

Phase 3

PLAN DE DÉCONFINEMENT FÉDÉRAL HANDISPORT

Pour une reprise plus large des activités physiques et sportives, compatible avec l'impératif de sécurité sanitaire.

du 22 juin et jusqu'à nouvel avis.

29 juin 2020



Dans le cadre de la troisième phase du déconfinement, la Fédération Française Handisport a fait évoluer son plan de déconfinement fédéral, selon les orientations gouvernementales, sur le principe d'une large reprise des activités physiques et sportives compatible avec l'impératif de sécurité sanitaire.

Cette nouvelle édition – Phase 3 - rappelle le cadre fixé par le Gouvernement, le Ministère des Sports et la Fédération **afin de rester vigilants collectivement et de lutter contre la propagation du COVID-19, qui reste toujours présent et actif sur notre territoire.**

À nouveau, elle est destinée aux dirigeants des associations affiliées (clubs et sections), comités régionaux, départementaux, commissions sportives, mais également aux pratiquants dans les clubs afin de les accompagner dans le processus de relance de leur activité sportive dans des conditions de sécurité adaptées.



Cette édition du plan de déconfinement fédéral - phase 3 - est établie en l'état actuel de nos connaissances sanitaires et des décisions gouvernementales connues au 29 juin 2020, elle est valable du 22 juin 2020 et jusqu'à nouvel avis. Elle pourra être mise à jour, par la voie de communiqués officiels fédéraux, en fonction de l'évolution de la situation et des décisions sanitaires des autorités.

Chacun, dirigeant ou pratiquant, doit rester attentif aux mesures édictées par les autorités publiques nationales ou locales qui, en cas de contradiction avec le présent plan de déconfinement fédéral, priment. Le plan fédéral peut être sujet à des ajustements territoriaux, proportionnés et définis en accord avec les autorités locales compétentes.

SOMMAIRE

3. Stratégie nationale de déconfinement – phase 3

PRINCIPE GÉNÉRAL
RASSEMBLEMENTS
OUVERTURE DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS
RÈGLES DE DISTANCIATION ET D'HYGIÈNE OBLIGATOIRES
SPORTIFS DE HAUT NIVEAU

7. Doctrine sanitaire et médicale fédérale

9. Socle de reprise 5/5

1/5 CADRE OFFICIEL DE REPRISE
2/5 DISTANCIATION PHYSIQUE & GESTES BARRIÈRES
3/5 AUTO-DIAGNOSTIC PRÉALABLE
4/5 CHARTE DES BONNES PRATIQUES
5/5 RECOMMANDATIONS SPÉCIFIQUES FÉDÉRALES

Stratégie nationale de déconfinement phase 3



MINISTÈRE
DES SPORTS

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Informations du Gouvernement www.gouvernement.fr/info-coronavirus
Site du Ministère des Sports www.sports.gouv.fr

Décret n° 2020-663 du 31 mai 2020

Chapitre 4 consacré au sport (articles 42 – 43 – 44)

Il prescrit les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire. Disponible en intégralité, à cette adresse :

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000041939818&dateTexte=20200626>

Dans le cadre de la stratégie de déconfinement progressif du Gouvernement, suite aux annonces de Monsieur le Président de la République, le 19 juin et après la tenue des différents Conseils de défense, le décret n° 2020-663 du 31 mai 2020 a été modifié pour préciser les dispositions qui demeurent en vigueur à compter du 22 juin dans la lutte contre le covid 19.

Le 25 juin, le Ministère des Sports a précisé un nouveau cadre applicable pour la phase 3 dans le domaine du sport. Vous trouverez dans cette première partie les mesures essentielles applicables à ce stade définies par le Ministère.

À ce stade, l'objectif est de permettre une reprise la plus large possible de l'ensemble des activités physiques et sportives, compatibles avec l'impératif de sécurité sanitaire.

