



PROTOCOLE SANITAIRE POUR LA PREVENTION DU COVID EN MILIEU SPORTIF

DECEMBRE 2020

Ce présent protocole sanitaire est un cadre de référence qui s'adresse au milieu sportif.

Sa validation par le ministère de la santé s'inscrit dans un processus d'harmonisation des différents protocoles sanitaires des différents secteurs.

La décision de reprise des différentes activités dépend des décisions centralisées de la commission nationale de la présidence du gouvernement en harmonie avec la stratégie multi sectorielle.

Ce guide sera sujet à des ajustements en fonction de l'évolution de la situation épidémiologique.

Cette mise à jour du protocole sanitaire en novembre 2020 est réalisée sous forme de guide général qui tient compte des données épidémiologiques actuelles et qui présente une riposte globale en matière de prévention et lutte contre la propagation du coronavirus COVID-19 en milieu sportif.

Méthodologie

Le ministère de la jeunesse du sport et de la formation professionnelle a créé une cellule de crise qui a pour mission de veiller à l'élaboration de ce guide et de mettre en place toute une stratégie pour fournir un support validé applicable par tous les intervenants en sport pour préserver la santé et prévenir la contamination par le covid-19 ou sa propagation.

Le groupe de rédaction

Constitué par :

- Dr Monia Belkhiria (CNMSS)
- Dr Saida Ayachi (CNMSS)
- Dr Leila Bouabid (ONMNE)

Le groupe de lecture

Constitué par les professeurs en médecine :

- Professeur Hanène Tiouiri (service maladies infectieuses La Rabta)
- Professeur Abdelmajid Ben Jemaa (collège de Médecine de Travail)
- Professeur Hédi Annabi (orthopédiste, fédération de Basket Ball)

Validation au ministère de la santé par :

- Professeur Fayçal Ben Salah, directeur général de la santé
- Professeur Nissaf Ben Alaya, directeur général de l'ONMNE

Bibliographie :

Les données ont été recueillies de

- L'ONMNE
- L'INEAS
- Les communiqués du ministère de la santé et ministère des affaires sociales
- Les publications scientifiques
- Les fédérations : données spécifiques des divers types de pratique sportive

PLAN

INTRODUCTION

CONTEXTE EPIDEMIOLOGIQUE

1. Modes de transmission
2. Délais de contagiosité
3. Symptômes et signes évocateurs
4. Définitions utiles à connaître

METHODES DIAGNOSTIQUES

1. Test RT-PCR
2. Tests rapides
 - détection des antigènes viraux
 - tests sérologiques à anticorps

MESURES BARRIERE

1. Hygiène des mains
2. Port de masques de protection
3. Distanciation physique
4. Aération des locaux et des moyens de transport
5. Consignes générales
6. Hygiène des locaux

DETECTION DES CAS SUSPECTS

1. Prise de la température
2. Questionnaire de santé

PROCEDURES LORS DES ENTRAINEMENTS ET COMPETITIONS

1. Désignation d'un COVID manager
2. Fournir les équipements nécessaires

MESURES ORGANISATIONNELLES

1. Mesures préventives à l'entrée du site sportif ou du lieu d'hébergement
2. Au niveau des vestiaires
3. Mesures préventives dans les lieux de restauration et lieux de repos
4. Hygiène collective
5. Transport des sportifs

CONDITIONS DE REPRISE

1. Le sportif d'élite
 2. Stages et rassemblements des équipes nationales et clubs
- Procédures pour le dépistage COVID-19 lors d'un stage bloqué ou compétitions internationales

CAS PARTICULIERS

1. Salles de sport
2. Salles couvertes omnisport
3. Piscines
4. Vestiaires et douches
5. Reprise des assemblées générales et réunions

ALGORITHMES DECISIONNELS

I - INTRODUCTION

Le déconfinement ciblé en juin 2020 a permis un retour progressif de la population à la vie normale, marquée par la reprise de certaines activités sportives en entraînement puis en compétitions en se conformant scrupuleusement aux directives du protocole sanitaire élaboré par notre ministère.

Actuellement, la situation épidémiologique a complètement changé et pour participer aux efforts nationaux de protection de la santé du citoyen tunisien, notre ministère met en place ce guide qui présente des informations et des conduites validées pour fournir un support aux professionnels de sport (staff médical, technique et administratif) qui vont exécuter un programme de prévention du covid-19 adapté à chaque environnement sportif.

