



PROTCOLE SANITAIRE DE LA MJC DE SAINT-MARTIN-LA-PLAINE Mesures Covid-19

1. Mesures à la MJC de SAINT-MARTIN-LA-PLAINE
2. Recommandations aux Adhérents avant la pratique de leur(s) activité(s) à la MJC
3. Accès et consignes pour venir à la MJC
4. Recommandations sanitaires en revenant à son domicile
5. Informations relatives à la discipline pratiquée : Précautions, consignes, matériels nécessaires
6. Protocole des animateurs en cas de symptômes au Covid-19

1. GENERALITES COVID-19 A LA MJC

La MJC a été entièrement réaménagée pour que les participants puissent respecter les barrières sanitaires et les gestes :

- Sens de circulation
- Retrait de tout matériel (*tables et chaises à l'accueil*)
- Pas d'accès au bâtiment en dehors des pratiquants (*pré-inscrits ou inscrits*),
- Une entrée spécifique sur rendez-vous pour les inscriptions
- Entrées spécifiques démultipliées (*voir la signalétique, entrée côté du bâtiment jouxtant la Salle de la GARE*), intervenants de la MJC formés, portant masques, et suivant un protocole strict selon les disciplines, aération et nettoyage des salles, du matériel pédagogique, non-croisement de groupes au sein de la MJC

A RETENIR ☞ **Pour Les Adhérents pratiquant une activité**

A l'entrée → **MASQUE OBLIGATOIRE** (*sauf pour les – de 11 ans*)

POUR TOUS : Etre muni au minimum de :

- **Un masque** (*sauf pour les – de 11 ans*)
- **Une gourde avec inscription du nom et du prénom**
- **Mouchoirs en papier**
- **Chaussures propres dans sac de sport pour entrer dans la salle**
- **Venir avec sa tenue** (*pas de vestiaire ouvert*)
- **Bien arriver à l'heure !** (*En effet, la MJC sera fermée et en cas de retard : pas d'accès au cours*).
- **Pas de retard possible à la sortie du cours pour récupérer vos enfants !**



2. RECOMMANDATIONS AUX ADHERENTS AVANT LA PRATIQUE DE LEUR(S) ACTIVITE(S) A LA MJC

→ Etat de santé

- Je ne suis pas dans un foyer ayant un cas de COVID-19 déclaré depuis moins de 24 jours
- J'ai un bon état de santé général
- Si j'ai eu le COVID-19 et si j'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, douleurs thoraciques, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ces symptômes ont débuté depuis plus de 24 jours et ont pris fin depuis 48 heures minimum

→ Engagements

- Je m'engage à déclarer le plus précocement possible tout symptôme lié au Covid-19 ou tout contact proche avec un malade touché par le Covid-19 au médecin et à ne pas se présenter à l'entraînement dans ce cas.
- Je déclare faire le choix éclairé (*ou de ses représentants légaux pour les mineurs*) de vouloir reprendre les entraînements ou mon activité à la MJC, en connaissance du risque faible, mais non nul, compte-tenu du manque de sensibilité des tests et de la notion de porteurs asymptomatiques.

→ Consignes d'hygiène

L'adhérent s'engage avant de venir à :

- Se doucher et avoir les cheveux lavés
- S'assurer que sa tenue de pratique a bien été lavée
- Avoir les mains propres
- Etre allé aux toilettes
- Mettre sa tenue de pratique
- Prendre un sac (*de moyen ou grand volume*) à l'intérieur duquel doivent figurer des mouchoirs jetables non utilisés, son matériel nécessaire pour la discipline ou chaussons ou chaussures d'entraînement, sa gourde
- Mettre son masque, si collégien, dans les espaces de circulation communs + suivre les recommandations gouvernementales en termes de qualité de masque
- Les pratiquants doivent apporter leur propre matériel et ne jamais se l'échanger
- Les pratiquants ne doivent pas utiliser les vestiaires qui ne peuvent pas être mis à disposition
- Pas de contacts physiques entre pratiquants avant, pendant ou après la séance : Aucun prêt ou échange de matériel ne sera permis



3. ACCES ET CONSIGNES POUR VENIR A LA MJC

→ Entrée à la MJC

L'entrée des pratiquants se fera par les issues ACCUEIL ou côté du bâtiment jouxtant la Salle de la GARE (cf signalétique), de manière à leur éviter les croisements de groupes, à l'extérieur : espace d'attente par groupe en respectant les distances sanitaires, suivre la signalétique.

Aucun non-pratiquant, pré-inscrit ou inscrit ne pourra accéder à l'intérieur de la MJC (*sauf pour un RDV d'inscription*).

S'assurer que le cours est maintenu.

Attendre que l'animateur ou un professionnel ou Délégué bénévole vienne récupérer le groupe pour entrer. Suivre le sens de circulation.

→ Entrée dans la Salle d'activité

Mise en place d'un « poste d'accueil de désinfection à l'entrée de chaque salle, tenu par l'animateur, portant un masque, avec gel hydro-alcoolique :

- Enlever ses chaussures et ses affaires et les déposer à l'emplacement prévu
- Couloirs dans chaque salle (vestiaires fermés aux pratiquants) pour poser les affaires aux emplacements prévus et affichés.

