

Reprise possible des activités

Version du 2 janvier

Nous pouvons reprendre nos activités avec un certain nombre de contraintes et d'adaptations.

A partir du lundi 4 janvier

- Reprise autorisée pour tous les mineurs (-18 ans)

Tous les groupes enfants ont la possibilité de reprendre en fonction du planning établi spécifiquement pour cette reprise

- Couvre Feu : vous devez être rentrés à 20h chez vous, fin des activités à 19h30.

Rhabillage : 10 minutes max - Possibilité de sortir avant pour ceux habitant le plus loin.

- Pas de reprise possible pour les adultes dans la piscine couverte avant le 20 janvier d'après les informations actuelles...



A lire

attentivement
en entier avant
de reprendre les
entraînements

Respect des protocoles et recommandations sanitaires

Un ensemble de règles ont été définies afin de pouvoir réaliser cette reprise, nous vous demandons de les lire attentivement (avec vos enfants) et de les respecter. Ces règles visent à limiter les croisements entre les groupes ou associations et à pouvoir effectuer des désinfections systématiques entre chaque créneau.

Nous comptons sur votre compréhension si sur certains créneaux l'entrée au bassin et donc dans l'eau se retrouve retardée à cause de la désinfection. Ces protocoles pourront évoluer pour s'adapter au mieux au fonctionnement de la piscine et à la situation sanitaire.

Etabli d'après les recommandations et protocoles fournis par le Ministère des Sports, la FFN et la Municipalité de St Germain du Puy

Nous nous devons de respecter ensemble ces règles, nous comptons sur vous :)

Règles générales à respecter pour la reprise des cours

Version du 12 décembre



PARTICIPANTS LIMITÉS
9 nageurs par ligne d'eau



RESPECT DE LA DISTANCIATION

1m hors activités, 10m en courant
2m² par personne en renfo

Gardez vos distances au bord du bassin et en bout de ligne



MATÉRIEL PERSONNEL

Uniquement les ceintures, planches
et frites seront prêtées
Sinon chacun sa gourde et son matériel



RESPECT DES HORAIRES

Respect strict début / fin pour
accéder au vestiaire puis accès
au bassin lorsque l'éduc l'autorise



PORT DU MASQUE 6 ANS ET +

A l'arrivée Jusqu'à la douche puis
pour rejoindre des vestiaires



LAVAGE DES MAINS À L'ARRIVÉE

Du gel hydroalcoolique sera disponible



SENS DE CIRCULATION

Respect des sens de circulation
et des affichages dans la piscine



ATTENTE EXTÉRIEURE

Les parents ne doivent pas entrer
dans la piscine ou le gymnase
mais doivent attendre dehors



RESPECT DES AUTRES GESTES BARRIÈRES

Pas d'embrassade ni de serrage de main
Tousser, éternuer dans son coude ou un mouchoir
Eviter de se toucher le visage



AUCUN SYMPTÔME

Chacun est invité à s'astreindre avant chaque séance
à l'auto-questionnaire joint et ne doit pas se rendre à
la séance au moindre symptôme.

Etabli d'après les recommandations et protocoles fournis par le Ministère des Sports, la FFN et la Municipalité de St Germain du Puy

Nous nous devons de respecter ensemble ces règles, nous comptons sur vous :)

Mon parcours dans la piscine

Version du 12 décembre



1-Entrée masqué

Je mets mon masque avant d'entrer dans la piscine

(6 ans et +)



2-Mains désinfectées

Je me lave les mains à l'entrée dans la piscine



3-Accès vestiaire

Je me dirige au vestiaire du côté prévu au planning



4-Sans chaussures

Je retire mes chaussures avant d'accéder au vestiaire
Je les mets dans les casiers à chaussures ou je les mets dans mon sac mais je ne les pose pas par terre au bassin



5-Déshabillage

Je me change et mets mes affaires dans un grand sac, si je peux je mets mon maillot de bain chez moi avant de venir pour me changer plus facilement et plus rapidement.

Je garde mes distances avec mes camarades et je garde mon masque.



6-Accès bassin

J'accède au bassin et installe mes affaires du côté des vestiaires où je me suis changé.

Je ne mets pas mes affaires devant les portes.

Je prépare mon matériel et m'échauffe à sec en gardant mon masque.



7-Douche obligatoire

Quand mon éducateur me le demande, j'enlève mon masque et je vais prendre une douche avant d'aller dans le bassin.



