

Politique sanitaire - COVID-19

- L'ensemble des athlètes et des coachs doivent porter un masque à partir du moment où ils pénètrent dans le gymnase et doivent le conserver jusqu'à ce qu'ils en sortent.
- Aucun autre contact, en dehors de ceux réalisés dans le cadre de la pratique sportive (stunt), ne sont autorisés (pas de câlins, bisous, bises, etc.).
- Nettoyage obligatoire des mains / désinfection avant l'entrée dans le gymnase, pendant les pauses et à la sortie du gymnase.
- Nettoyage obligatoire du dessous des chaussures.
- Vérification de la température à l'arrivée.
- Si un athlète est testé positif, l'ensemble des athlètes et coachs de l'équipe concernée devront observer une quarantaine de 14 jours. Les entraînements de l'équipe seront annulés en conséquence. A l'issue de cette période de 14 jours, il sera nécessaire de fournir un test négatif pour pouvoir reprendre l'entraînement.
- La taille des classes peut être limitée conformément aux réglementations gouvernementales applicables et / ou à l'incidence de l'infection dans la communauté.
- Seuls les athlètes et coachs de l'équipe qui s'entraînent sont autorisés au sein du gymnase pendant le créneau dédié à l'équipe en question. Aucune autre personne n'est admise à l'intérieur pendant l'entraînement.
- Un battement de 15 minutes sera observé entre chaque entraînement des différentes équipes et l'ensemble des surfaces utilisées dans le gymnase devront être nettoyées entre chaque créneau d'entraînement.
- Chaque athlète devra avoir sa propre bouteille d'eau et devra marquer clairement sa bouteille avec son nom. Aucun partage de gourde ou de bouteille autorisé.
- Tout athlète présentant des symptômes similaires à ceux du COVID se verra refuser l'accès à l'entraînement à moins qu'il ne fournisse un test négatif.
- Tout athlète ou coach ayant été en contact avec une personne porteuse du virus, aura interdiction d'accéder à l'entraînement pour une durée de 14 jours et il ne lui sera permis de revenir que s'il fournit un test négatif à l'issue de cette période de 14 jours.
- À tout moment, si cela est jugé nécessaire, les entraînements pourront être modifiés et / ou annulés. Les horaires et les groupes d'entraînements peuvent être modifiés afin de répondre efficacement aux circonstances de propagation dans la communauté.
- Les coachs devront faire l'appel et prendre note, de façon assidue, de la présence de chaque personne présente au sein du gymnase pendant leur créneau et devront retranscrire ces informations immédiatement sur la feuille de présence mis à disposition de l'ensemble des coachs.
- Il sera nécessaire de présenter un test négatif pour pouvoir participer aux Tryouts.

FAITS ET INFORMATIONS SUR LE COVID-19

Dangerosité

Le virus du COVID-19 est dangereux pour les raisons suivantes :

- il est très contagieux : chaque personne infectée peut contaminer au moins 3 personnes en l'absence de mesures de protection ;
- une personne contaminée mais qui ne ressent pas encore de symptômes peut contaminer d'autres personnes.

Symptômes

Le COVID-19 peut se manifester par :

- la fièvre ou la sensation de fièvre (frissons, chaud-froid) ;
- la toux ;
- des maux de tête, courbatures, une fatigue inhabituelle ;
- une perte brutale de l'odorat (sans obstruction nasale), une disparition totale du goût, ou une diarrhée ;
- dans les formes plus graves: difficultés respiratoires pouvant mener jusqu'à une hospitalisation en réanimation voire au décès.

Traitement

Les patients infectés par le COVID-19 bénéficient aujourd'hui de traitements symptomatiques, c'est-à-dire visant à soulager les symptômes.

Il n'existe pas encore de traitement spécifique efficace, validé et approuvé contre le virus, d'où l'importance de freiner sa propagation par les gestes barrières et les mesures de distanciation physique.

De manière générale, l'auto-médication par anti-inflammatoires doit être proscrite : il semblerait que les anti-inflammatoires non stéroïdiens puissent être un facteur d'aggravation de l'infection.

Transmission

Le délai d'incubation (période entre la contamination et l'apparition des premiers symptômes) du COVID-19 est de 3 à 5 jours en général, mais peut s'étendre jusqu'à 14 jours.

Vous êtes le plus contagieux de quelques jours avant l'apparition des symptômes à quelques jours après l'apparition des symptômes.