PRINCIPE GÉNÉRAL

Dans la continuité des annonces gouvernementales et au regard des recommandations du Haut Conseil de la Santé publique, **la pratique de l'ensemble des activités physiques et sportives, à l'exception des sports de combat, est désormais possible à compter du 22 juin en zone verte.**

Dans ce contexte, il convient de préciser comment doivent se comprendre les principes **d'activité individuelle** et collective.

Au 22 juin, les activités sportives seront soumises aux règles suivantes, selon les zones concernées :

- **en zone orange** (*Guyane, Mayotte à date*), ces pratiques se limitent aux activités individuelles de plein air.
- **en zone verte**, ces activités individuelles et collectives peuvent se dérouler **en plein air** ou dans des équipements sportifs **couverts**.



Lors de la pratique des activités physiques et sportives autorisées, **une distance interpersonnelle de 2 mètres doit être respectée, sauf lorsque par sa nature même l'activité physique et sportive ne le permet pas.**

Lorsque la pratique s'organise avec un **matériel personnel, ce dernier ne doit, ni être échangé, ni partagé, quelle que soit sa nature.**

Si le cadre de l'activité impose un **matériel à usage collectif**, ce dernier fait l'objet d'un protocole d'hygiène écrit et contrôlé par le responsable de la structure remis à l'utilisateur ou affiché.

La pratique des sports de combat n'est pas autorisée sous sa forme de contact, même en plein air. (Réévaluation courant juillet). Sports de combat au sens de l'ensemble des activités sportives ayant recours à des techniques de préhension, percussion et contrôle du corps du partenaire/adversaire.

L'accès aux vestiaires collectifs demeure interdit.

RASSEMBLEMENTS

Si tout rassemblement mettant en présence de manière simultanée plus de 10 personnes est interdit sur l'ensemble du territoire de la République, les établissements recevant du public (ERP), pouvant accueillir du public, peuvent recevoir un nombre total supérieur de personnes mais doivent s'assurer que les conditions de nature à permettre le respect des règles mentionnées aux articles 1^{er} et 44 du décret no 2020-663 sont bien réunies.

Le préfet de département peut autoriser, lorsque les conditions de leur organisation sont propres à garantir le respect des règles d'hygiène et de distanciation physique, les rassemblements, réunions ou activités sur la voie publique ou dans un lieu ouvert au public. **Pour ce faire, les organisateurs de la manifestation la déclarent au préfet du département** sur le territoire duquel celle-ci doit avoir lieu. Cette déclaration tient lieu de demande d'autorisation,

Les stades ne peuvent accueillir que les pratiquants et les personnes nécessaires à l'organisation des activités physiques et sportives. **La présence de public n'est pas autorisée.**

L'accueil du public sera possible, dans le respect des règles d'hygiène et de distanciation physique, à compter du 11 juillet, dans la limite de 5 000 personnes, si les conditions sanitaires le permettent et après déclaration préalable auprès du préfet (en cas de rassemblement de plus de 1 500 personnes).

En zone verte, les établissements recevant du public de type X (Etablissements sportifs couverts) et de type PA (Etablissements de plein air), peuvent recevoir plus de 10 personnes. Ils peuvent notamment accueillir toute activité (stage d'apprentissage, APS, initiation...) organisée par une personne morale ou physique (association, opérateur économique, ...).

En zone orange, dans les établissements recevant du public de type PA, l'organisation d'activités physiques et sportives ne peut donner lieu à des regroupements de plus de 10 personnes (sauf sportifs de haut-niveau autorisés et pour certaines formations organisées).

Ces établissements peuvent recevoir simultanément un nombre de personnes supérieur à 10, dans le respect des dispositions qui leur sont applicables, et dans des conditions de nature à prévenir tout regroupement de plus de 10 personnes. Par rassemblement limité à 10 personnes, il convient bien de considérer qu'il s'agit là d'**une mesure des flux de personnes présentes simultanément à un endroit donné sur un même site**. Ces flux doivent respecter en leur sein les règles de distanciation physique.

OUVERTURE DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

Le port du masque est obligatoire en dehors de toute pratique sportive.

