

# GUIDE DE RECOMMANDATIONS

## RENTRÉE SEPTEMBRE 2020



Version du 05/10/2020



PARTENAIRE PRINCIPAL



PARTENAIRES OFFICIELS



SUIVEZ NOUS SUR



[ffnatation.fr](http://ffnatation.fr)

# INTRODUCTION

Profondément bouleversées depuis le printemps par les nouvelles mesures sanitaires liées à l'épidémie de Covid-19, les activités aquatiques peuvent reprendre sereinement à l'aube de la saison 2020-2021, sous réserve de respecter un certain nombre de règles et de recommandations applicables au fonctionnement général d'une piscine et à l'organisation de ses activités associatives.

Ce guide est un support reprenant les mesures sanitaires réglementaires établies sur la base des expertises scientifiques du Haut Conseil à la Santé Publique et du ministère de la Santé, adaptées aux enjeux pratiques des acteurs sportifs. Celles-ci doivent être impérativement mises en œuvre dans le cadre de la pratique sportive individuelle ou encadrée (pour tous et en tous lieux) selon une déclinaison territoriale soumises aux décisions des autorités locales en fonction de la situation épidémiologique de chaque territoire.

Ce document s'appuie également sur les différents guides de reprise publiés par le ministère en charge des Sports.

En parallèle, la commission des médecins fédéraux, en lien avec la direction technique nationale, propose un certain nombre de recommandations applicables à ses disciplines, en vue de faciliter une reprise sereine des structures fédérales pour l'ensemble de ses activités.

Ce document, à destination des clubs et des structures fédérales déconcentrées, se doit d'être partagé avec les responsables d'établissements, dont le protocole, seul, prévaut en matière d'organisation des activités au sein d'une piscine.

# SOMMAIRE

|                                                                                                            |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1 - Dispositions propres à l'établissement                                                                 | 4  |
| 2 - Dispositions propres à l'association                                                                   | 4  |
| 3 - Dispositions propres au licencié                                                                       | 5  |
| 3.1 - Dispositions générales                                                                               | 5  |
| 3.2 - Dispositions avant et après la pratique                                                              | 5  |
| 4 - Organisation des activités du quotidien                                                                | 6  |
| 5 - Organisation des compétitions et des matchs                                                            | 7  |
| 5.1 - Dispositions générales                                                                               | 7  |
| 5.2 - Dispositions communes à toutes les disciplines                                                       | 8  |
| 5.3 - Natation Course                                                                                      | 9  |
| 5.4 - Eau Libre                                                                                            | 9  |
| 5.6 - Plongeon                                                                                             | 9  |
| 5.7 - Natation artistique                                                                                  | 9  |
| 5.8 - Water-polo                                                                                           | 9  |
| 6 - Stages collectifs, déplacements et départs à l'étranger                                                | 10 |
| 7 - Cas concrets                                                                                           | 11 |
| 7.1 - Je suis pratiquant, je reprends mon activité physique                                                | 11 |
| 7.2 - Je rencontre un cas suspect de Covid-19 dans mon association durant l'entraînement ou la compétition | 12 |
| 7.3 - Suis-je probable cas-contact ?                                                                       | 13 |

## 1-Dispositions propres à l'établissement

Les préconisations en la matière s'appuient sur les recommandations publiées dans le guide ministériel concernant les équipements sportifs, mis à jour le 2 septembre 2020.

### ● CAPACITÉ D'ACCUEIL DES PISCINES

Dans une optique de prévention des fortes affluences, la Fréquence Maximale Instantanée (FMI) pendant cette période de reprise est fixée à 80% de la FMI réglementaire de l'installation (Source : Guide de recommandations du ministère des Sports).

### ● DIFFÉRENCIATION DES PUBLICS

Les créneaux associatifs peuvent être partagés avec l'ouverture au grand public de l'établissement, dans le respect des mesures sanitaires de ce dernier.

Compte-tenu de la haute autonomie organisationnelle des structures associatives, celles-ci peuvent se voir appliquer un protocole plus assoupli pour le développement de leurs pratiques.