Le ministère de la jeunesse du sport et de l'intégration professionnelle a mis en place certaines mesures au profit du monde sportif :

- Aménagement d'un centre de confinement équipé de chambres individuelles avec sanitaires privés à Radès, pour offrir aux sportifs d'élite Covid plus les meilleures conditions d'hébergement, restauration et de surveillance.
- Mise à disposition d'une ligne verte qui permet aux sportifs d'avoir des informations spécifiques liées à leurs états de santé et des médecins de sports répondront à leurs questions et leurs prodigueront des conseils à leurs demandes.
- Création d'une plateforme numérique office 365 qui offre un espace d'échange virtuel entre les sportifs et les médecins du ministère exerçant dans les différents centres régionaux de médecine du sport.

II - CONTEXTE EPIDEMIOLOGIQUE

1. Modes de transmission

Le SARS-CoV-2, virus responsable de la Covid-19, est un virus enveloppé fragile dans le milieu extérieur et est sensible aussi bien à la dessiccation, qu'aux détergents et aux antiseptiques, en particulier l'alcool à 70° et l'eau de javel.

La transmission interhumaine se fait par la projection de gouttelettes, l'inhalation de microgouttelettes et potentiellement par le contact.

- Le virus est essentiellement transmis par les microgouttelettes expirées lors de la parole, la toux, l'éternuement mais aussi de la respiration normale. Ces microgouttelettes persistent jusqu'à 3 heures dans une ambiance fermée et se dispersent rapidement en plein air. Ainsi, la transmission virale est optimale dans les situations où plusieurs personnes non masquées et non distantes (<

1,5 mètres) sont présentes pendant une durée prolongée (>15 minutes) dans un lieu clos et non aéré ou utilisant un air recyclé.

- La transmission par la voie manuportée est aussi plausible. En effet, le dépôt des gouttelettes sur les surfaces inertes (papier, table, chaise...) est un moyen de transmission par les mains quand on se touche le visage (yeux, nez, bouche, moustache) avant de les laver.

2. Délai de contagiosité :

La transmission est

- Majeure pendant les 72 premières heures des symptômes
- Peut se faire via des patients pré-symptomatiques (24 à 48 heures avant les symptômes) et asymptomatiques en cas de contact prolongé > 1 heure.
- La durée de la contagiosité maximale est de 10 jours après le début des symptômes.

3. Symptômes et signes évocateurs :

La symptomatologie clinique typique est celle d'un syndrome grippal. Les symptômes décrits comprennent :

- **Des signes respiratoires** : détresse respiratoire aigüe, toux sèche, dyspnée, difficultés respiratoires, oppression thoracique, douleurs thoraciques, brûlures rétro-sternales
- **Une fièvre** (toutefois, son absence n'élimine pas le diagnostic)
- Des frissons
- Une asthénie, une fatigabilité
- Des céphalées
- Des arthro-myalgies
- Une anosmie sans obstruction nasale
- Une agueusie

D'autres signes sont également rapportés

- Une sécheresse de la gorge
- Une rhinorrhée
- Une diarrhée
- Des douleurs abdominales
- Des nausées et des vomissements
- Un malaise et chute
- Une hypoacusie
- Une conjonctivite
- Des signes encéphalitiques ou méningés : convulsions, coma...

- Un syndrome d'inflammation systémique (Kawasaki like) chez les enfants et les adolescents

L'absence de ces signes n'élimine pas la contamination.

4. Définitions utiles à connaître :

La définition du cas est susceptible d'évoluer selon la forme épidémique. Des mises à jour régulières sont proposées par le ministère de la santé (ONMNE).

Un cas suspect COVID-19 :

1. Toute personne qui répond aux critères cliniques ET épidémiologiques suivants :

Critères cliniques : Toute personne présentant de façon aiguë :

- Une fièvre et une toux Ou
- Trois ou plus des signes ou symptômes suivants : toux, fièvre, dyspnée, frissons, asthénie, fatigabilité, céphalées, confusion, arthromyalgies, anosmie, agueusie, vomissement, diarrhée, anorexie, nausée

ET Critères épidémiologiques :

- Personne résidant ou voyageant dans une région avec une transmission communautaire dans les 14 jours précédent l'apparition des symptômes
- Professionnel de santé ayant été exposé dans les 14 jours précédent ; en milieu professionnel ou en milieu communautaire, à une personne Covid-19 positive, sans protection adéquate.

2. Toute personne présentant des signes de détresse respiratoire aiguë nécessitant une hospitalisation.

3. Des cas groupés (dans le temps et dans l'espace) d'Infection Respiratoire Aiguë.

Cas Probable : Tout cas suspect ayant eu un contact étroit avec un cas probable ou confirmé COVID-19, ou lié épidémiologiquement à une chaîne de transmission avec au moins un cas confirmé.

