
PROTCOLE COVID-19

Rentrée 2020

Plan de reprise du Jiu Jitsu Brésilien

Mis à jour le 3 Septembre 2020

- Décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 : “L’ensemble des activités physiques et sportives peuvent reprendre normalement dans les territoires sortis de l’état d’urgence sanitaire. La distanciation physique n’est plus obligatoire lorsque la nature même de l’activité ne la permet pas. De fait, cette évolution autorise à nouveau la pratique des sports de combat au niveau amateur et en pratique de loisir dans les territoires sortis de l’état d’urgence.”
- Pour les clubs utilisant des salles mises à disposition par les collectivités territoriales : ce protocole ne peut être mis en œuvre qu’en cas d’accord préalable de l’utilisation de l’espace public par la Collectivité Territoriale, propriétaire de l’équipement sportif.
- Ces mesures sont obligatoires. La responsabilité des dirigeants et des éducateurs peut être engagée en cas de non-respect des règles qui suivent.
- Des mesures plus restrictives peuvent être prises par les autorités locales selon les régions/départements (en zone de circulation active du virus).

Nos recommandations

Afin de lutter contre la transmission du COVID-19, la CFJJB vous recommande les mesures suivantes :

- Limiter le nombre de partenaires durant une séance. Créer des groupes de deux dès le début du cours pour garder le même partenaire durant toute la séance, et si possible d'une séance à l'autre.
- Prévoir une zone de pratique sur le tatami (délimitée au sol avec du ruban adhésif) pour chaque groupe de deux pour éviter les contacts avec les autres groupes. Un espace de 6 m² au minimum pour deux pratiquants. Nous vous recommandons d'ajouter un espace d'1 mètre entre chaque zone de pratique.
- Déterminer un nombre de pratiquants maximum par séance, selon l'espace disponible dans la salle. A calculer en prenant en compte les zones de pratique (minimum 6m² pour deux pratiquants) mentionnées ci-dessus.
- Supprimer toute réunion collective : pas de photo de groupe, effectuer le salut à distance...

Protocole sanitaire pour les clubs (1/3)

- Désignation d'un référent COVID chargé de veiller à la mise en œuvre des protocoles sanitaires.
- Les portes doivent, quand cela est possible, être ouvertes en permanence afin de contourner le contact des poignées à l'exception des portes coupe-feu non équipées de dispositif de fermeture automatique.
- Installer un espace d'accueil avec gel hydroalcoolique à disposition, pour permettre le lavage de mains (obligatoire) pour les pratiquants et encadrants.
- L'encadrement reste masqué en permanence. Pour les inscriptions, les accompagnants sont masqués et respectent les distanciations.
- Le port du masque est obligatoire pour les personnes de plus de 11 ans dès son arrivée dans l'enceinte sportive et le garder pour tout déplacement. Le masque sera retiré uniquement dans le cadre de la pratique sportive.

Protocole sanitaire pour les clubs (2/3)

- Affichage dans la salle des règles d'hygiène et distanciation ainsi que des symptômes de l'infection et des conduites à tenir.
- L'espace sportif doit être aéré 15 min avant, en permanence pendant, et 15 min après la pratique.
- **Nettoyage et désinfection de la surface de travail (tatami) avant et après chaque séance.**
Prévoir le temps nécessaire entre les cours pour s'assurer de l'efficacité du protocole de nettoyage (au moins 15 minutes entre les cours, à adapter selon la surface du tatami).
- L'accès au tatami doit respecter un espace-temps de 5 minutes entre l'arrivée d'un nouveau groupe et la sortie du précédent.
- Les cours sont réservés aux adhérents, et aucun public extérieur n'est autorisé à l'intérieur de la salle (les parents accompagnateurs doivent attendre à l'extérieur).

Protocole sanitaire pour les clubs (3/3)

Les vestiaires peuvent être utilisés selon les conditions suivantes :

- La définition et le respect d'une jauge de fréquentation des vestiaires
- Le respect des mesures barrières :
 - la distanciation physique d'au moins 1 mètre et donc d'un espace libre de 4 m² autour d'une personne.
 - l'hygiène des mains et le nettoyage des espaces partagés.
 - le respect strict du port du masque grand public (en-dehors des douches).
- L'aération avant et après utilisation du vestiaire
- Sont à encourager :
 - le changement de vêtements et la prise des douches à domicile.
 - l'abstention de l'usage des casiers partagés.
- Interdiction de mettre à disposition dans les vestiaires, les articles en libre-service (sèche cheveux...)
- Mise en place des mesures d'élimination régulière des déchets.

Règles à suivre pour les pratiquants (1/2)

- Le port du masque est obligatoire dès l'entrée dans les locaux (il ne peut être enlevé que lors de la pratique sportive et dans les douches).
- Mettre sa tenue de pratique (kimono ou short/rashguard par exemple) sous un survêtement pour éviter les contacts avec des surfaces contaminées pendant le trajet et éviter l'utilisation des vestiaires.
- Chaque pratiquant doit avoir dans son sac : un gel hydroalcoolique et des mouchoirs jetables non utilisés.
- Les pratiquants peuvent apporter une bouteille d'eau qui doit être marquée au nom de chacun, afin de limiter les contacts évitables.

Règles à suivre pour les pratiquants (2/2)

- Les pratiquants devront systématiquement se laver les mains dès l'entrée dans la structure sportive et mettre des sandales propres et désinfectées, réservées à l'utilisation à l'intérieur de la salle.
- A chaque entrée sur tapis ou tatami, le pratiquant enlève son masque, le range avec ses effets personnels dans son sac, se lave les mains et les pieds avec du gel hydro alcoolique.
- A chaque sortie du tatami, le pratiquant remet son masque, se lave les mains et les pieds avec du gel hydro alcoolique.
- Les tenues de sport doivent être lavées à 60 C dès l'arrivée au domicile.

Suivi des pratiquants

- Suivi de la présence des pratiquants (avec date et heure d'entraînement). La structure doit tenir à disposition des autorités compétentes un registre quotidien de recensement des personnes accueillies.
- Les encadrants devront refuser l'accès aux personnes présentant certains de ces symptômes :
 - Fièvre, frissons, sensation de chaud/froid, toux, douleur ou gêne à la gorge, difficulté respiratoire au repos ou essoufflement anormal à l'effort, douleur ou gêne thoracique, orteils ou doigts violacés type engelure, diarrhée, maux de tête, courbatures généralisées, fatigue majeure, perte de goût ou de l'odorat, élévation de la fréquence cardiaque de repos.
- Si vous avez un ou plusieurs des symptômes mentionnés ci-dessus, vous êtes priés de ne pas venir aux entraînements et de contacter votre médecin.
- En cas de doute ou de suspicion d'un cas Covid-19, isoler la personne et procéder au nettoyage des zones où elle a été. Informer du potentiel déclenchement de la procédure avec l'ARS (Agence Régionale de Santé) si le cas s'avérait positif par la suite.

La situation évolue constamment et nous restons attentifs aux changements liés à la pandémie et aux consignes gouvernementales.

Prenez soin de vous et de vos proches.