



Fédération Luxembourgeoise des Associations de Sport de Santé

Communiqué : Protocole de sécurité et de santé pour la reprise des activités physiques thérapeutiques en salle à la suite du confinement

La FLASS recommande les points suivants pour l'organisation des activités physiques thérapeutiques en salle dans le cadre de la Phase 4 du déconfinement :

- les participants ou les moniteurs qui ont une température élevée, une toux ou un rhume d'apparition récente doivent s'abstenir de venir aux cours et doivent éventuellement chercher un avis médical,
- respect des gestes barrières avant et après la pratique d'une activité physique,
- pas de rassemblement avant et après les cours,
- pas de douches,
- respect de la distanciation physique d'au moins deux mètres entre les pratiquants (c'est-à-dire au moins 4m² par personne) dans les vestiaires (lorsqu'ils sont accessibles) et lors de la pratique de l'activité physique),
- respect des distances entre sportifs qui se suivent (course à pied : 5m),
- port du masque obligatoire pour les sportifs et tous les accompagnateurs en salle sauf si une distance de 2m est respectée, c.-à-d. pas de masque pendant les activités physiques,
- limitation du nombre de pratiquant dans les infrastructures ne permettant pas le respect d'une distanciation physique suffisante (> 4m² par pratiquant),
- limitation de l'activité physique à une intensité modérée afin d'éviter une trop grande ventilation des pratiquants, dans un premier temps préférer l'entraînement stationnaire (par ex. sur tapis),
- partage de matériel sportif déconseillé,
- désinfection du matériel sportif utilisé par les pratiquants et les moniteurs (matériel appartenant à l'association ou à un tiers) ; le matériel de désinfection (solution hydroalcoolique et spray) doit être fourni par l'association-membre,
- aération fréquente de la salle où les activités physiques sont pratiquées,
- établir une liste de présence.

Ces recommandations s'appliquent également pour les activités aquatiques dans le respect des règles mises en place par les propriétaires des infrastructures sportives.

La FLASS rappelle que les associations-membres sont responsables de la sécurité sanitaire envers leurs membres. Elles doivent notamment s'assurer du bon respect des présentes recommandations.

Ces recommandations peuvent être adaptées en fonction des règles mises en place par les propriétaires des infrastructures sportives.

Ces recommandations seront mises à jour au fur et à mesure de l'évolution sanitaire.

Alexis Lion, PhD
Chargé de Direction de la FLASS

Dr Charles Delagardelle
Président de la FLASS