

☑ Règles d'Hygiène et de Sécurité

⌘ GESTES BARRIÈRES :



Garder vos distances > 1m



Port du masque si distance < 1m



Se laver les mains très régulièrement > 30s



Tousser/éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans contact physique

DES POINTS HYGIÈNE SONT DISPOSÉS POUR SE LAVER LES MAINS, MAIS PRÉVOIR SON FLACON DE GEL HYDROALCOOLIQUE PERSONNEL.

NE PAS PARTICIPER À L'ÉVÈNEMENT EN CAS DE FIÈVRE, DE TOUX, DE DIFFICULTÉS RESPIRATOIRES... PRÉVENIR LES ORGANISATEURS DÈS QUE POSSIBLE.



⌘ NUMÉROS ET SITES INTERNETS CLEFS :

Information sur le COVID-19 :

- Tél. : 0 800 130 000 (appel gratuit).

- Site : [GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)

Téléphone d'urgence :

Urgence médical : 15



☑ Règles d'organisation

⌘ EN RANDONNÉE* :

- Préparation des bateaux
Chaque équipage prépare sa propre yolette. Le lavage ou désinfection des mains est préconisé avant et après.
- Embarquement/débarquement
La mise/sortie à/de l'eau est faite uniquement par l'équipage de façon échelonnée. L'accès aux pontons est limité aux membres d'équipage du bateau concerné et deux ou trois personnes de l'organisation en aide, le port du masque est donc obligatoire.
- Barreur
Le port du masque ou de visière est recommandé pour le barreur. Lors d'un changement de barreur, il est recommandé de désinfecter les poignées des rames.
- Ecluses
Le port du masque est obligatoire dès l'entrée dans une écluse jusqu'à la sortie. Il est demandé de se désinfecter les mains avant l'entrée dans l'écluse afin de manipuler sans risque les équipements. L'organisation procède à une désinfection du matériel partagé après chaque éclusage.
- Rangement des bateaux
A la fin de la randonnée le dimanche midi, la sortie de l'eau et le rangement des bateaux est effectué par des bénévoles de l'organisation après désinfection de chaque bateau.



* En accord avec le protocole de déconfinement phase 3 de la FF Aviron



⌘ MOMENTS CONVIVIAUX ET REPAS :

- En extérieur
Gardez une distance physique > 1m. Pour les repas et apéritifs, un sens de circulation est à respecter. Les tables sont limitées à 10 personnes et il est préconisé de rester par équipage au maximum. Les personnes servant boisson et nourriture doivent porter un masque et se désinfecter les mains régulièrement.
- En intérieur
Gardez une distance physique > 1m. Pour les repas, un sens de circulation est à respecter. Les tables sont limitées à 10 personnes et il est préconisé de rester par équipage au maximum. **Le port du masque est obligatoire lors de tout déplacement à l'intérieur.** Les personnes servant boisson et nourriture doivent porter un masque et se désinfecter les mains régulièrement.

Respecter les signalétiques et matérialisations.

⌘ HÉBERGEMENT :

- Il est recommandé de laisser une porte ou une fenêtre ouverte pour maintenir un flux d'air naturel.
- Dans le cas d'un changement de la composition des hébergements, cela doit être signalé à l'organisation.

⌘ DOUCHES ET SANITAIRES :

- Lors de l'utilisation des douches et sanitaires, il est demandé de limiter le nombre de personne dans le lieu au strict nécessaire.
- Tous les participants et bénévoles doivent respecter les instructions indiquées sur les éventuels affichages..



COVID-19

⌘ CAS D'ALERTE – REACTION INDIVIDUELLE :

Symptômes du COVID-19 :

- **Fièvre > 38°C. Si possible, faire un auto-contrôle à domicile avant de venir**
- **Fatigue** brutale.
- **Toux sèche**, potentiellement accompagnée de maux de gorge.
- **Maux de tête**, potentiellement accompagnés d'autres douleurs corporelles, type **crampes musculaires**.
- **Difficultés respiratoires**, de légères à sévères.
- **Perte d'odorat et de goût**



Pratiquer l'auto-isolation



Pendant l'évènement

- Alerter les personnes à proximité et les organisateurs
- Faites confirmer votre température immédiatement.
- Si vous êtes en capacité de quitter seul les lieux, rentrez chez vous.
- Sinon alerter les urgences médicales (tél 15)
- Respecter une distance de sécurité > 1m .
- Tenez-nous au courant de votre état de santé

Après l'évènement

- Alerter vos proches.
- Confirmer votre température.
- Respecter une distance de sécurité > 1m.
- Prévenir les organisateurs et indiquer le nom des personnes avec qui vous êtes entrés en contact.
- Tenez-nous au courant de votre état de santé.



Confinement 14 jours

SI LES SYMPTÔMES S'AGGRAVENT, APPELER VOTRE MÉDECIN TRAITANT OU LE NUMÉRO D'URGENCE (SAMU 15) PUIS SUIVRE LEURS INSTRUCTIONS.



☑ Consignes générales à observer :

⌘ CONSIGNES CLEFS

- **Gardez vos distances (> 1m)**
- **Ventiler les locaux** (réfectoire, hébergement, sanitaire, etc.).
- **Limiter le prêt des matériels individuels** notamment rames, barre, gourde, gobelet, couverts.
- ⚠ Dans le cas contraire, procéder à une désinfection avant et après utilisation et surtout laver vous les mains après utilisation.
- **Limiter le covoiturage** dans la mesure du possible ; dans le cas contraire le port du masque est obligatoire.



Guide – Aide mémoire



DESCENTE DU CHER 2020

Rappel des consignes Crise Sanitaire COVID-19