

PROTOCOLE DE VIGILANCE PRÉVENTIVE



Niveau 1 de vigilance

Il répond à un niveau de vigilance commun à tout citoyen. Il permet une **pratique en groupe de 2 à 8 personnes**, dans une surface délimitée.

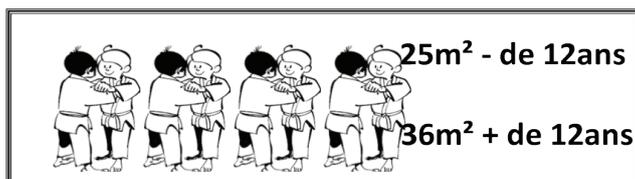
Échéancier : dès la possibilité de reprise des activités en groupe.

Conditions sanitaires

- Distance de ~~proximité~~ **proximité** sanitaire
- Limitation du ~~nombre~~ **nombre** de pratiquants
- Gestes barrières Covid-19
- Port de ~~casque~~ **casque**

Préconisations pédagogiques générales

- Aucune restriction pédagogique tant que les situations proposées permettent le respect des gestes barrières.



Les incontournables pour un bon fonctionnement du protocole

- 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
- Je ne vis pas avec une personne fragile (> 70 ans, pathologie cardiaque ou pulmonaire chronique, immunodéficience)
-  Si j'ai eu le COVID-19 et ai été hospitalisé, je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise d'activité



- Si j'ai eu des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées,...), ces symptômes ont débuté depuis plus de 24 jours et ont pris fin depuis 48h minimum.

Préconisations spécifiques à la FFJDA

- Se doucher et avoir les cheveux lavés
- S'assurer que sa tenue de pratique ait bien été lavée (judogi, ...)
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés
- Etre allé aux toilettes
- Prendre un sac (de moyen ou grand volume) à l'intérieur duquel doivent figurer sa tenue de pratique, des mouchoirs jetables non utilisés, sa lotion 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
- Lavage des mains à l'aide du distributeur de gel hydro-alcoolique positionné à l'accueil
- Enlever ses chaussures et les déposer à l'emplacement prévu à l'accueil
- L'accompagnant quitte le lieu de l'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 depuis le passage à l'accueil au démarrage de la séance

- Le pratiquant se rend au vestiaire pour se changer. Il met son judogi et plie ses autres affaires pour les mettre dans son sac.
- Il sort du vestiaire avec son sac, met ses « zoori » pour se rendre dans la salle de pratique.
- Il pose ses « zoori » au bord du tatami, sort sa gourde, son paquet de mouchoirs et son gel hydro-alcoolique. Les autres effets personnels doivent rester dans le sac (téléphone,...).
- Il s'assied sur le tatami, les jambes dirigées vers l'extérieur et se masse les pieds avec du gel hydro-alcoolique.
- Il se retourne vers l'intérieur, se lève, salue le tatami et rejoint l'emplacement pour le salut commun de démarrage. Le salut se fait en ligne.

Mise en place des mesures sanitaires durant la séance

- Le salut commun de démarrage de la séance se fera en ligne comme traditionnellement.
- La séance se déroule de manière classique au sein d'un groupe de 2 à 8 personnes, sur un espace délimité de 25m² minimum pour les moins de 12 ans et 36m² minimum pour les plus de 12 ans
- En fin de séance, le salut commun se fait à nouveau en ligne.
- Chacun salue le tatami puis s'assied au bord du tatami, les jambes tournées vers l'extérieur.

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

- Le pratiquant se masse les pieds avec du gel hydro-alcoolique, chausse ses « zoori », prend son kit sanitaire et sa gourde et rejoint le vestiaire pour prendre une douche et se rhabiller.
- 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 hydro-alcoolique.
- Le pratiquant mineur qui se déplace accompagné, 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 (judogi) au lave-linge
- Désinfecter ses « zoori »
- Laver sa gourde et réapprovisionner son kit sanitaire (gel hydro-alcoolique, mouchoirs, masque)