



**UNION des FÉDÉRATIONS d'AIKIDO-U.F.A.**  
**PLAN DE DÉCONFINEMENT PROGRESSIF des ACTIVITÉS AU SEIN**  
**DES STRUCTURES AFFILIÉES de la FFAA et de la FFAB**

## PROTOCOLE DE VIGILANCE MODÉRÉE



**Niveau de risque lié à la crise sanitaire : niveau modéré**

**Pratique traditionnelle en binôme**

**Echéancier : à partir du 28 août 2020**

Il répond à un niveau de vigilance commun à tout citoyen.

**Ce protocole général ne se substitue aucunement aux mesures locales (préfecture, municipalités, etc.) qui pourraient être prises en fonction de la situation sanitaire locale, notamment pour les départements en zone rouge.**

**Le décret n°2020-1035 modifiant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de COVID-19 a été publié au Journal Officiel du 14 août 2020. Il met fin à l'obligation de fermeture des vestiaires collectifs, tout en respectant toutefois le nombre de personnes ou la distanciation imposés par les structures d'accueil.**

### Conditions sanitaires



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude



Utiliser des mouchoirs à usage unique

- ✓ Gestes barrières COVID-19,
- ✓ **Port du masque obligatoire en dehors des phases de pratique sur le tatami,**
- ✓ **Port du masque OBLIGATOIRE pour l'enseignant,**
- ✓ Distance de sécurité sanitaire,
- ✓ Limitation du nombre de pratiquants,
- ✓ **Les principes d'hygiène corporelle, dont le lavage des mains et des pieds avant la montée sur le tatami fortement conseillés avec du gel hydroalcoolique,**
- ✓ L'utilisation des vestiaires collectifs **est autorisée**, mais reste de la bonne gestion des collectivités territoriales qui ont la charge des dojos ;

*L'utilisation des vestiaires collectifs : pris dans un contexte sanitaire appelant au maintien d'un niveau élevé de vigilance, ce décret, dans son article 44, met fin à l'obligation de fermeture des vestiaires collectifs. Conformément aux recommandations du Haut comité à la santé publique, les vestiaires collectifs sont à nouveau accessibles, dans le strict respect des protocoles sanitaires. La distanciation physique d'au moins un mètre entre les personnes et le port du masque y seront systématiquement respectés.*

*L'accès aux douches est autorisé si la distanciation physique y est respectée (pas de port du masque obligatoire) et si un nettoyage régulier des vestiaires est effectué.*

- ✓ **Aération de la salle dans la mesure du possible (ouverture des fenêtres), l'air circulant étant efficace contre la contamination par aérosolisation.**

### Préconisations pédagogiques générales

**Travail seul ou à deux, avec ou sans armes**

Toutes les applications pédagogiques adaptées au respect de l'hygiène respiratoire et des gestes barrières.

### Les incontournables pour un bon fonctionnement du protocole

- Le club doit désigner un responsable COVID chargé de l'organisation sanitaire et de veiller au respect des protocoles sanitaires
- Le club devra être en capacité de fournir aux autorités administratives habilitées qui en feraient la demande et sans délai, la liste nominative des participants à chaque cours. Cette liste comprendra le nom-prénom,

adresse, adresse mail et téléphone.

- 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 24 jours
- J'ai un bon état de santé général



Attention :

Si j'ai eu le COVID-19 ou si je présente des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées...), je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise d'activité.

