

Guide d'accompagnement énéosport de reprise des activités sportives

Mise à jour : 01 septembre 2021

1. Cadre et principes généraux

Ce document accompagne le protocole de reprise des activités édité par l'ADEPS au 01 septembre 2021 ; www.sport-adepts.be

Les protocoles de reprise de l'ADEPS sont en place et énéoSport met un point d'honneur à les réactualiser en fonction de nos réalités. Bien entendu, la sécurité et la protection de nos membres restent un objectif majeur. Ces documents sont complémentaires et rappellent le cadre fixé par les autorités et les mesures prises par le Conseil National de Sécurité, le Gouvernement Fédéral, les entités Fédérées, la Ministre des Sports et la Fédération afin de lutter contre la propagation du COVID-19. Le guide d'accompagnement énéoSport est destiné aux membres cercles sportifs énéoSport mais également aux pratiquants dans les cercle afin de les accompagner dans le processus de relance de leur activité sportive dans des conditions de sécurité optimales.

2. Les Règles d'or

Nous vous invitons à rappeler à vos membres le respect des "règles d'or" en ce qui concerne les comportements individuels :

1. Respecter les règles d'hygiène (lavage de main,...)
2. Privilégier les activités extérieures. Le cas échéant, la pièce doit être suffisamment ventilée ;
3. Prendre des précautions supplémentaires quand on est en présence de personnes à risques ;
4. Distance sociale recommandée entre les personnes

3. Les recommandations sanitaires pour les participants

Le principe de base suivant s'applique : si vous vous sentez malade, restez à la maison.

Si un participants vous informe qu'il a été testé positif après avoir participé à un de vos événements/activités, nous vous invitons à consulter ces deux sites internet qui expliquent le déroulement des tests et du suivi des contacts :

- <https://www.info-coronavirus.be/fr/d%C3%A9pistage/>
- <https://www.info-coronavirus.be/fr/suividescontacts/>

L'opérateur/organisateur doit fournir le matériel nécessaire pour assurer une bonne hygiène des membres sportifs :

- Se laver régulièrement les mains avec du savon et de l'eau, ou les désinfecter avec un gel hydro-alcoolique, est et reste une règle de base, et doit donc être possible à tout moment

avant, pendant et après l'activité.

- Des informations générales et de sensibilisation à l'hygiène (se laver les mains, éternuer dans le pli du coude, utiliser des mouchoirs en papier, ...) sont également activement diffusées.
- Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été très modérée durant le confinement et/ou présentant une pathologie chronique, il est conseillé de consulter un médecin avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.
- Pour tous les sportifs, il est recommandé une reprise progressive de l'activité sportive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort et de limiter les risques d'accident, notamment cardiaque, musculaires ou articulaires, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

4. Cadre général de la pratique sportive

Attention, des restrictions ou mesures particulières peuvent être prises de manière spécifique sur un territoire donné par les autorités communales, provinciales ou régionales. Veuillez vérifier auprès des autorités compétentes.

Voici les mesures-clé pour notre pratique au sein d'énéoSport :

4.1. Pour toutes les activités sportives :

Au 01 septembre, des assouplissements concernent uniquement la Région Wallonne. En effet, en raison de la situation épidémiologique de la Région de Bruxelles-Capitale, des règles plus contraignantes sont toujours d'application sur le territoire (exemple : le port du masque).

- Toutes les activités physiques et sportives sont autorisées tant en indoor qu'en outdoor ainsi qu'en piscine. Il n'y a plus de limite sur le nombre de participants/sportifs, que ce soit dans le sport libre ou organisé ;
- Une distance de 1,5 mètre est recommandée entre les personnes ;
- Privilégier la pratique sportive en extérieur, aménager l'espace en cas de pratique à l'intérieur (ouverture des portes et fenêtres)
- Les activités en intérieur peuvent avoir lieu :
 - L'utilisation d'appareils de mesure de la qualité de l'air (CO2) est obligatoire dans les établissements sportifs ou dans les espaces dits « clos » ; dans lequel du sport est pratiqué, dans lequel l'événement a lieu, dans lequel les files d'attente se trouvent, ainsi que dans les vestiaires ;
 - Le CO2 mètre doit être placé dans un lieu représentatif, à hauteur d'homme (entre 1m50 et 2 m). Ces appareils doivent être installés à un endroit central, et non à côté d'une porte, d'une fenêtre ou d'un système de ventilation ;
 - Au moins un appareil de mesure de la qualité de l'air doit être présent dans chaque espace séparé où plusieurs personnes se trouvent simultanément plus de 15 minutes, en ce compris dans les vestiaires. Les indicateurs en matière de qualité de l'air :
 - A partir de 900 PPM*, l'exploitant doit mettre en place un plan d'action compensatoire, par exemple en augmentant le renouvellement d'air, ou en diminuant le nombre de personnes ;
 - Entrée en vigueur à partir du 01/09/2021 avec une phase transitoire sans contrôle jusqu'au 01/11/2021.
- Les toilettes, distributeurs, et DEA doivent rester accessibles
- Concernant le port du masque, il n'est plus obligatoire en **Région wallonne** :

