

Protocole sanitaire de l'ASBR Le Beluga pour la reprise de l'activité subaquatique à la piscine des Blagis en période épidémique COVID-19

1. Préambule, contexte

Ce document est le protocole de l'ASBR Le Beluga pour pratiquer nos activités de plongée libre, avec scaphandre et nage avec palmes à la piscine des Blagis alors que l'épidémie COVID-19 est active.

Il prend en compte :

- Les règles générales définies par le gouvernement (distanciation physique et port du masque, limitation des regroupements...),
- Les règles préconisées par la piscine des Blagis pour les activités de natation (en annexe 4.1) : si ces règles évoluent, le présent protocole pourra être révisé.

Il décline également les règles définies par la fédération (FFESSM).

Le présent document a été soumis à l'approbation de la piscine des Blagis.

Dans la suite de ce document, le mot « masque » se réfère aux masques faciaux (masques lavables en tissu, masques jetables chirurgicaux) et pas au masque de plongée.

Ce document définit des règles à suivre mais il n'a pas la possibilité d'être exhaustif. Mais la sécurité est l'affaire de tous : elle repose sur votre implication personnelle. N'hésitez pas à nous faire vos suggestions d'amélioration.

2. Moyens mis à disposition par l'ASBR le Beluga pour réduire le risque épidémique COVID-19

Avant la reprise, l'ASBR le Beluga va envoyer à tous les adhérents :

- Ce présent document concernant les règles sanitaires à adopter lors de notre reprise, avec en annexes :
 - ✓ Le protocole sanitaire de la piscine (cf. annexe 4.1)
 - ✓ L'auto-questionnaire pratiquant/encadrant (validé par le Médecin Fédéral National (cf. annexe 4.2)
 - ✓ Qui peut pratiquer l'activité aujourd'hui ? (Cf. annexe 4.3)

3. Règles à appliquer par les plongeurs / nageurs / apnéistes

Dans la suite de ce paragraphe, on ne présente que les règles inhérentes à la situation épidémique et pas les règles en vigueur avant l'épidémie.

3.1 Règles générales

- Avoir renseigné l'auto-questionnaire de la fédération (cf. annexe 4.2) et avoir remis (dans son dossier d'inscription) la partie basse détachable.
- Avoir préalablement pris connaissance de, voire assisté à la présentation du présent protocole sur place avant de participer à une séance.

3.2 Avant une séance

- A l'arrivée des adhérents : vérification de la jauge globale (1 pour 5 m²), organisation de l'encadrement.
- **Être à l'heure**, le cas échéant avertir qu'on est en retard. Il est essentiel que **chacun arrive entre 20h20 et 20h25** pour être à 20h30 au bord du bassin. Aucun regroupement ne sera accepté dans le hall de la piscine.
- Dans la mesure du possible, arriver à la piscine avec son maillot déjà sur soi.
- **Entrer dans le hall de la piscine** avec un **masque sur le visage**
- **Prise de température.** Remarque : une personne de l'encadrement du club sera à l'entrée de la piscine pour accueillir les participants. En cas de symptômes suspects (température > 37.5 °C, toux), par le dialogue, il demandera à l'adhérent de retourner chez lui et d'aller consulter un médecin.
- La personne de l'encadrement du club rappellera les consignes (lavage des mains avec le gel, douche savonnée avant de monter).
- Suivre le cheminement prescrit
- Utiliser le gel hydro alcoolique à l'entrée des vestiaires
- Se changer et mettre ses affaires dans un sac (tous les effets personnels devront être apportés au bord du bassin dans un sac)
- Ôter son masque pour **prendre une douche savonnée**, éventuellement en revêtant sa combinaison si on souhaite la porter pendant la piscine (il faudra donc savonner la combinaison sur vous et bien la rincer ensuite)
- **Remettre son masque et monter directement au bord du bassin**, déposer son sac dans les zones dédiées au bord du bassin, tremper dans le bac de désinfection les affaires qui vont à l'eau (exemple : PMT)
- Rejoindre son groupe
- Pour les personnes qui ont besoin de matériel : demander à son encadrant. Eviter d'entrer dans le local matériel
- Mettre tout votre matériel dans l'eau chlorée de la piscine (les détendeurs sont préalablement désinfectés comme d'habitude, avec des solutions virucides efficaces contre le COVID-19 notamment).
- Échanger du matériel entre adhérents est interdit.
- Les masques et tubas prêtés par le club devront être mis dans le bac de désinfection comme les embouts des détendeurs.