### ● ACCESSIBILITÉ DE L'INSTALLATION AUX DIFFÉRENTS PUBLICS

La halle bassins peut être accessible à d'autres personnes que les pratiquants et encadrants dans le respect général des gestes barrières et mesures de distanciation. Les vestiaires collectifs peuvent désormais à nouveau être mis à disposition des groupes scolaires et associatifs.

## 2-Dispositions propres à l'association

### ● MISE EN PLACE D'UNE CELLULE ADMINISTRATIVE COVID-19

Il est nécessaire pour chaque association de désigner un ou plusieurs référents Covid-19 qui pourront être le relais des recommandations fédérales auprès de l'exploitant de l'installation, des licenciés du club et des ARS en cas de nécessité. Les coordonnées de ce référent seront communiquées à la FFN pour faciliter la transmission des informations dans un contexte réglementaire encore très fluctuant.

### ● RECENSEMENT ET MISE À JOUR DE L'ACTIVITÉ DU CLUB

La tenue d'un registre des présences via un système horodaté permettant d'identifier les personnes ayant pris part à l'activité (pratiquants, staff, arbitre, accompagnants, ...) est fortement préconisée, afin de faciliter l'identification éventuelle des personnes ayant été en contact avec une personne diagnostiquée positif au Covid-19. [modèle-type]

### ● MISE EN PLACE ÉVENTUELLE D'UN ACCORD TEMPORAIRE D'UTILISATION AVEC L'EXPLOITANT

En lien avec le gestionnaire de l'établissement, et en fonction des moyens humains et techniques dont il dispose, le club pourra être amené à s'impliquer davantage sur :

- o une surveillance tout particulière de la désinfection des mains avant, pendant et après l'activité de ses pratiquants;
- o la désinfection du matériel utilisé;
- o le nettoyage et la désinfection générale de la piscine, des zones communes et des espaces annexes.

## 3-Dispositions propres au licencié

### 3.1 DISPOSITIONS GÉNÉRALES

- Le certificat médical n'est désormais plus obligatoire dans le cadre d'une reprise d'activité sportive pour les personnes ne présentant aucune suspicion de Covid-19. La réglementation habituelle s'applique dans ce cas (certificat médical valable 3 ans et questionnaire de santé à remplir). De même, la prise de température de manière générique n'est pas recommandée par le HCSP. Le questionnaire d'activité joint aux formulaires d'affiliation tient compte des nouvelles dispositions liées au contexte sanitaire. [[pj QS-FFN](#)]
- Chaque usager de la piscine (nageur, coach, staff) est invité à s'astreindre, avant chaque séance, à un auto-questionnaire, lui permettant de juger son état de forme, avant de se rendre sur son lieu de pratique. [[auto-questionnaire](#)]
- Ne peut participer à un entraînement toute personne fébrile ou présentant des signes évocateurs du Covid-19 (fièvre, toux, mal de gorge, nez qui coule, perte du goût et de l'odorat)

### 3.2 DISPOSITIONS AVANT ET APRÈS DE LA PRATIQUE

- Respect des gestes barrières durant l'ensemble de la séance, de l'entrée dans l'établissement à sa sortie. Le port du masque est obligatoire à partir de 11 ans.
- Les pratiquants auront pris leurs dispositions avant l'entraînement pour réduire leur temps dans les vestiaires au strict minimum.
- Pour l'utilisation des vestiaires et casiers, l'usage de ce qui est fait dans l'établissement prévaut
- Les vestiaires collectifs sont accessibles, sous réserve du port du masque et du respect d'une distanciation physique d'un mètre.
- Pour faciliter la distanciation, les plages et les tribunes pourront également être utilisées pour se changer, en accord avec le responsable de l'établissement
- Le stationnement sur les plages du bassin s'effectue dans le strict respect des règles de distanciation générale
- Les pratiquants prendront une douche savonnée avant et après la pratique
- Les pratiquants arrivent à l'heure et quittent la piscine dès la fin de la séance
- Les encadrants doivent porter un masque en permanence, A l'exception de l'entraîneur principal désigné pour la séance, les encadrants doivent porter un masque en permanence

## 4- Organisation des activités du quotidien

Comme prévu dans les nouvelles dispositions ministérielles, les activités aquatiques ne peuvent s'effectuer dans le strict respect d'une distanciation physique générale de 2 mètres, c'est pourquoi la FFN propose une organisation dérogatoire.

