

Conditions de reprise de l'entraînement à partir du mardi 1^{er} septembre :

Pour mettre fin à la propagation du Coronavirus (Covid-19), il convient d'appliquer les gestes barrières suivants :

1. Restez chez vous si vous êtes malade.
2. Lavez-vous les mains régulièrement à l'eau et au savon.
3. Gardez entre vous une distance suffisante (1,5 mètre).
4. Limitez vos contacts physiques
5. Portez un masque bucco-nasal dans les transports en commun et dans les espaces publics fréquentés.

Les 6 règles d'or :

1. Le maintien des règles d'hygiène élémentaires (lavage de main, ne pas faire la bise, ne pas serrer les mains, ...) ;
2. L'option des activités en plein air doit être privilégiée. En cas d'impossibilité, il convient d'aérer les locaux ;
3. Le maintien des précautions d'usage vis-à-vis des personnes des groupes à risques ;
4. Le maintien des distances sociales sauf avec les personnes habitant sous le même toit, les enfants de moins de 12 ans entre eux, ou les personnes faisant partie de la même « bulle élargie ». Si ce n'est pas possible, il est recommandé de porter un masque ;
5. Les contacts sociaux seront permis entre 15 personnes différentes par semaine, en plus des personnes vivant sous le même toit ;
6. Les réunions de groupe sont autorisées avec un maximum de 15, enfants compris (par exemple restaurant, balade dans un parc, ...).

Règles et recommandations de reprise :

- Toutes les activités sportives (avec et sans contacts) sont autorisées quel que soit l'âge du participant ;
- Si vous présentez des symptômes, arrêtez immédiatement votre activité. 14 jours après les premiers symptômes ET 72h après la disparition des derniers symptômes, vous ne présentez plus de risque de contamination.

- Les toilettes, lavabos, vestiaires et douches sont accessibles, avec du savon ou gel hydro-alcoolique disponible. Les toilettes doivent être désinfectées en continu.
- Le défibrillateur est accessible. Indiquer la localisation de celui-ci.
- Pour les buvettes et restaurants, le protocole Horeca s’applique – Attention, le port du masque est obligatoire pour les déplacements au sein de cet espace et le traçage doit être assuré (une fiche spécifique est disponible sur le site SPF Economie <https://economie.fgov.be/fr> ;
- La salle de musculation est accessible selon les recommandations du protocole de reprise des activités fitness :
http://www.lbfa.be/web/sites/default/files//fichier/2020_07_28-protocole_fitness_phase_4_final.pdf
- Un vestiaire est occupé par les membres d’une même équipe ;
- Un vestiaire ou des vestiaires peuvent être partagés par des personnes d’une même bulle (max 50 personnes) ;
- Un nettoyage et une désinfection des vestiaires et des douches doivent être réalisés entre chaque roulement ;
- Respect des recommandations générales :
 - Respecter une distanciation sociale minimale d’1,5 m en dehors de toute activité physique pour les personnes de plus de 12 ans ;
 - Tousser ou éternuer dans son coude et utiliser des mouchoirs à usage unique ;
 - Se laver les mains au savon ou au gel hydro-alcoolique avant et après l’entraînement ;
 - Prévoir sa bouteille personnelle.
- Une liste des participants, comprenant au minimum nom, prénom, numéro de téléphone ou adresse mail, doit être tenue et conservée minimum 14 jours calendrier afin de permettre le traçage en cas d’infection. Ces données ne peuvent être utilisées à d’autres fins que la lutte contre le COVID-19. Elles doivent être détruites après 14 jours calendrier et les participants doivent expressément donner leur accord. Les participants qui le refusent se voient l’accès refusé à l’activité.
- L’ADEPS préconise maximum 4 groupes de 50 participants, idéalement toujours les mêmes, avec présence obligatoire d’un encadrant.
- Les groupes ne peuvent se mélanger. L’utilisation des surfaces sportives doit tenir compte du nombre de groupes en présence.
- L’encadrant qui supervise plusieurs groupes devra maintenir une distance de minimum 5m ou s’équiper d’un matériel de protection vis-à-vis de ses pratiquants (masque, visière, écran plexiglass,...).

- En dehors de la pratique sportive, le port du masque, qui doit couvrir le nez et la bouche, est une consigne stricte pour tous les plus de 12 ans (le public, les sportifs, le personnel sportif, d'entretien et extra-sportif, et ce, dans les espaces communs et sur les bords du terrain).

Pour le sportif, le port du masque varie selon l'intensité de l'activité :

- Activité à faible ventilation : < 100 pulsations par minute : le masque est recommandé
 - Activité à forte ventilation : > 100 pulsations par minute : le masque n'est pas recommandé car il sera rapidement saturé de vapeur d'eau et perdra toute son efficacité. Il est recommandé de remettre le masque 10-15 minutes après la fin de l'activité.
- Pour la gestion du matériel, il est recommandé :
 - De privilégier le matériel individuel avec désinfection avant et après usage avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau)
 - De désinfecter le matériel sportif et non sportif (ex : interrupteurs) touché régulièrement avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau)
 - Le gestionnaire veille à prévoir un affichage et effectuer un rappel régulier des mesures d'hygiène à respecter. Pour les enfants, il y a lieu de prévoir une distribution des consignes aux parents et encadrants ;

Recommandations avant la pratique sportive :

- Les règles d'hygiène restent d'application en dehors des activités sportives :
 - Lavage des mains avant l'activité ;
 - Le port du masque est obligatoire avant l'activité pour toutes les personnes de plus de 12 ans ;
 - Identification et affichage d'un horaire par groupe de dépôt et de reprise des participants.
- Prévoir un parcours de circulation afin de respecter la distanciation sociale à l'arrivée et au départ des participants ;
- En supplément, stations de distribution de gel hydro-alcoolique par exemple à l'accueil, à l'entrée des salles.

Recommandations pendant la pratique sportive :

- Un circuit de déplacement spécifique doit être prévu et doit permettre d'éviter les croisements ;
- Collations et boissons doivent être individuelles ;
- Les fontaines d'eau sont interdites (privilégier les bouteilles/gourdes personnelles).

Recommandations après la pratique sportive :

- Lavage des mains après l'activité ;
- Le port du masque est obligatoire après l'activité pour toutes les personnes de plus de 12 ans ;
- Nettoyer et désinfecter tout le matériel partagé avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau)

La L.B.F.A. reste bien évidemment à votre disposition par e-mail (info@lbfa.be) et par téléphone (02/47.47.204).