVANT LA PRATIQUE

- Se laver les mains
- Préparer son sac de sport avec tout le matériel nécessaire : crampons, raquette, gourde d'eau, ...
- Préparer un kit sanitaire dans le sac de sport : gel hydroalcoolique, mouchoirs et **masque obligatoire pour avant et après la pratique** dans un sac congélation ou autre
- Se mettre en tenue de sport : aucun vestiaire ne sera accessible



Aucun masque ne sera fourni par l'ASF pour les pratiquants.

IV - LES MESURES À RESPECTER À L'ARRIVÉE SUR SITE

- Se laver les mains au savon ou au gel hydroalcoolique
- Respecter les gestes barrières et la distanciation physique (10 mètres minimum entre deux personnes pour les activités individuelles type vélo / jogging ; 4m² pour les activités de plein air (exemple : tennis, yoga, fitness))



- Attendre à l'extérieur des structures sportives. Ne pas s'approcher des aires d'activités, ne pas toucher les éléments mis en place
- Accès à la zone personnelle à l'invitation de l'éducateur ou du responsable accueil : zone espacée de 2m permettant à chaque pratiquant de déposer son sac pour prendre son matériel, chausser ses crampons, ... Toutes les affaires doivent rester dans le sac
- Accès à la zone d'activité à l'invitation de l'éducateur

V - PENDANT L'ACTIVITÉ

- Respecter les gestes barrières et la distanciation physique



- Ne pas cracher, ne pas boire sur la zone d'activité
- Déplacement possible à l'invitation de l'éducateur
- Si pause toilette : se laver les mains, savon ou gel, avant d'entrer dans les bâtiments ; se relaver au robinet après ; revenir dans la zone d'activité à l'invitation de l'éducateur

VI - EN FIN D'ACTIVITÉ

- Regagner sa zone personnelle à la demande de l'éducateur
- Vérifier de ne rien oublier et refermer le sac
- Repartir par la sortie signalée en respectant la distanciation physique
- Le pratiquant doit toujours avoir le masque en ressortant de la zone d'activité

VII - DE RETOUR CHEZ SOI

- Ouvrir son sac dans un espace libre et mettre les affaires et masque utilisés dans un sac refermable. Laisser le sac fermé durant 24h00
- Prendre une douche
- Laver ses tenues de sport et masque obligatoirement avant la prochaine séance



1/ Mouiller abondamment les mains.



2/ Appliquer le savon et frotter paume contre paume.



3/ Bien savonner entre les doigts et sur le dos des mains.



4/ Frotter au moins 30 secondes en insistant sur le bord



5/ Rincer abondamment.



6/ Essuyer et sécher les mains à l'aide d'un papier

COVID-19

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque



1 Bien se laver
les mains



2 Mettre les élastiques
derrière
les oreilles

OU



**Nouer les lacets
derrière
la tête et le cou**



3 Pincer le bord rigide
au niveau du nez,
s'il y en a un, abaisser
le masque en dessous
du menton et ne plus
le toucher

Comment retirer son masque



1 Se laver les mains
et enlever le masque
en ne touchant
que les lacets
ou les élastiques



2 Après utilisation,
le mettre dans un sac
plastique et le jeter

OU



s'il est en tissu,
le laver à 60°
pendant 30 min



3 Bien se laver
les mains
à nouveau

**Le masque est un moyen de protection complémentaire
qui ne remplace pas les gestes barrières**



Je reconnais avoir reçu et compris les règles d'accès et les règles de vie liées à la pandémie de COVID- 19 et m'engage à les respecter dans leur intégralité sans exceptions.

Je m'engage notamment à :

1. Adopter les gestes barrières

- Je me lave très régulièrement les mains
- Je tousse ou j'éternue dans mon coude ou dans un mouchoir
- J'utilise un mouchoir à usage unique et je le jette après utilisation
- Je salue sans serrer la main ni embrasser

2. Respecter la consigne de distanciation de 2m si je ne porte pas de masque et de 1m minimum dans toute situation

- Je m'engage à ne pas rentrer sur le site en cas de symptômes tels que de la toux, de la fièvre, des difficultés de respiration, des maux de tête et/ou de gorge, des courbatures, une grande fatigue, une perte de l'odorat et/ou du goût, une diarrhée.
- Si tel était le cas ou si je suis en contact étroit avec un cas COVID-19 confirmé, je m'engage à ne pas me rendre sur l'un des sites de pratique de l'Alerte sportive de Fondettes, sauf si un test virologique a été réalisé et est négatif.

3. Respecter le protocole de déconfinement mis en place par la Fédération à laquelle je suis licencié.

Nous vous rappelons qu'en cas de symptômes, vous devez appeler votre médecin traitant ou le 15, rester chez vous et vous isoler.

Fait à :

Le / / 2020

NOM :

Signature :

Prénom :

** Si mineur, merci de bien vouloir faire signer le représentant légal.*