8-Pendant la séance

Pendant la séance je garde mes distances avec mes camarades et je n'échange pas mon matériel.



9-Fin de séance

En fin de séance, je remets mon masque quand je sors de l'eau.

Je ne prends pas de douche à la sortie et je retourne aux vestiaires par lesquels je suis entré.



10-Sortie rapide et masqué

Je me dépêche de me rhabiller afin de rester le moins longtemps possible dans les vestiaires et permettre la désinfection entre chaque créneau.

Je sors de la piscine par la porte de droite.



Etabli d'après les recommandations et protocoles fournis par le Ministère des Sports, la FFN et la Municipalité de St Germain du Puy

Nous nous devons de respecter ensemble ces règles, nous comptons sur vous :)

QUESTIONNAIRE préalable à l'entraînement

(A conserver par le nageur)

NOM :

Date :

PRENOM :

Prise de température : °C

Fréquence cardiaque de repos (le matin avant de se lever) :/mn

Durant ces dernières 24 h, je présente :

- De la fièvre > ou = à 38° OUI NON
- Une toux OUI NON
- Un essoufflement OUI NON
- Une perte de goût et/ou de l'odorat OUI NON
- Des céphalées OUI NON
- Des courbatures inhabituelles OUI NON
- Une grosse fatigue OUI NON
- Un syndrome diarrhéique de plus de 3 selles quotidiennes OUI NON
- Des douleurs thoraciques (à type de brûlures) OUI NON
- Des signes cutanés des mains ou des pieds (type engelure) OUI
NON

Si vous avez répondu oui à une ou plusieurs questions, vous n'êtes pas en mesure de suivre l'entraînement. Merci de :

- Contacter votre entraîneur pour l'avertir de votre absence
- Consulter votre médecin traitant
- Tenir informé votre médecin de pole et votre médecin d'équipe des conclusions de la consultation

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



Se laver régulièrement les mains
ou utiliser une solution hydro-
alcoolique



Tousser ou éternuer dans son
coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir
à usage unique



Porter correctement un masque
quand la distance ne peut pas
être respectée et dans les lieux
où cela est obligatoire



Respecter une distance d'au
moins un mètre avec les autres



Limiter au maximum ses
contacts sociaux (6 maximum)



Éviter de se toucher le visage



Aérer les pièces 10 minutes,
3 fois par jour



Saluer sans serrer la main
et arrêter les embrassades



Utiliser les outils numériques (TousAntiCovid)



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000
(appel gratuit)

COVID-19

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque



Bien se laver
les mains



Mettre les élastiques
derrière
les oreilles

OU



Noyer les lacets
derrière
la tête et le cou



Pincer le bord rigide
au niveau du nez,
s'il y en a un, abaisser
le masque en dessous
du menton et ne plus
le toucher

Comment retirer son masque



Se laver les mains
et enlever le masque
en ne touchant
que les lacets
ou les élastiques



Après utilisation,
le mettre dans un sac
plastique et le jeter

OU



s'il est en tissu,
le laver à 60°
pendant 30 min



Bien se laver
les mains
à nouveau

**Le masque est un moyen de protection complémentaire
qui ne remplace pas les gestes barrières**



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000
(appel gratuit)



ON NE SAIT JAMAIS QUAND ON CROISE LE VIRUS.

MAIS AU MOINS,
ON SAIT QUI
ON A CROISÉ.



En cas de test positif, je communique la liste de tous mes contacts récents à mon médecin traitant et à l'Assurance Maladie pour qu'ils puissent les alerter, et j'alerte les personnes que j'ai croisées grâce à l'application #TousAntiCovid. En identifiant les personnes contact, je participe à ralentir la propagation de l'épidémie.

ENSEMBLE, CONTINUONS L'EFFORT.

1 Pour plus d'informations : www.gouvernement.fr/info-coronavirus



Téléchargez TousAntiCovid

Soyez alerté et alertez les personnes
en cas d'exposition à la Covid-19



J'active l'application
notamment dans les
lieux où la distanciation
sociale est difficile à
mettre en œuvre



Je suis alerté si j'ai eu un
contact à risque et j'alerte
les personnes qui ont été à
proximité ces derniers jours
si je suis diagnostiqué
comme un cas de COVID-19



Je m'informe sur
l'épidémie, je trouve
des conseils personnalisés
et la carte des laboratoires
de dépistage proches de
chez moi

www.gouvernement.fr/info-coronavirus/tousanticovid