Les vestiaires collectifs restent fermés. Seuls sont autorisés les vestiaires individuels et la traversée des vestiaires collectifs lorsque la circulation ne peut être organisée autrement.

En zone verte

Les lieux de pratique et équipements sportifs de plein air et couverts peuvent accueillir du public sous conditions de respect des règles sanitaires en vigueur.

Les plages, lacs et plans d'eau ainsi que les centres d'activités nautiques sont ouverts. Cette ouverture peut donc permettre l'organisation d'activités nautiques (individuelles, associatives, ou commerciales) sur ces lieux.

Le préfet de département peut, après avis du maire, interdire l'ouverture de ces espaces si les modalités et les contrôles mis en place ne sont pas de nature à garantir le respect des règles sanitaire et de distanciation physique.

En zone orange

Seuls les équipements sportifs de plein air au sein desquels sont pratiquées les activités physiques et sportives autorisées peuvent accueillir du public.

Demeurent fermés les piscines couvertes ou de plein air, les salles polyvalentes et les espaces sportifs couverts.

Les plages, lacs et plans d'eau ainsi que les centres d'activités nautiques sont ouverts. Cette ouverture peut donc permettre l'organisation d'activités nautiques (individuelles, associatives, ou commerciales) sur ces lieux.

Le préfet de département peut, après avis du maire, interdire l'ouverture de ces espaces si les modalités et les contrôles mis en place ne sont pas de nature à garantir le respect des règles sanitaire, de distanciation physique et à prévenir la formation de tout groupe de plus de 10 personnes.

Guide spécifique consacré aux équipements sportifs disponible sur le site du Ministère :
<http://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportsguideequipementssportifs.pdf>

RÈGLES DE DISTANCIATION ET D'HYGIÈNE OBLIGATOIRES

Comme pour toutes les dimensions de la vie sociale, **la mise en œuvre des gestes barrières et des règles de distanciation physique demeure** dans la pratique d'une activité physique et sportive.

Ces activités peuvent se faire, sans limitation de durée de pratique :

- **en extérieur en zone orange** (sans utilisation des vestiaires collectifs ou autres espaces couverts).
- **en extérieur et en intérieur en zone verte** (sans utilisation des vestiaires collectifs).



Une distanciation physique spécifique de deux mètres entre les pratiquants est une condition à la pratique de l'activité physique, sauf lorsque la nature de l'activité physique et sportive ne le permet pas. Des spécifications complémentaires en fonction des disciplines handisport et des publics sont disponibles dans le « Socle de reprise » FFH, proposé dans ce plan de déconfinement phase 3.

Les exploitants d'établissement facilitent l'hygiène des mains des sportifs par la mise à disposition d'un point d'eau, de savon et d'essuie-mains à usage unique ou de produit hydroalcoolique, notamment à proximité des vestiaires. Le nettoyage désinfectant des vestiaires individuels est réalisé au moins une fois par jour.

SPORTIFS DE HAUT NIVEAU

La pratique d'activités physiques et sportives des sportifs de haut niveau et des sportifs professionnels est à organiser dans le strict respect de l'article 44 du décret n° 2020-663 et du protocole sanitaire en vigueur.

En zone verte, les sportifs de haut niveau et leurs encadrants sont autorisés à pratiquer et à organiser toute activité sportive (**y compris de sports de combat**) dans des équipements sportifs de plein air, en milieu naturel ou dans des équipements sportifs couverts.

En zone orange, les sportifs de haut niveau et leurs encadrants sont autorisés à pratiquer et à organiser toute activité sportive (y compris aquatique), à l'exception de la pratique compétitive des sports collectifs et de combat. Telle qu'encadrée, cette pratique peut être réalisée à la fois **dans des équipements sportifs de plein air, en milieu naturel ou dans des équipements sportifs couverts**. Pour ces activités, la limitation de 10 personnes, quel que soit le lieu, n'est pas en vigueur.