- L'ensemble des pratiques individuelles et collectives de la FFN peuvent reprendre
- Seule la règle d'un espace de distanciation de 2 m<sup>2</sup> entre chaque pratiquant prévaut lors des phases dites « statiques » : récupération, prises des informations de l'encadrant...
- Les encadrants veilleront notamment à ce qu'aucun regroupement ne se fasse aux murs d'extrémité du bassin
- Afin d'éviter ces regroupements, les départs des séries peuvent s'effectuer en décalé
- Si plusieurs groupes pratiquent en même temps, il conviendra d'éviter le mélange de ces différents groupes
- Pour les activités de type aquaforme (aquabike notamment) ou d'éveil, un espace de distanciation de 2m<sup>2</sup> doit être également respecté dans le bassin
- Pour les activités d'éveil ou d'apprentissage nécessitant la présence d'un encadrant dans l'eau, celui-ci est considéré comme un pratiquant et soumis aux mêmes règles
- Il est recommandé que chaque pratiquant vienne avec son matériel personnel : bonnet, lunettes, planche, pull-boy, pince-nez, serviettes, gourde, etc... Ce matériel personnel ne doit pas être mutualisé
- L'utilisation de matériel collectif est possible, à condition d'un strict nettoyage avant, pendant et après la séance (aquabike, step, matériel bébé-nageurs...)
- L'ensemble des publics non pratiquants sont soumis au port du masque à l'exception de l'entraîneur principal désigné durant la séance.

### CORONAVIRUS

Ce qu'il faut savoir

**LES INFORMATIONS UTILES**

**0 800 130 000** (appel gratuit)

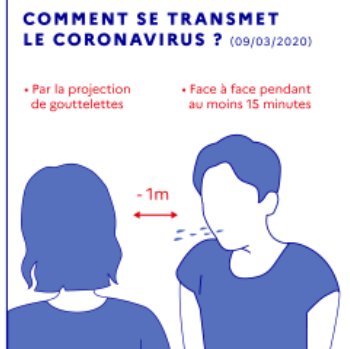
[gouvernement.fr/info-coronavirus](https://gouvernement.fr/info-coronavirus)

**COMMENT SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?**

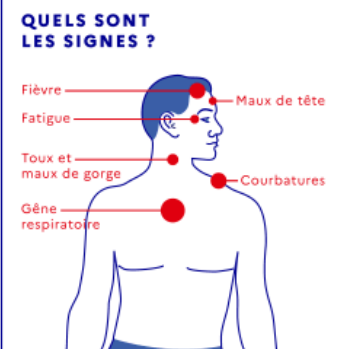


**COMMENT SE TRANSMET LE CORONAVIRUS ? (09/03/2020)**

- Par la projection de gouttelettes
- Face à face pendant au moins 15 minutes



**QUELS SONT LES SIGNES ?**



**PLAN DE PRÉVENTION ET DE GESTION DES RISQUES**

**STADE 1**  
Cas importés sur le territoire

→ **Objectif**  
Freiner l'introduction du virus

**STADE 2**  
Existence de cas groupés sur le territoire français

→ **Objectif**  
Limiter la propagation du virus

**STADE 3**  
Le virus circule sur tout le territoire

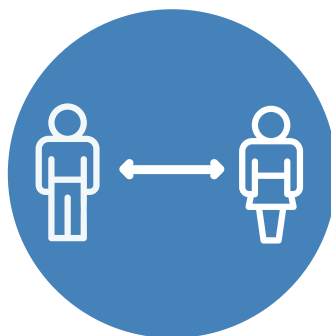
→ **Objectif**  
Limiter les conséquences de la circulation du virus