3.3 Pendant une séance

➤ Au bord du bassin

- **Ne pas cracher dans son masque.** Chaque adhérent devra être en possession d'un produit antibuée pour son masque de plongée.
- Faire le briefing par palanquée, au sec, en appliquant les règles de distanciation : l'encadrant n'aura pas son masque pour être facilement audible mais les élèves devront porter leur masque et être à **plus d'un mètre** de l'encadrant.
- **Respecter 2m de distance entre chaque palanquée.** Le briefing dans l'eau sera réduit au rappel des consignes de sécurité. Eviter les démonstrations qui peuvent générer des contacts entre plongeurs.
- Ôter et ranger son masque dans un sac étanche avant la mise à l'eau

➤ Dans l'eau :

- **Scaphandre** : pour les exercices de panne d'air, ne pas échanger d'embout, simuler la prise de détendeur de secours. Pour les séances de travail sur octopus, les élèves seront en binômes et l'octopus ne pourra être pris que par le binôme.
- Masque de plongée sur le visage et détendeur en bouche en surface
- Pas de briefing/débriefing en surface
- **Apnée** : lorsque l'apnéiste reprend son souffle, le plongeur de sécurité se met de côté (pas en face)
- **Nage avec palmes** : éviter de rester en bout de ligne et de discuter entre nageurs

3.4 Après une séance

- Remettre son masque (tissu ou chirurgical)
- Comme **chaque adhérent dispose de son propre matériel**, il est **de sa responsabilité de réaliser les opérations de désinfection à son domicile**. Seul les gilets mis à disposition par le club sont à ranger sur les portants en respectant le classement par taille
- Ranger par groupe (sur demande de l'encadrant) le matériel
- Ne pas se déséquiper dans le local (entrée interdite dans le local aux non encadrants)
- Suivre le cheminement de sortie indiqué (dans la mesure du possible, respecter la distanciation au niveau des douches : 1 douche sur 2)
- L'usage des sèche-cheveux est interdit
- Sortir de la piscine

4 Annexes

4.1 Protocole sanitaire de la piscine des Blagis

4.2 Auto-questionnaire de la fédération (FFESSM)

4.3 Qui peut pratiquer l'activité ?

ANNEXE 4.1

OUVERTURE DES PISCINES

Protocole sanitaire - Covid 19

- ▶ **Avant de rentrer dans l'établissement**
 - Port du masque et prise de température obligatoires
 - Retirer vos gants, si vous en portez
 - Vérification de la réservation, de la pièce d'identité et du justificatif de domicile
 - Une seule personne (ou famille) à la fois à l'accueil
- ▶ **À l'entrée de l'établissement**
 - Possibilité de rentrer 20 minutes avant le début de son créneau
 - Gel hydroalcoolique à l'entrée des vestiaires
 - Douche savonnée obligatoire
 - Utilisation des casiers interdite, tous les effets personnels devront être apportés au bord du bassin dans un sac
 - Dans la mesure du possible, venir à la piscine avec son maillot déjà sur soi
- ▶ **Dans la piscine**
 - Dépôt des sacs dans les zones dédiées au bord du bassin
 - Interdiction de se regrouper à plus de 2 personnes sur les plages
 - Évacuation obligatoire des bassins à la fin de chaque créneau
 - Obligation de respecter le sens de circulation dans les lignes d'eau
 - Interdiction de stationner au bout de la ligne et de discuter entre nageurs
- ▶ **À la sortie de l'établissement**
 - Passage par les vestiaires collectifs ou par le cheminement indiqué
 - Dans la mesure du possible, essayer de ne pas prendre de douche
 - Utilisation des sèche-cheveux strictement interdite
 - Possibilité de rester 20 minutes dans les vestiaires après la sortie de l'eau