#### **Préconisations spécifiques**

- Se doucher et avoir les cheveux lavés et attachés ;
- Avoir pris sa température avant de venir, pas de pratique si 37°8 ou plus ;
- S'assurer que sa tenue de pratique ait bien été lavée (keikogi, ...) ;
- Le port du hakama est possible si lavé régulièrement; sinon à éviter ;
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés
- Prendre un sac à l'intérieur duquel doivent figurer sa tenue de pratique, des mouchoirs jetables, un gel 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 afin d'établir la liste des participants qui pourrait être demandée par les autorités administratives;
- Lavage des mains avec du gel hydro-alcoolique ;
- Quitter ses « zoori » au bord du tatami, sortir sa bouteille d'eau, son paquet de mouchoirs et son gel hydro-alcoolique. Les autres effets personnels doivent rester dans le sac (téléphone, ...);
- L'accompagnant quitte le lieu d'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 durant la séance**

- Le salut commun de démarrage de début et fin de séance se fera en ligne comme traditionnellement ;
- La séance se déroule de manière classique ;

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

- Rejoindre ensuite l'accueil, remettre ses chaussures et déposer ses zoori dans son sac ;
- Avant de sortir, se laver à nouveau les mains avec du gel ;
- Le pratiquant mineur 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**

- On devra mettre sa tenue de pratique au lave-linge, désinfecter ses zoori.

## II. ANNEXE : CONSEILS POUR LES MESURES SANITAIRES

### II.a - Les mesures sanitaires s'imposant à l'enseignant, aux bénévoles et aux pratiquants de l'association sportive.

Ces mesures ont pour objet de protéger tant les pratiquants que l'ensemble des acteurs du club : les enseignants, les dirigeants, les bénévoles impliqués.

#### La propreté et l'asepsie des lieux de pratique et du matériel pédagogique

- La propreté et l'asepsie des lieux de pratique sont gérées par les collectivités territoriales pour les dojos mis à disposition par ces dernières.
- S'assurer que le nettoyage/désinfection du tatami et du matériel pédagogique utilisé par les pratiquants aient été réalisés avant et après chacune des séances.
- Aération de la salle dans la mesure du possible (ouverture des fenêtres), l'air circulant étant efficace contre la contamination par aérosolisation.

#### Pour les dojos privés

- S'assurer que le nettoyage/désinfection du tatami et du matériel pédagogique utilisé par les pratiquants aient été réalisés avant et après chacune des séances.
- Aération de la salle dans la mesure du possible (ouverture des fenêtres), l'air circulant étant efficace contre la contamination par aérosolisation.

#### La gestion de la circulation du pratiquant depuis son entrée dans le dojo jusqu'à sa sortie

- Suivre les règles imposées par les exploitants de salle et respecter les parcours mis en place.

### II.b - Dispositif sanitaire de désinfection (asepsie) du dojo

#### Pour les dojos gérés par les collectivités territoriales

La propreté et l'asepsie des lieux de pratique est gérée par les collectivités territoriales pour les dojos mis à disposition par ces dernières.

#### Pour les exploitants de salles privées

#### Conseils et préconisations

Liste des produits de nettoyage en prévention (non exhaustive)

- Lingettes désinfectantes
- Bombes aérosol désinfectantes
- Pulvérisateurs de produit désinfectant
- Bidons produit désinfectant
- Papier et chiffons de nettoyage
- Seaux pour nettoyage
- Gants jetables type latex ou nitrile

Type de nettoyage	Type de produit	Zones concernées	Fréquences
Désinfection sol et douche	Produit virucide (qui « tue » le virus)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun	2 fois par semaine selon la zone
Désinfection des points de contact (ex : poignée)	Produit virucide (qui « tue » le virus)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun	2 à 3 fois par jour selon la zone
Nettoyage habituel	Produit classique de nettoyage (ex : antitartre, anti-calcaire, désinfectant toilettes et robinetterie)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun, zone de rangement du matériel pédagogique	1 fois par jour
Tatami et Matériel pédagogique	Produit classique de désinfection	Tatami	Avant et après chaque séance
Armes	Lingettes virucides	Tatami	Avant et après chaque utilisation



**Les coprésidents**

**de l'UFA**

Michel GILLET Président FFAB  
Président FFAB

Francisco DIAS Président FFAA  
Président FFAA

**Les responsables techniques fédéraux**

Pour la FFAB  
Didier ALLOUIS

Pour la FFAA  
Michel ERB

**Les médecins fédéraux**

Pour la FFAB  
Jacques CHATEAU

Pour la FFAA  
Florence GALTIER