Les sportifs de haut niveau doivent justifier, quand c'est nécessaire*, de leur qualité par la production de tout document attestant de leur inscription sur les listes mentionnées à l'article L. 221-2 du code du sport.

Cette attestation est disponible sur le progiciel PSQS du ministère des sports. Les sportifs professionnels et leurs encadrants doivent pouvoir justifier, quand c'est nécessaire, de leur activité professionnelle sportive, en produisant notamment l'attestation fournie par leur employeur.

** : C'est-à-dire à chaque fois qu'ils voudront pratiquer une activité ou fréquenter un lieu non ouvert au grand public*

Doctrine sanitaire & médicale fédérale

au 22 juin 2020



La Fédération rappelle l'importance de maintenir une activité physique, autant que possible, à domicile, dans un cadre privé lorsqu'elle ne peut être pratiquée de façon organisée dans le cadre de la **phase 3 du déconfinement et notamment dans la perspective de la période des congés d'été**. Il s'agit d'un enjeu de santé publique. La pratique régulière d'une activité physique, même à intensité modérée, procure des effets bénéfiques sur la santé. La sédentarité et le manque d'exercice au quotidien, constituent d'importants facteurs de risques pour la santé.

Suivant les recommandations du Haut Conseil de la Santé publique, les mesures établies dans cette nouvelle édition du plan de déconfinement fédéral – phase 3 - s'inscrivent dans le cadre sanitaire en vigueur **au regard de l'évolution encourageante de la pandémie**, en permettant de **lever certaines contraintes et d'assouplir, les conditions de pratique des différentes disciplines**.

Toutefois, le virus restant présent et actif sur notre territoire, la Fédération Française Handisport appelle l'ensemble de ses membres, associations, comités et commissions, à maintenir une vigilance élevée, notamment pour les pratiquants exposés à des situations de proximité brève ou prolongée avec une autre personne, ou de contact avec l'environnement (contacts tactiles, localisation dans l'espace, assistance) dans leur pratique sportive, ou dans le cadre privé, en amont des activités physiques (domicile, transports, école, travail, commerces...).

La priorité fédérale reste la préservation de la santé des personnes et la prévention des risques de contamination lors d'activités physiques et sportives.

À partir du 22 juin 2020, la Fédération encourage la reprise conditionnée des activités physiques et sportives, sans contact, par les associations affiliées, les comités départementaux et régionaux, ainsi que les commissions sportives, **dans le respect de la démarche proposée dans « Le Socle de reprise 5/5 »**, exposé dans ce plan de déconfinement fédéral – phase 3.

LE SOCLE DE REPRISE 5/5

5 étapes pour une reprise en toute sécurité

Cette démarche de vigilance applicable par tous (pratiquants, encadrants, tiers) avant d'envisager une reprise ou une activité physique et sportive, comporte 5 étapes :

- Le respect du cadre et des autorisations nationales en vigueur **(1/5)**,
- L'application des nouvelles règles de distanciation physique et des gestes barrières **(2/5)**,
- L'utilisation systématique de l'autodiagnostic associé à une veille sur l'activité du virus sur le secteur de pratique **(3/5)**,
- Le suivi des bonnes pratiques et réflexes sanitaires **(4/5)**,
- La mise en œuvre des recommandations fédérales spécifiques pour certaines disciplines, ou pour certains publics, non autonomes dans leur pratique, ne pouvant respecter la distanciation physique minimale de 2m **(5/5)**.

Événements

En zone verte, les regroupements événementiels sportifs handisport, de compétition ou de loisir, de plus de 10 personnes, pourront de nouveau être envisagés, sous réserve d'autorisation préfectorale et municipale, et dans le respect du « socle de reprise 5/5 ». En zone orange (Mayotte et Guyane à date) les regroupements de toute nature, de plus de 10 personnes, ne sont pas autorisés.