**STADE 4**  
Accompagnement du retour à la normale

## 5- Organisation des compétitions et des matchs

### 5.1 DISPOSITIONS GÉNÉRALES

- Il est rappelé que la complétude de l'auto-questionnaire avant chaque compétition est recommandée pour tous les pratiquants [\[auto-questionnaire\]](#)
- Toute personne fébrile ou présentant des signes évocateurs du Covid-19 est invitée à ne pas prendre part à la compétition.
- En cas d'organisation extérieure aux structures fédérales, respect des règles supplémentaires éventuellement dictées par l'organisateur de la compétition
- Chaque organisateur devra désigner au moins un référent Covid-19, chargé de la bonne application des mesures mises en place durant la compétition ou le match. Ce référent a un rôle exclusif et ne peut pas prendre part à la compétition en tant qu'officiel, entraîneur, ou compétiteur
- Mise à disposition à différents points de l'équipement ou du plan d'eau, et en nombre suffisant, de solutions hydro-alcooliques
- Des affiches rappelant les gestes barrières pourront être mises en place dans l'ensemble du lieu de compétition. L'accès à l'établissement pourra être interdit aux personnes ne respectant pas les gestes barrières
- En cas de compétition avec un speaker, celui-ci pourra être sollicité pour régulièrement rappeler les principales mesures à respecter
- Les rassemblements supérieurs à 5 000 personnes restent interdits
- La gestion des flux à l'arrivée et au départ, des nageurs et du public, ainsi que leur placement (en tribune ou sans tribune, sur les plages) doivent être aménagés pour garantir la distanciation physique. Le port du masque est obligatoire.





## 5- Organisation des compétitions et des matches

### 5.2 DISPOSITIONS COMMUNES À TOUTES LES DISCIPLINES

- Il est préférable que chaque pratiquant soit responsable de son propre équipement d'entraînement personnalisé (palmes, pull-boy, serviette, gourde, tapis...)
- Le port du masque obligatoire pour les entraîneurs et le staff à l'exception de l'entraîneur principal en water-polo

#### OFFICIELS

- Pas de serrage de mains et respect de la distanciation physique lors de la présentation des équipes, des hymnes ou lors des podiums
- En vue d'éviter les attroupements, plusieurs emplacements seront dédiés à l'affichage des résultats
- Les plages, et les cheminements devront être aménagés de sorte à respecter la distanciation physique entre les équipes, ballets, clubs, nageurs
- Une adaptation des horaires de la compétition ou des matches peut être envisagée afin de limiter le brassage du public et éviter les attroupements. Des temps d'échauffement allongés peuvent ainsi être mis en place.
- Les officiels viennent avec leur effets personnels (chronomètre, stylo, cartons, etc...)
- Tout matériel devant être mutualisé sera désinfecté en tant que de besoin (outils de notation, chronomètres, etc...)
- Le port du masque est obligatoire pour les officiels, à l'exception des arbitres en water-polo, du starter et du juge-arbitre en natation course et eau libre, des juges-arbitres en plongeon, et des vices-arbitres en natation artistique. Les masques seront remis dès la fin de leur mission, ou lors de tout échange avec les autres acteurs de la compétition (officiels, entraîneurs, nageurs).

#### LORS DE CONTRÔLES ANTIDOPAGE

- Prévoir masques et solutions hydroalcooliques à disposition et distanciation physique entre les chaises de la salle d'attente
- Respect de la réglementation de l'AMA, ou AFLD édictée en la matière



## 5- Organisation des compétitions et des matches

### 5.3 NATATION COURSE

- Port du masque obligatoire pour les nageurs lorsqu'ils sont hors de l'eau
- Lors de la course, le masque est obligatoire jusqu'à la chambre d'appel et remis en fin de course

### 5.4 EAU LIBRE

- Port du masque obligatoire pour les nageurs jusqu'au bord du plan d'eau, remis dès que possible à la sortie
- L'organisateur doit prévoir un dispositif pour recueillir les masques, et pour en distribuer à la fin de la course
- Les transpondeurs sont désinfectés avant et après la course