Les règles à respecter

- Créneau de 1h30 de natation réservable sur valleesud.fr ou par téléphone
- Réservation 72h à l'avance et jusqu'à 1h avant le début du créneau
- Fréquentation maximale instantanée :
 - 1 nageur pour 5 m² dans un bassin de natation
 - 1 baigneur pour 10 m² dans un bassin d'apprentissage ou ludique
- Interdiction d'apporter du matériel extérieur (palmes, planches, pull-buoy)
- Ouverture des bassins, des toboggans et des plongeoirs
- Fermeture des autres équipements (sauna, hammam, jacuzzi, solarium)



Les abonnements et les cartes multi-entrées seront prolongés de la durée de la fermeture, soit 120 jours



Vallée Sud
Grand Paris
valleesud.fr

ANNEXE 4.2



FÉDÉRATION FRANÇAISE
D'ÉTUDES ET DE SPORTS
SOUS-MARINS.

FRENCH UNDERWATER FEDERATION
Fondée en 1948, membre fondateur de la Confédération mondiale des activités subaquatiques.

AUTO-QUESTIONNAIRE PRATIQUANT/ENCADRANT AVANT LA REPRISSE DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES DANS LE CONTEXTE DE LA PANDÉMIE AU COVID 19

<i>AUTO-QUESTIONNAIRE POUR LE PRATIQUANT ou ENCADRANT à l'ADMISSION</i>		
<i>Depuis le début du confinement, avez-vous présenté un épisode de ...</i>	<i>OUI</i>	<i>NON</i>
<i>1- Fièvre (Température sup. ou égale à 38°C sur plusieurs prises) ?</i>		
<i>2- Toux récente ou une toux aggravée sur plusieurs jours ?</i>		
<i>3- Gêne respiratoire récente ou aggravée ?</i>		
<i>4- Douleur dans la poitrine ou un essoufflement anormal ?</i>		
<i>5- Douleurs abdominales, des nausées ou de la diarrhée ?</i>		
<i>6- Maux de gorge ou un écoulement nasal ?</i>		
<i>7- Fatigue importante et anormale ?</i>		
<i>8- Maux de tête inhabituels ?</i>		
<i>9- Perte du goût et/ou de l'odorat ?</i>		
<i>10- Variations anormales de la fréquence cardiaque ou des palpitations ?</i>		
<i>Avez-vous ...</i>	<i>OUI</i>	<i>NON</i>
<i>11- Été testé positif au Covid 19 ?</i>		
<i>12- Été en contact prolongé (+ de 15 mn à moins d'1 m) dans les 15 derniers jours avec une personne testée positive au Covid 19 ou en présentant des symptômes ?</i>		

Si réponse NON à toutes les questions, admission possible dans les conditions identiques à celle d'avant l'apparition du Covid 19

Si réponse OUI à une des questions, nécessité de consulter un médecin avant la reprise ou le début des activités sportives et subaquatiques dans le respect de l'annexe médicale produite à cet effet par la FFESSM.



5 Attestation à remettre à la structure d'accueil

Je soussigné reconnais :

- Avoir pris connaissance de l'auto-questionnaire Covid 19 et n'avoir indiqué « Oui » à aucune des questions posées.*
- Avoir été informé qu'en l'état des connaissances sur le Covid 19, d'éventuelles séquelles liées à cette contamination pourraient générer des conséquences dans le cadre de la pratique des activités subaquatiques.*

6 **Nom : Prénom :**

Date : Signature :