Les organisateurs d'événements sportifs doivent instruire et déposer leur dossier de demande à la préfecture, **il est recommandé d'entamer les démarches tôt et d'anticiper des délais importants de réponse.**

Publics, facteurs de risques, autonomie

La Fédération rappelle que certains publics concernés par les activités handisport présentent de nombreux facteurs de risques, de contamination ou de propagation du virus : publics sensibles aux infections respiratoires et leurs conséquences, besoins de contacts avec l'environnement (transferts, déplacements pour les déficients visuels, fauteuil manuel...), mise en application difficile des outils de prévention de base (mettre un masque, des gants, se laver les mains régulièrement...), proximité liée au handicap durant la pratique sportive ou sur le site d'accueil notamment pour le handicap lourd, risque de perte d'autonomie en cas d'infection de la tierce personne ou du sportif...

SOCLE DE REPRISE 5/5

Consignes et recommandations en 5 étapes, pour une reprise élargie des activités physiques ou sportives, organisées au sein d'une association affiliée FFH, compatible avec l'impératif de sécurité sanitaire. Il appartient à chacun de faire preuve de responsabilité individuelle dans l'application stricte des règles et consignes sanitaires.

Pour les personnes pratiquant une activité de façon isolée, hors d'un cadre associatif organisé (privé, familial, amical, entreprise...) placées sous leur seule responsabilité individuelle, le respect des consignes du présent Socle de reprise est fortement recommandé.

1/5 LE CADRE OFFICIEL DE REPRISE

Du 22 juin et jusqu'à nouvel avis.

Evolutions possibles au cours de l'été.

Toutes les disciplines individuelles et collectives sont autorisées. En privilégiant les parcours et exercices individuels et sans contact.

Sports de combats, avec opposition et contact non autorisés (sauf haut-niveau).

En intérieur et extérieur.

Sauf zone orange (extérieur uniquement)

Rassemblements de plus de 10 personnes conditionnés en zone verte, à l'intérieur d'un établissement d'APS, pour le haut niveau et lors de rassemblements sportifs **sous l'égide d'organiseurs.**

Avec autorisations locales obligatoires : municipalité, Préfecture, gestionnaires des infrastructures, associations organisant l'activité. Cette ouverture n'est pas à confondre avec le maintien de l'interdiction des rassemblements de plus de 10 personnes dans l'espace public.

Avec matériel et équipements personnels

Matériel à usage collectif autorisé avec protocole de nettoyage

Vestiaires collectifs et présence de public (>11 juillet) restent interdits

2/5 LA DISTANCIATION PHYSIQUE & GESTES BARRIERES

Se protéger et protéger les autres

Ne pas se serrer la main, ni s'embrasser, ni d'accolades



Distance de 2 mètres entre 2 personnes

Pendant une activité physique et sportive

1 mètre entre 2 personnes « non-actives » sportivement

avec port du masque obligatoire.

Se laver les mains plusieurs fois par jour

Plusieurs fois par jour à l'eau et savon pendant 30 secondes.

Après toute manipulation de matériel ou de contact.

Les sécher avec une serviette à usage unique ou à l'air libre.



Utiliser du gel hydro-alcoolique

Produit conforme : contient 60% d'alcool minimum et affiche la norme **NF EN 14 476** ou solutions à base d'éthanol, d'alcool propylique (propane-1-ol ou n-propanol) ou isopropylique (propane-2-ol ou isopropanol).

Frictionner les mains (propres) en 6 étapes : paume contre paume/dos des mains/entre les doigts/les dos des doigts/les pouces/le bout des doigts et des ongles. **Gel personnel à conserver durant l'activité.**

Porter un masque lors des séquences inactives

Après s'être lavé les mains, mettre un masque à usage unique, en situation non active ou pour assister un sportif. Le nez et la bouche doivent être couverts, puis ne plus le toucher. Le retirer par les lanières ou élastiques, sans toucher le devant, puis le jeter dans une poubelle fermée. Se laver les mains.

Les règles d'hygiène respiratoire

Éviter de se toucher la bouche, le nez et les yeux. En cas de toux ou d'éternuement, se couvrir la bouche et le nez avec le pli du coude ou avec un mouchoir à usage unique, à jeter immédiatement dans une poubelle fermée, puis se laver les mains.