### 5.5 PLONGEON

- Port du masque obligatoire pour les plongeurs à l'exception de l'échauffement à sec et lors des plongeurs, à remettre dès que possible
- Prévoir la désinfection régulière des mains courantes d'accès aux plateformes

### 5.6 NATATION ARTISTIQUE

- Port du masque obligatoire pour les athlètes jusqu'au bord du bassin (y compris lors du coiffage et de la pose de gélatine) et remis dès la fin de la compétition

### 5.7 WATER-POLO

Une commission Covid-19 est spécialement créée pour la gestion des championnats fédéraux de water-polo. Le protocole qui en découle sera publié aux clubs.

- Arbitres, encadrement et joueurs enlèvent leur masque au début de la rencontre et le remettent dès que possible à la fin du match
- Un test RT-PCR Covid-19 par prélèvement naso-pharyngé est obligatoire avant le début des championnats masculin et féminin
- Les autres championnats organisés par les Ligues Régionales pourront naturellement s'inspirer des recommandations fédérales

## 6- Stages collectifs, déplacements et départs à l'étranger

- Un test RT-PCR Covid-19 par prélèvement naso-pharyngé est obligatoire 3 à 5 jours avant le départ en collectif à compter du 1er septembre 2020 (Selon le lieu du stage, des dispositions complémentaires pourront être exigées par les autorités locales ou les compagnies aériennes.) Les stages prévus sans hébergement ne nécessitent aucun test supplémentaire.
- Il est nécessaire avant tout déplacement à l'étranger de prendre connaissance des dernières informations et recommandations du ministère des Affaires Etrangères, et prendre les dispositions sanitaires adaptées
- Sur le lieu du stage, il est recommandé de limiter les contacts extérieurs au groupe
- Les règles de distanciation physique doivent s'appliquer au transport, notamment ceux utilisés pour amener les sportifs sur le site de pratique.
- Le véhicule utilisé doit faire l'objet, avant et après son utilisation d'un nettoyage et d'une désinfection dans les mêmes conditions que celles applicables aux locaux.
- Le chauffeur doit maintenir les distances de sécurité avec les passagers et porter un masque grand public sauf s'il est séparé par une paroi. [[covoiturage - les bons gestes](#)]
- Les personnes âgées de 11 ans et plus doivent porter un masque, y compris dans les bus collectifs ou les voitures individuelles.



## 7- Cas concrets

### 7.1 JE SUIS PRATQUANT, JE REPRENDS MON ACTIVITÉ PHYSIQUE

● Je remplis avant chaque séance, l'auto-questionnaire avant de me rendre sur le lieu de pratique [[auto-questionnaire](#)]

● En cas de courbatures inhabituelles, essoufflement rapide, perte du goût et de l'odorat, fréquence cardiaque au repos trop rapide, maux de tête, **j'arrête mon activité, je limite mes contacts et je consulte un médecin**

**Je n'ai pas eu le Covid-19,  
ni été en contact avec une personne malade**



Aucun doute  
Je reprends progressivement

Je remplis l'auto-questionnaire



Le moindre doute  
je consulte

**Je n'ai pas été testé mais je pense avoir eu des symptômes et/ou  
dans mon entourage il y a eu un malade Covid-19**



Si mon bilan est normal, je reprends  
progressivement normalement

Je remplis le questionnaire médical ET je consulte



Si mon bilan est mauvais et que  
j'ai l'autorisation, je reprends très  
progressivement en suivant les  
préconisations de mon médecin en lien  
avec mon entraîneur  
/ préparateur physique

**J'ai eu le  
Covid-19 : j'ai été testé et/ou hospitalisé**



Si mon bilan est normal, je reprends  
progressivement normalement

avant toute reprise d'activité sportive,  
je consulte mon médecin



Si mon bilan est mauvais et que  
j'ai l'autorisation, je reprends très  
progressivement en suivant les  
préconisations de mon médecin en lien  
avec mon entraîneur  
/ préparateur physique