- lors de compétitions et entraînements sportifs de faible ampleur ;
 - dans les lieux de passage (couloirs, hall d'entrée, etc.) ;
 - pour les événements et fêtes privées rassemblant moins de 200 personnes à l'intérieur et 400 personnes à l'extérieur, sauf décision contraire de l'autorité locale.
- **Mesures spécifiques pour la Région Bruxelles Capitale:**
 - En dehors de la pratique sportive, le port du masque reste obligatoire dans les locaux accessibles au public des établissements sportifs et récréatifs.

4.2. Règles particulières pour les piscines :

- Veillez à respecter les règles mise en place par l'établissement (distanciation entre les nageurs, règles propres aux vestiaires, déplacements,...)

4.3. Les locaux et le matériel

- Les vestiaires et douches sont accessibles sans masque en **Région wallonne**. Le port du masque reste obligatoire en **Région Bruxelles Capitale** ;
- Désinfection du matériel entre chaque utilisation ;

Vestiaires - recommandations spécifiques :

- assurer, en permanence, une ventilation maximale et régulière ;
 - la présence d'un CO2 mètre est obligatoire ;
 - disposer de gel désinfectant et/ou spray désinfectant ;
 - réduire le temps de vestiaire et sous la douche au minimum ;
- L'exploitant ou l'organisateur prend les mesures d'hygiène nécessaires pour désinfecter régulièrement l'établissement et le matériel utilisé ;
 - Assurer une bonne aération de la salle si l'activité s'organise à l'intérieur.

4.4. La nourriture et les repas

En Région Wallonne, les événements de petite ampleur (un public de moins de 200 personnes à l'intérieur et de moins de 400 personnes à l'extérieur), pourront être organisés sans la moindre restriction en matière d'obligation du port du masque, de distanciation sociale et d'activités HORECA.

En Région de Bruxelles Capitale : les règles HORECA sont maintenues :

- maximum 8 personnes à table ;
- places assises uniquement ;
- pas de service au bar (à l'exception des établissements unipersonnels) ;
- les terrasses ouvertes doivent avoir un côté au moins ouvert en tout temps dans son entièreté ;

5. Information et communication

- Tous les acteurs impliqués dans l'activité (participants, encadrants ...) doivent être informés préalablement des règles et des mesures prises. Un modèle vous est proposé à la fin de ce guide, reprenant les règles en vigueur, que vous pouvez imprimer pour affichage et/ou l'envoyer à tous les participant au préalable.

- La consigne de ne pas venir si l'on est porteur d'un symptôme (v. précédemment) doit être transmise très clairement avant l'activité ;
- À chaque début de séance, l'animateur assure une sensibilisation des participants aux gestes barrières, aux consignes sanitaires et aux mesures de distanciation physique.

La perception du risque lié au Covid est très personnelle. Certaines personnes redoutent de sortir, d'autres ont déjà oublié les principes de précautions. Respectez la prudence extrême des plus craintifs et demandez le respect des consignes par les plus audacieux.

Mais ne portez pas seul la responsabilité de rappeler et faire respecter les consignes : mettez chacun dans votre groupe à contribution. C'est en y étant attentifs tous ensemble que le résultat sera le meilleur.

Ces consignes ne sont pas facultatives.

Leur mise en œuvre doit néanmoins s'adapter à chaque contexte (le lieu, le type d'activité...)

Nous savons pouvoir compter sur votre bon sens et votre créativité.

Merci déjà pour votre implication.

Rappel des mesures sanitaires d'application dans le cadre d'une activité énéoSport

Pour nous protéger du coronavirus et permettre une reprise sans danger, veillons à respecter les principes et mesures suivantes ;

1. État de santé : annuler sa participation à l'activité si vous vous sentez malade.
2. Respecter les règles d'hygiène (lavage de main). Gel hydroalcoolique personnel à prendre avec lors de l'activité sportive : vivement conseillé. Utilisation à l'arrivée, puis régulièrement pendant l'activité, notamment en cas de contacts avec des personnes ou du matériel.
3. Vigilance : reprise des activités sportives avec une intensité modérée et progressive.
4. Port du masque personnel : le port du masque reste obligatoire en région de Bruxelles Capitale en dehors de la pratique sportive. En région wallonne, le port du masque n'est plus obligatoire en Région wallonne lors des entrainements sportifs de faible ampleur et dans les lieux de passage (couloirs, hall d'entrée, vestiaires, etc.).
5. Matériels et équipements doivent être nettoyés à la fin de l'activité.
6. Référez-vous au responsable de l'activité pour toute question concernant les mesures en vigueur.