

Association suisse des paraplégiques  
Sport suisse en fauteuil roulant  
Kantonsstrasse 34  
CH-6207 Nottwil

T +41 41 939 54 11  
rss@spv.ch  
www.rollstuhlsport.ch

# **Association suisse des paraplégiques, Sport suisse en fauteuil roulant**

**Concept de protection pour les entraînements des athlètes élités et  
relèves dès le 22 juin 2020**

Version : 22 juin 2020

Auteur : Andreas Heiniger, responsable du plan coronavirus de Sport suisse en fauteuil roulant (SSFR)

## Nouvelles conditions cadres

Depuis le 6 juin 2020, les entraînements sont à nouveau autorisés dans tous les sports, sous réserve du respect des concepts de protection propres à chaque club. Le 22 juin, de nouvelles modifications sont entrées en vigueur. Pour les activités sportives nécessitant un contact physique étroit et constant, il est recommandé d'organiser l'entraînement par groupes fixes. On parle de contact étroit lorsque des personnes restent longtemps (plus de 15 minutes), ou de manière répétée, à une distance de moins de 1,5 mètre les unes des autres, sans mesure de protection.

Les cinq principes suivants doivent être respectés lors des entraînements :

### 1. Pas de symptôme à l'entraînement

Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont PAS autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin.

### 2. Garder ses distances

Lors du trajet aller, de l'arrivée dans l'installation sportive, dans les vestiaires, lors des discussions, lors de la douche, après l'entraînement et lors du trajet retour – dans ces situations ou d'autres similaires, gardez encore une distance de 1,5 mètre avec les autres personnes et renoncez aux poignées de main ou « high five ». Lorsque la distance ne peut être garantie, il est nécessaire de porter un masque ou d'installer une séparation appropriée (par exemple un plexiglas). Les contacts corporels sont seulement autorisés, dans tous les sports, au moment de l'entraînement à proprement parler.

### 3. Se laver soigneusement les mains

Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon, avant et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et son entourage.

### 4. Etablir des listes de présence

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le club tient des listes de présence pour tous les entraînements. La personne responsable de l'entraînement est chargée de tenir une liste exhaustive et exacte ainsi que de la remettre à la personne responsable du plan coronavirus (voir point 5). Le club est libre de décider de la forme sous laquelle il souhaite tenir ces listes (par exemple : doodle, application, Excel, etc.).

### 5. Désigner une personne responsable au sein de l'association

Chaque organisation qui prévoit de reprendre les entraînements doit nommer un responsable du plan coronavirus. Cette personne est chargée de veiller à ce que les règlements soient respectés. Dans notre club, il s'agit de Andreas Heiniger. Si vous avez des questions, veuillez le contacter directement (Tél. +41 41 939 54 11 ou [rss@spv.ch](mailto:rss@spv.ch)).

### 6. Prescriptions spécifiques

Si, dans des cas isolés, il y a un transfert assisté du fauteuil roulant de tous les jours au fauteuil roulant de sport et donc un contact physique avec les assistants, des mesures de protection supplémentaires comme des masques faciaux et la désinfection des mains sont recommandées.

Le concept de protection est communiqué aux entraîneurs par e-mail et publié sur le site [www.rollstuhlsport.ch](http://www.rollstuhlsport.ch).

Nottwil, 22 juin 2020

Andreas Heiniger  
Responsable du plan coronavirus de SSFR