## 7- Cas concrets

### 7.2 JE RENCONTRE UN CAS SUSPECT DE COVID-19 DANS MON ASSOCIATION DURANT L'ENTRAÎNEMENT OU LA COMPÉTITION

En cas de suspicion de Covid-19 pendant un entraînement, une compétition ou un rassemblement :

- Je fais immédiatement le lien avec mon référent Covid-19 qui fait procéder à un nettoyage spécifique de toutes les zones où a pu se rendre la personne présentant des symptômes
- Isoler, dans un espace dédié la personne en appliquant immédiatement les gestes barrières (distanciation physique et port d'un masque chirurgical de préférence)
- La prise en charge de la personne suspecte repose sur :
  - L'isolement de la personne
  - La protection des autres
  - Le secours médical
- En cas de signe de détresse : appeler le SAMU en composant le 15
- La personne doit prendre contact avec son médecin traitant avant d'organiser son retour au domicile, avec un masque, de préférence avec son véhicule personnel. Il est nécessaire d'exclure les transports en commun. Le médecin du club ou d'équipe doit être prévenu.
- La personne s'isole jusqu'à la réalisation d'un test de dépistage test RT-PCR Covid-19 par prélèvement naso-pharyngé
- Si le cas Covid-19 est confirmé par un test positif, la personne devra continuer l'isolement pendant une période de 7 jours et procéder à un nouveau test RT-PCR à J+7 et un bilan cardiologique avant de reprendre l'entraînement.
- Si le test est négatif, la personne concernée pourra sortir de l'isolement.
- Le club se tient à la disposition de l'Agence régionale de santé afin d'aider à l'identification des personnes qui auraient été en contact de la personne confirmée positive, et ce dans le cadre des dispositions légales
- Dans le cas d'une suspicion de cas-Covid-19 au sein d'un groupe d'entraînement, les entraînements collectifs doivent être suspendus au profits d'entraînements organisés en petits groupes, ou de façon individuelle, dans l'attente des résultats des tests test RT-PCR Covid-19 par prélèvement naso-pharyngé des cas-contacts.
- Pour les groupes élites (SHN, joueurs professionnels), un suivi médical renforcé peut-être mis en place au sein de chaque club

## 7- Cas concrets

### 7.3 SUIS-JE PROBABLE CAS-CONTACT ?

Est considérée comme personne-contact à risque une personne :

- Ayant partagé le même lieu de vie que le cas confirmé ou probable
- Ayant eu un contact direct avec un cas Covid-19, en face à face, à moins d'un mètre, quelle que soit la durée (ex : conversation, repas, flirt, accolades, embrassades)
- Ayant prodigué ou reçu des actes d'hygiène ou de soins
- Ayant partagé un espace confiné (bureau ou salle de réunion, véhicule personnel ...) pendant au moins 15 minutes avec un cas positif ou étant resté en face à face avec un cas positif durant plusieurs épisodes de toux ou d'éternuement
- Etant élève ou enseignant de la même classe scolaire

En cas de situations autres que celles décrites ci-dessus, pour une personne ayant eu un contact ponctuel avec un cas confirmé à l'occasion de la fréquentation de lieux publics, le risque est négligeable.

Les cas contacts devront faire un test RT-PCR Covid-19 par prélèvement naso-pharyngé à renouveler à J+7, J étant le jour des premiers symptômes du cas positif ou le jour de la réalisation du test qui s'est révélé positif. En attendant les résultats, les cas-contacts sont invités à limiter leur déplacements.

### LIENS ET CONTACTS



**equipement@ffnatation.fr**

**Numéro Vert National mis en place par le Gouvernement : 0 800 130 000**

==> Guide de recommandations des équipements sportifs  
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportsguideequipementssportifs.pdf>

==> Guide de rentrée sportive  
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/ficherentreepratiquesportive.pdf>

==> Protocole sanitaire  
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/ficherentreeprotocolesanitaire.pdf>

==> Manifestations sportives  
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/ficherentreemanifestationsportive.pdf>