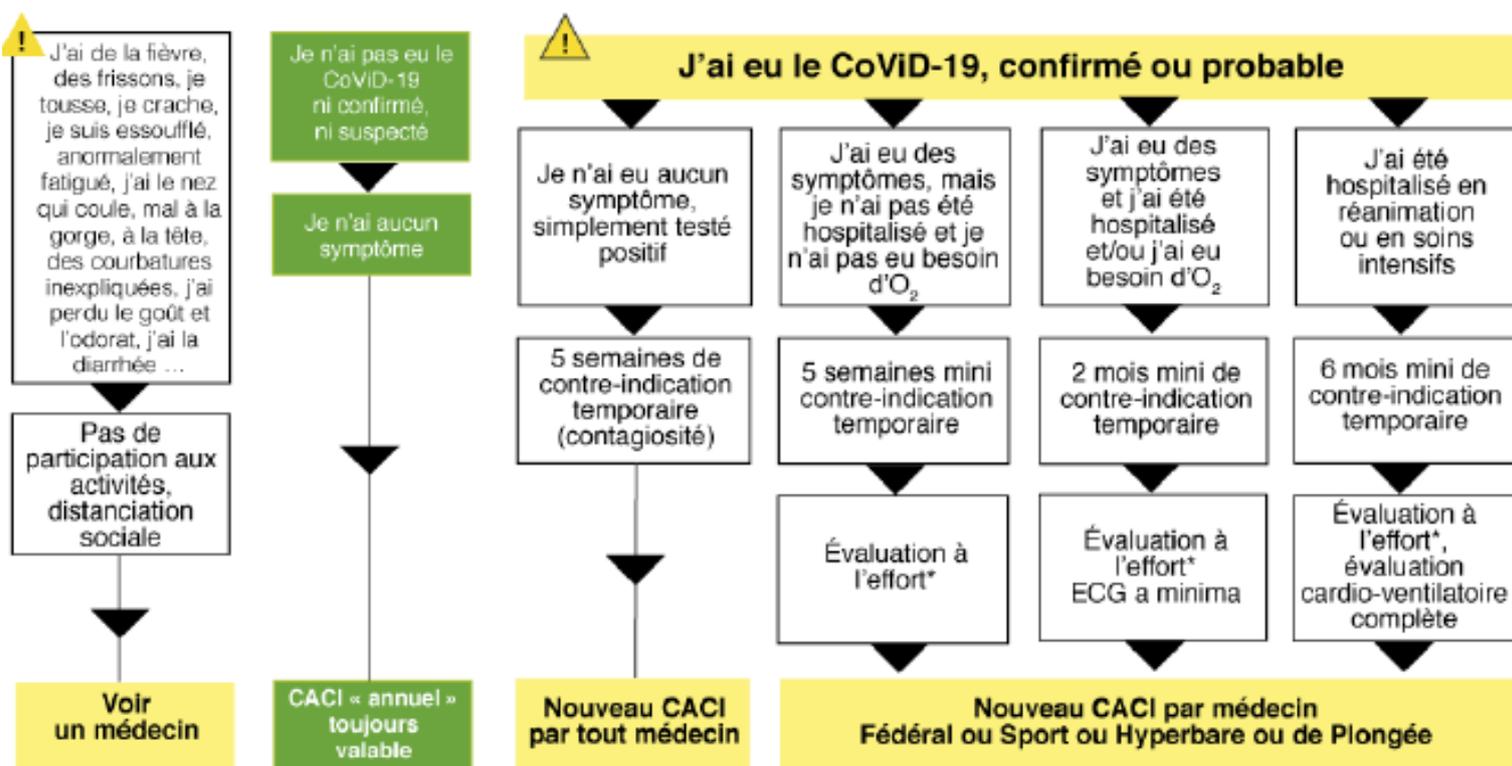
ANNEXE 4.3

Qui peut pratiquer l'activité?



PANDÉMIE COVID-19 PUIS-JE PRATIQUER AUJOURD'HUI ?

15/05/2020
medical.ffessm.fr



CACI : Certificat d'Absence de Contre-Indication

* Voir le document complet sur medical.ffessm.fr pour les détails

Reprise progressive de l'activité
En technicité, en intensité, en profondeur ... pas de recherche de performance immédiate.
Respect des consignes sanitaires - Restez à l'écoute de votre corps !