❖ Pour l'activité Judo

Le pratiquant dépose son sac à l'emplacement prévu et retire son survêtement en-dessous duquel il y a sa tenue d'art martial, le plie soigneusement et le dépose dans son sac, ainsi que sa veste, puis les jambes dirigées vers le couloir et non les tatamis :

- Massage des pieds avec du gel hydroalcoolique
- L'animateur dépose du gel hydroalcoolique sur les mains des pratiquants et leur montre le geste de « lavage des mains »
- Pas de contacts physiques entre pratiquants avant, pendant ou après la séance ; Aucun prêt ou échange de matériel ne sera permis.

NOTA 🦋 Les pratiquants doivent apporter leur propre matériel et ne jamais se l'échanger. Les pratiquants ne doivent pas utiliser les vestiaires qui peuvent être mis à disposition pour les activités de plein air et il est vivement conseillé d'éviter l'utilisation de toilettes publiques.

4. RECOMMANDATIONS SANITAIRES A PRENDRE EN REVENANT A SON DOMICILE

- Le pratiquant devra prendre sa douche
- Il devra mettre sa tenue de pratique au lave-linge
- Désinfecter son matériel personnel
- Laver sa gourde
- Réapprovisionner son kit sanitaire (*gel hydro-alcoolique, mouchoirs, masque*)



5. INFORMATIONS RELATIVES A LA DISCIPLINE PRATIQUEE : PRECAUTIONS, CONSIGNES, MATERIELS NECESSAIRES...

Ces protocoles sont issus des directives ministérielles et fédérales.

POUR TOUS - Etre muni au minimum de :

- Un masque (*sauf pour les – de 11 ans*) pour circuler dans les espaces communs
- Une gourde avec inscription du nom et du prénom
- Mouchoirs en papiers
- Vêtu de votre Tenue de sport (pas de vestiaire).
- Chaussures propres dans sac de sport pour entrer dans la salle et bien arriver à l'heure ! (*pas d'accès possible au bâtiment si retard*).
- Pour autre matériel : voir selon la discipline pratiquée (cf ci-dessous)

Le port du masque est OBLIGATOIRE pour les encadrants (*hors-temps d'activité physique*) et les personnes chargées de l'accueil et les bénévoles.

❖ ARTS

DANSE DE BAL

Masque recommandé durant le cours

DANSES CONTEMPORAINES ET BREAKDANCE / HIP HOP

Masque recommandé durant le cours

L'animateur veillera aux distances sanitaires particulières selon la pratique, avec :

- 2 mètres de distance constante entre chaque danseur
- 4 m² disponibles pour chaque danseur en statique, 5 m en déplacement lent, 10 m en déplacement rapide

CERAMIQUE- GRS – THEATRE — COUTURE – DESSIN – TRICO THE ET VANNERIE

- Respect des distances sanitaires
- Mesures barrières
- Pas d'échange de matériel

❖ SPORTS et BIEN ÊTRE

RAPPEL 🚫 Gourde personnelle marquée de son nom et prénom + mouchoirs en papier.

Sac de sport avec à l'intérieur du sac : chaussures propres pour accéder à la salle + serviette de toilette pour se sécher (*si nécessaire*)



❖ **BIEN-ETRE**

GYM, STRETCHING, PILATE, YOGA, QI GONG, SPORT SANTE, POUND FIT, FITNESS, CIRCUIT TRAINING, RENFORCEMENT MUSCULAIRE, CROSSFIT :

- Venir avec son tapis de gym
- Distance sanitaire de 2 m ou 4m² par personne

❖ **SPORTS**

JUDO ET SELF DEFENSE

Venir avec sa tenue portée sous un survêtement + gel hydroalcoolique personnel pour le nettoyage des pieds nus avant d'accéder au tatamis- sol.

ATTENTION ! Pas de distance sanitaire au regard de la nature de l'activité :
(Directive Ministérielle)

BADMINGTON

Venir avec sa raquette perso + 5 balles marquées de son nom et prénom *(car interdiction de toucher les autres balles de l'adversaire)*.

MARCHE et MARCHES NORDIQUES

Les marcheurs évoluant à la vitesse classique de 4 km/h veilleront à garder un espacement d'au moins 2 mètres, alors que des marcheurs à 6 km/h s'espaceront d'au moins 5 mètres.

6. PROTOCOLE DES ANIMATEURS ENCADRANTS, SI SYMPTOMES COVID-19

Thermomètre sans contact à disposition dans la réserve « Fourniture Administrative » à l'accueil

Conduite à tenir :

- Isolement immédiat de la personne avec un masque si possible dans le petit bureau comptable (derrière l'accueil) dans l'attente de son retour à domicile ou de sa prise en charge médicale. Respect impératif des mesures barrières.
- Prise de la température avec un thermomètre sans contact.
- **Si mineur** : Appel sans délai des parents pour qu'ils viennent chercher leur(s) enfant(s), en respectant les mesures barrières. Rappel de la procédure à suivre par les parents, à savoir : éviter les contacts et s'assurer, en lien avec le médecin traitant, de la réalisation d'un test de dépistage de leur enfant dans un centre prévu à cet effet et de tenir informée la MJC
- Signaler immédiatement le cas au personnel permanent.
- Nettoyage dans le cadre du protocole habituel de la salle et des objets touchés dans les 48H précédentes.
- Poursuite stricte des mesures barrières.
- SI DIFFICULTES RESPIRATOIRES : appel SAMU + parents (si mineur).