

## PROTOCOLE DE VIGILANCE MODEREE



Niveau de risque lié à la crise sanitaire : niveau modéré

### Pratique traditionnelle en binôme

Echéancier : **A partir du 20 Juillet 2020**

Il répond à un niveau de vigilance commun à tout citoyen.

Ce niveau peut être adapté en fonction des règles qui seront définies par les autorités nationales ou régionales.

### Conditions sanitaires



- ✓ Gestes barrières COVID-19,
- ✓ **Port du masque obligatoire en dehors des phases de pratique sur le tatami,**
- ✓ Distance de sécurité sanitaire,
- ✓ Limitation du nombre de pratiquants,
- ✓ **Les principes d'hygiène corporelle, dont le lavage des mains et des pieds avant la montée sur le tatami fortement conseillés avec du gel hydroalcoolique,**
- ✓ L'utilisation des vestiaires collectifs est interdit mais reste de la bonne gestion des collectivités territoriales qui ont la charge des dojos,
- ✓ Aération de la salle dans la mesure du possible (ouverture des fenêtres), l'air circulant étant efficace contre la contamination par aérosolisation.

### Préconisations pédagogiques générales

Travail seul ou à deux, avec ou sans armes

Toutes les applications pédagogiques adaptées au respect de l'hygiène respiratoire et des gestes barrières.

**Il est préconisé un travail d'une heure maximum et avec le même partenaire**

### Les incontournables pour un bon fonctionnement du protocole

- Le club devra être en capacité de fournir aux autorités administratives habilitées qui en feraient la demande et sans délai, la liste nominative des participants à chaque cours. Cette liste comprendra le nom-prénom, adresse, adresse mail et téléphone.
- Les consignes sanitaires énumérées dans le protocole prévalent tant pour le pratiquant que pour l'enseignant et le bénévole.
- Le respect des horaires. Pour une séance théorique d'une heure, il faut compter :
  - 5 à 10' de la zone d'accueil jusqu'au démarrage de la séance, 45' de séance, 5 à 10' de la fin de séance à la sortie du dojo
  - + 15' supplémentaire de battement entre les séances pour éviter aux différents groupes de se croiser
- L'accompagnant doit arriver au dojo 5 minutes avant la fin de la séance et attendre à l'entrée en prenant soin des distances de sécurité avec les autres accompagnants.

### Préconisations sanitaires à prendre avant de se rendre au dojo

#### Préconisations communes

- Je ne suis pas dans un foyer ayant un cas de COVID-19 déclaré depuis moins de 24j
- J'ai un bon état de santé général



#### Attention :

Si j'ai eu le COVID-19 ou si je présente des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées...), je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise d'activité.

#### **Préconisations spécifiques**

- Se doucher et avoir les cheveux lavés et attachés ;
- Avoir pris sa température avant de venir, pas de pratique si 37°8 ou plus ;
- S'assurer que sa tenue de pratique ait bien été lavée (keikogi, ...) ;
- Le port du hakama est possible ;
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés
- En l'absence de vestiaires mettre sa tenue de pratique (keikogi, ou autres pour les budos affiliés) sous un survêtement pour éviter les phases d'habillage et de rhabillage.
- Prendre un sac à l'intérieur duquel doivent figurer sa tenue de pratique, des mouchoirs jetables, un gel hydro-alcoolique, ses « zoori » ou chaussons, sa bouteille d'eau et une fiche comprenant les coordonnées de l'accompagnant pouvant être joint en cas de problème durant la séance.

#### **Mise en place de mesures sanitaires à l'accueil du dojo**

- Mise en place d'un poste d'accueil à l'entrée du dojo, tenu par une personne désignée par le club afin d'établir la liste des participants qui pourrait être demandée par les autorités administratives;
- Lavage des mains avec du gel hydro-alcoolique ;
- Le pratiquant vient déjà habillé et plie ses autres affaires pour les mettre dans son sac ;
- Il pose ses « zoori » au bord du tatami, sort sa bouteille d'eau, son paquet de mouchoirs et son gel hydro-alcoolique. Les autres effets personnels doivent rester dans le sac (téléphone, ....) ;
- L'accompagnant quitte le lieu d'accueil dès lors que le pratiquant est autorisé à passer dans le Dojo. Il peut être autorisé par l'enseignant à rester dans la salle de pratique.