Le port de gants reste déconseillé.

3/5 AUTO-DIAGNOSTIC PRÉALABLE

Avec la responsabilité individuelle qui s'impose, chaque personne qui participe à une activité physique et sportive (pratiquants, assistants ou encadrants) ou à une réunion associative, en présence d'autres personnes, est invité(e) à s'assurer que son état de santé est pleinement compatible avec cette activité collective, en répondant aux questions suivantes, avant chaque séance ou regroupement :

- Avez-vous été atteint du covid-19 dans les 15 derniers jours ?
- Avez-vous présenté dans les 8 derniers jours, de façon inhabituelle, l'un des signes suivants :
 - De la fièvre (température égale ou supérieure à 37,8°C) ?
 - Des courbatures ?
 - De la toux ?
 - Des signes ORL : rhume, angine, pharyngite (en dehors de la rhinite ou d'une conjonctivite allergique diagnostiquée) ?
 - Des maux de tête inhabituels ?
 - Des troubles digestifs (nausées, vomissements, diarrhée) ?
 - Une fatigue inhabituelle ?
 - D'autres signes comme des moments de désorientation ou chutes inexplicables ?
- Avez-vous été en contact avec une personne atteinte du covid-19 dans les 14 derniers jours ?
- Avez-vous été en contact avec une personne qui présentait l'un des signes mentionnés ci-dessus ?



En cas de réponse positive
à au moins une des questions précédentes,
ne participez pas à l'activité
et demandez un avis médical.

Avec la même démarche de vigilance, il est conseillé de **se tenir régulièrement informé sur l'activité du virus localement et son évolution**, et sur les possibilités de **participer aux tests de dépistage**, en suivant les recommandations de son médecin traitant.

- Informations **Assurance Maladie** (Téléconsultation, annuaire des professionnels de santé...) : **www.ameli.fr/assure**
- Retrouvez votre **Agence Régionale de Santé** : **www.ars.sante.fr**
- Point situation Covid-19, application « StopCovid » sur le site du **Gouvernement** : **www.gouvernement.fr/info-coronavirus**

4/5 CHARTE DES BONNES PRATIQUES

L'Auto-diagnostic préalable de reprise est important à appliquer individuellement et systématiquement avant toute séance organisée. Il s'accompagne de mesures de prévention et de bonnes pratiques à mettre en œuvre et à respecter collectivement dans le cadre des activités :

- **En cas de doute, interrogez votre médecin pour envisager une activité**, ou, pour les associations souhaitant mettre en place une activité, avec des critères non envisagés dans le plan de déconfinement fédéral, le médecin référent handisport du comité régional handisport ou la cellule fédérale à votre disposition : reprise@handisport.org
- **Application des éventuelles recommandations et adaptations de pratique fixées par la commission sportive fédérale concernée** : consultez le site de la commission.
- **Respect des consignes de reprise locales**, fixées par l'association, l'éventuel « référent COVID19 » de la structure, ou par le gestionnaire du site sportif. Notamment les consignes de participation, circulation et prévention en place.
- **Participer à une activité** : venir en tenue, avec sa bouteille d'eau personnelle (à son nom), sa collation éventuelle, son kit de prévention (masque pour les déplacements, lingettes et gel hydro alcoolique, petit sac pour les déchets) et avec son matériel technique personnel. Anticiper la fermeture des sanitaires (sondages). Porter un masque en dehors des activités physiques, se laver les mains régulièrement et respecter la distanciation physique.
- **Sensibiliser les participants** aux gestes barrières et règles de distanciations physiques, (avec affichage éventuel), au lavage régulier des mains. Respecter les éventuels marquages de zone de pratique individuelle mis en place.
- **Privilégier des séances courtes** : 45 minutes à 1h maximum recommandé, à **intensité modérée** (moins de 80% de la fréquence cardiaque maximale) et faible intensité en cas de reprise récente et de non-activité depuis plusieurs semaines, ou de port de masque indispensable (cf. recommandations spécifiques dans le point suivant 5/5).
- **Aérer régulièrement les espaces de pratique en intérieur**. Maintenir les portes ouvertes le temps de la séance autant que possible, Eviter les zones de contact, à désinfecter régulièrement : les poignées, portillons, tables, supports, point d'eau...
- **Espaces annexes fermés ou à accès réduit** : les espaces communs (vestiaires, sanitaires, douches) doivent rester fermés.