La maladie se transmet :

- par projection de gouttelettes (comme les postillons) contaminées par une personne porteuse : en toussant, éternuant ou en cas de contacts étroits en l'absence de mesures de protection (distance physique, mesures barrières, port du masque). Les gouttelettes contaminées sont inhalées par la personne saine, et déclenchent la maladie

- par contact direct physique (poignée de main, accolade, bise...) entre une personne porteuse et une personne saine. Le virus est ensuite transmis à la personne saine quand elle porte ses mains à la bouche.
- par contact indirect, via des objets ou surfaces contaminées par une personne porteuse. Le virus est ensuite transmis à une personne saine qui manipule ces objets, quand elle porte ses mains à la bouche.

Limiter la transmission

La meilleure des protections : les mesures barrières et les mesures de distanciation physique :

- porter un masque
- garder une distance d'au moins 1m50 avec les autres personnes
- ne pas serrer les mains et éviter les embrassades
- se laver les mains régulièrement
- tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir jetable à jeter immédiatement après dans une poubelle.
- se moucher dans des mouchoirs à usage unique et se laver les mains après chaque mouchage
- s'isoler de tout autre personne et se manifester auprès du corps médical en cas de symptômes

Depuis le 20 juillet, le port du masque est obligatoire dans les lieux clos recevant du public ainsi que dans les lieux estimés pertinents par les préfets de chaque département, sauf les locaux d'habitation, en fonction de la situation épidémique locale.

Les endroits les plus à risque sont les espaces clos avec une faible ventilation ainsi que les lieux à forte fréquentation et les rassemblements de grands groupes de personnes.

Le chant propage le virus aussi efficacement que la toux et les éternuements.

Les masques vous empêchent de transmettre le virus à d'autres personnes et vous aident à ne pas être exposé et à réduire la quantité de particules virales auxquelles vous êtes exposé. Plus le masque est porté par le plus grand nombre plus il est efficace.

Si vous avez voyagé pendant l'été dans une zone où des clusters ont été identifiés, il est plus que recommandé de vous faire dépiste.

Selon les dernières publications scientifiques, le virus peut, dans certaines conditions, survivre sous forme de traces plusieurs heures à plusieurs jours sur une surface contaminée par des gouttelettes. Mais il s'agit de matériel génétique, et non pas de virus vivant.

Par principe de précaution, il peut toutefois être utile de nettoyer les surfaces fréquemment et récemment touchées par les mains d'autres personnes, notamment quand elles sont visiblement souillées.

Dépistage

Il existe deux types de tests à l'heure actuelle :

	Tests diagnostiques virologiques (RT-PCR)	Tests sérologiques
Principe	Détecter la présence du virus	Détecter la présence d'anticorps
Réponse à la question	"Suis-je infecté en ce moment ?"	"Ai-je été infecté ?"
Fiabilité	Très bonne Méthode de référence validée	Trop d'incertitude l'immunité Développement cours par la recherche

Pour les patients diagnostiqués à l'hôpital ou avec signes de gravité : les tests sont réalisés dans les hôpitaux.

Pour les autres patients répondants aux critères de dépistage : il est possible d'être testé par les laboratoires de ville sur prescription médicale de son médecin traitant.

Vous avez été en contact avec un porteur du virus

Si vous avez été en contact avec une personne porteuse du COVID-19, vous devez vous soumettre à une quarantaine de 14 jours, prendre votre température deux fois par jour, ne plus prendre d'anti-inflammatoire, et prendre contact avec votre médecin par téléphone en cas de doute quant à l'évolution de la maladie.

Personnes à risque

L'ensemble de la population est susceptible de contracter la maladie COVID-19.

Certaines populations sont toutefois plus à risques de formes graves, d'admissions en réanimation ou de décès :

- les personnes de plus de 65 ans
- les personnes atteintes d'une maladie chronique ou fragilisant leur système immunitaire (notamment antécédents cardiovasculaires, diabète et obésité, pathologies chroniques respiratoires, cancers, insuffisance rénale, cirrhose, splénectomie, drépanocytose...)
- les femmes enceintes au 3ème trimestre de grossesse.

L'ensemble des informations fournies ci-dessus proviennent du site internet d'information du gouvernement français :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/comprendre-le-covid-19>

<https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladies-infectieuses/coronavirus/tout-savoir-sur-la-covid-19/>