#### **Mise en place des mesures sanitaires durant la séance**

- Le salut commun de démarrage de début et fin de séance se fera en ligne comme traditionnellement ;
- La séance se déroule de manière classique ;

#### **Mise en place des mesures sanitaires de fin de séance à la sortie du dojo**

- Le pratiquant prend ses effets personnels et rejoint son aire de déshabillage;
- Il rejoint ensuite l'accueil où il remet ses chaussures et dépose ses « zoori » dans son sac ;
- Avant de sortir, il se lave à nouveau les mains avec du gel ;
- Le pratiquant mineur attend que le responsable désigné par le club à l'entrée l'autorise à rejoindre son accompagnant.

#### **Préconisations sanitaires à prendre en arrivant à son domicile**

- Il devra mettre sa tenue de pratique au lave-linge, désinfecter ses « zoori ».

## II. ANNEXE : CONSEILS POUR LES MESURES SANITAIRES

### II.a - Les mesures sanitaires s'imposant à l'enseignant, aux bénévoles et aux pratiquants de l'association sportive.

Ces mesures ont pour objet de protéger tant les pratiquants que l'ensemble des acteurs du club : les enseignants, les dirigeants, les bénévoles impliqués.

#### La propreté et l'asepsie des lieux de pratique et du matériel pédagogique

- La propreté et l'asepsie des lieux de pratique est gérée par les collectivités territoriales pour les dojos mis à disposition par ces dernières.
- S'assurer que le nettoyage/désinfection du matériel pédagogique utilisé par les pratiquants ait été réalisé avant et après chacune des séances.
- Aération de la salle dans la mesure du possible (ouverture des fenêtres), l'air circulant étant efficace contre la contamination par aérosolisation.

#### Pour les dojos privés

- S'assurer que le nettoyage/désinfection du tatami et du matériel pédagogique utilisé par les pratiquants ait été réalisé avant et après chacune des séances
- Aération de la salle dans la mesure du possible (ouverture des fenêtres), l'air circulant étant efficace contre la contamination par aérosolisation.

#### La gestion de la circulation du pratiquant depuis son entrée dans le dojo jusqu'à sa sortie

- suivre les règles imposées par les exploitants de salle et respecter les parcours mis en place.

### II.b - Dispositif sanitaire de désinfection (asepsie) du dojo

#### Pour les dojos gérés par les collectivités territoriales

La propreté et l'asepsie des lieux de pratique est gérée par les collectivités territoriales pour les dojos mis à disposition par ces dernières

#### Pour les exploitants de salles privées

#### Conseils et préconisations

Liste des produits de nettoyage en prévention (non exhaustive)

- Lingettes désinfectantes
- Bombes aérosol désinfectantes
- Pulvérisateurs de produit désinfectant
- Bidons produit désinfectant
- Papier et chiffons de nettoyage
- Seaux pour nettoyage
- Gants jetables type latex ou nitrile

Type de nettoyage	Type de produit	Zones concernées	Fréquences
Désinfection sol et douche	Produit virucide (qui « tue » le virus)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun	2 fois par semaine selon la zone
Désinfection des points de contact (ex : poignée)	Produit virucide (qui « tue » le virus)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun	2 à 3 fois par jour selon la zone
Nettoyage habituel	Produit classique de nettoyage (ex : antitartre, anti-calcaire, désinfectant toilettes et robinetterie)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun, zone de rangement du matériel pédagogique	1 fois par jour
Tatami et Matériel pédagogique	Produit classique de désinfection	Tatami	Avant et après chaque séance
Armes	Lingettes virucides	Tatami	Avant et après chaque utilisation



Michel GILLET  
Président FFAB

Les coprésidents de l'UFA



Francisco DIAZ  
Président FFAA

Pour la FFAB  
Didier ALLOUIS

Les responsables techniques fédéraux

Pour la FFAA  
Michel ERB

Pour la FFAB  
Jacques CHATEAU

Les médecins fédéraux

Pour la FFAA  
Florence GALTIER