- **L'accès aux espaces de rangement doit être limité** et respecter les mesures de distanciation physique.
- **L'usage d'équipements et de matériel durant la séance doit être individuel et non partagé** : accessoires, fauteuils, balles/ballons, bouteille, tenue vestimentaire (pas de textiles partagés, lavage à 60° après la séance). Utilisation d'un seul fauteuil dédié pour une activité. **À la fin de la séance, désinfection du matériel personnel et spécifique utilisé (protocole de nettoyage à mettre en place).**
- **Les équipements de protection individuels** (casque, gilet ...) doivent être utilisés par une seule personne (prévoir marquage personnel ou numérotation) et systématiquement désinfectés après usage.
- **La préservation du bon état sanitaire de l'espace et du matériel** doit être comprise comme relevant d'un acte de civisme et de responsabilité partagée par l'ensemble des membres, et non pas seulement reposer sur la seule responsabilité des dirigeants.

5/5 RECOMMANDATIONS SPÉCIFIQUES FÉDÉRALES

La reprise d'activités physiques et sportives organisées et encadrées au sein de la FFH est aujourd'hui générale, pour toutes les disciplines, dans le cadre fixé par l'Etat.

Toutefois, **certaines situations propres aux pratiques handisport, notamment pour les sportifs non autonomes ou partiellement autonomes, ne permettent pas le respect de la règle de distanciation interpersonnelle de 2m**, dans le cadre de leur activité physique.

C'est pourquoi, **la fédération recommande à ce stade, selon les préconisations du Ministère des Sports, de respecter certaines spécifications sanitaires particulières.**

Elles concernent les activités nécessitant la présence d'une assistance ou aide technique, d'un guide ou d'un pilote aux côtés du pratiquant, à une distance inférieure à 2m, de façon ponctuelle ou prolongée.

Dans un cadre de reprise d'activités sportives, organisées par une association FFH, il appartient à chacun de faire preuve de **responsabilité individuelle** dans l'application stricte des règles sanitaires et des consignes fédérales

Spécifications sanitaires particulières

Appliquer strictement la démarche du « Socle de reprise 5/5 » (hors distanciation physique de 2m) et notamment **la démarche d'Auto-Diagnostic (3/5) qui doit être scrupuleusement respectée avant chaque séance** et qui relève de la responsabilité individuelle.

Rester attentif aux informations officielles locales, notamment auprès des autorités sanitaires compétentes (Agence Régionale de Santé), professionnels de santé, médecin traitant, concernant l'activité territoriale et l'évolution de la circulation du virus et de sa virulence constatée ou prévue localement.

1. POINT AIDANTS SPORTIFS

- **Encadrant sportif : présence avec port d'un masque**, en respectant les gestes barrières, les règles sanitaires et de distanciation physique (1m minimum et espace par individu de 4m², en situation statique).
- **Aidant technique : en zone verte uniquement, présence des aidants matériels, auprès de sportifs non-autonomes possible** (aide au transfert avec port de blouses jetables recommandées et de masques pour l'aidant et le sportif ; aide technique ponctuelle), avec un masque, en respectant les gestes

barrières, les règles sanitaires et de distanciation physique (1 m minimum et espace par individu de 4m², en situation statique) **lorsque qu'il n'est pas nécessaire d'être au contact du sportif (moins de 1m)**. L'aidant limite les temps de contact et procède au nettoyage systématique du matériel utilisé par lui-même et le sportif.

- **Guide et pilote sportif** : en zone verte uniquement, présence auprès du sportif possible, avec des recommandations spécifiques sanitaires (port du masque ou visière*) selon le type de pratique (Cf. point disciplines ci-après).

Important : le nettoyage systématique du matériel partagé par les deux sportifs (ou avec l'assistant), avant et après la séance est obligatoire.

2. POINT DISCIPLINES

► Pratiques sportives pouvant respecter la règle de distanciation interpersonnelle (2m).

Autorisation de reprise des activités, pour toutes les disciplines individuelles, d'opposition et collective : dans une pratique individuelle, sans contact et sans opposition avec un usage d'équipements et de matériels personnels, non-partagés si possible et désinfectés régulièrement (cf. 5/5, dans le respect des consignes sanitaires, des gestes barrières et de la règle de distanciation physique interpersonnelle).

Bowling : reprise possible en fonction des autorisations administratives d'ouverture et dans certaines régions, dans le respect des consignes sanitaires fixées par les gestionnaires des établissements de loisir proposant cette pratique.

► Pratiques sportives ne pouvant pas respecter la règle de distanciation interpersonnelle (2m)

Autorisation de reprise des activités, avec des spécificités fédérales sanitaires complémentaires, dans les conditions recommandées ci-après, pour quelques situations où la nature de l'activité guidée et pilotée ne permet pas la tenue de la règle de distanciation de 2m interpersonnelle lors de l'activité physique :

Activités guidées ou pilotées : privilégier une pratique de loisir à faible intensité cardiaque (pour éviter les effets ventilatoires propices à la transmission du virus), correspondant à une intensité d'endurance basse à 70%

de la fréquence cardiaque maximale, ne provoquant pas d'essoufflement et permettant de tenir une conversation.

Athlétisme : pour l'athlète déficient visuel et son guide, port de la visière* lors de séances d'intensité supérieure à 70% de la fréquence cardiaque maximale (endurance basse). Désinfection du cordon de liaison avant et après la séance.

Canoë : port d'une visière* pour le passager arrière en canoë 2 places ou équipage. Désinfection des bateaux avant et après la séance.

Cyclisme : pour l'athlète déficient visuel et son guide, en tandem, port de la visière* pour le passager arrière. Désinfection des zones de contacts du tandem avant et après la séance.

Randonnée : port d'un masque ou d'une visière* pour le passager en CIMGO. Port d'une visière* pour les pilotes et, masque ou visière* pour le passager en Joëlette

Ski : port d'un masque ou d'une visière pour le passager en Tandem ski. Pour l'athlète déficient visuel et son guide, port de la visière* lors de séances d'intensité supérieure à 70% de la fréquence cardiaque maximale (endurance basse)

* **Important** : la désinfection des visières doit se faire systématiquement sur la face interne et la face externe avant et après la séance est obligatoire.

Malgré notre vigilance, nous sommes conscients que tous les cas de figure et toutes les réponses ne figurent pas dans ce plan. **Applicable pour la phase 3 du déconfinement, jusqu'au 31 août 2020, il sera sujet à des mises à jour éventuelles durant l'été, en fonction de l'évolution de la situation sanitaire**, des décisions gouvernementales et fédérales qui en découleront, par voie de communiqués fédéraux.

La Fédération Française Handisport encourage les associations affiliées à poursuivre leurs échanges avec les autorités locales compétentes et leur Comité départemental ou régional handisport, dans l'accompagnement de la reprise des activités. Vos contributions, retours d'expériences, difficultés, innovations permettront d'enrichir notre approche collective de cette crise et d'une reprise réussie, en toute sécurité.

Confiants dans la capacité des commissions sportives, comités et associations à trouver localement des solutions adéquates, proportionnées et créatives, nous vous remercions de votre collaboration.

Ensemble, **restons vigilants**, prenons soin de tous... **pour un été en mouvement !**

Contact & information
reprise@handisport.org



Fédération Française Handisport

42 rue Louis Lumière 75020 Paris

contact@handisport.org

www.handisport.org