Cas confirmé : Toute personne avec une confirmation d'infection par le SARS-CoV-2 au laboratoire par RTPCR.

Décès COVID-19 : tout décès résultant d'un tableau clinique compatible avec un cas COVID19 confirmé, non déclaré guéri de son vivant, sans autre cause directe du décès ou tout décès d'un cas suspect ou probable avec confirmation par un test post mortem 4 ONMNE, Gestion Des Cas COVID-19 Et Des C

- Définition du contact-étroit

Toute personne qui :

- 1/ A partagé un même environnement clos (lieu de travail, salle de classe, le ménage, rassemblements, salle d'attente, moyens de transports, etc...) qu'un cas confirmé pendant une période ≥ 15 minutes avec une distance inférieure à 1,5 mètre sans protection individuelle adéquate.
- 2/ A fourni des soins directs à un cas confirmé en l'absence d'équipements de protection individuelle adéquats.

- Le contact tracing :

Le contact tracing : Le processus de recherche active des contacts étroits autour des cas confirmés doit être mis en œuvre immédiatement après la confirmation du cas index par RT-PCR. La période de recherche des contacts étroits d'un cas confirmé :

- Cas confirmé symptomatique : Contacts étroits ayant eu lieu dans les 48 heures précédent l'apparition des symptômes et jusqu'à 10 jours après la date de début des signes.
- Cas confirmé asymptomatique : Contacts étroits ayant eu lieu dans les 48 heures précédent la date de prélèvement et jusqu'à 10 jours après la date de prélèvement.

III - METHODES DIAGNOSTIQUES :

Depuis le début de l'épidémie et partout dans le monde, le diagnostic repose sur la biologie moléculaire (extraction du génome viral suivie d'une amplification et révélation par RT-PCR en temps réel).

Cependant, de plus en plus de tests sont actuellement proposés dans le but d'identifier les foyers, d'élargir le dépistage et de suivre le traitement.

Il s'agit de tests rapides (prêts en 15 à 20 minutes) permettant de détecter soit les anticorps anti-SARS-CoV-2 de type IgM et IgG, soit les antigènes viraux.

1. La RT-PCR en temps réel :

La RT-PCR a l'avantage de la spécificité qui serait de 100% (il y aurait zéro faux positifs quand la méthodologie du travail est respectée afin d'éviter les contaminations entre les échantillons notamment lors de l'étape de l'extraction) et de passer de grandes séries en même temps, mais demande entre 3 et 6h pour obtenir le résultat sans compter l'acheminement du prélèvement.

Cependant, cette technique manque de sensibilité (quelques faux négatifs).

2. Tests rapides :

Afin d'élargir le diagnostic jusqu'au dépistage large de la population, d'autres tests dits rapides sont proposés. Il s'agit principalement des tests sérologiques qui détectent les anticorps anti-SARS-CoV-2 ou des tests qui détectent les antigènes vitaux.

- **Les tests de détection d'antigènes vitaux** se font sur *prélèvement nasopharyngé*.

C'est une méthode rapide, peu coûteuse, précoce, simple d'utilisation.

Ils pourraient être intéressants pour le dépistage de masse ou les situations d'urgence :

- Si le test est positif, on admet que c'est un vrai positif car il est spécifique.
- Si le test est négatif on devrait continuer par une RT-PCR, vu la faible sensibilité.

Ces tests antigéniques rapides seront indiqués pour le diagnostic des cas symptomatiques suspects ou pour e screening de masse.

- **Les tests sérologiques** se font sur prélèvement de sang. Ils détectent les anticorps spécifiques du SARS-CoV-2 de type IgM et IgG.

Ces tests ne sont pas des tests diagnostiques à proprement parler.

Un résultat positif de ces tests prouve qu'une personne a eu un contact avec le virus, qu'elle ait eu des symptômes ou non.

IV. LES MESURES BARRIERE

1. Hygiène des mains :

- Assurer une hygiène des mains : se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon.
- Approvisionner régulièrement les points de lavage des mains au niveau des vestiaires par du savon.
- Mettre à la disposition des sportifs et des staffs du papier essuie-main pour le séchage des mains.
- Désinfection des mains par les solutions hydro-alcooliques
En cas de non-disponibilité d'eau et de savon, utiliser une solution hydro-alcoolique (avec au moins 74% d'alcool), et la désinfection se fait sur des mains propres.

Il est recommandé d'insister sur la technique du lavage des mains et de la friction hydro-alcoolique en respectant les durées nécessaires.

2. Port de masques de protection

Ce moyen de protection, en plus de la protection du porteur, permet d'éviter la contamination de l'entourage et de l'environnement en évitant la projection des gouttelettes émises lorsque celui qui porte le masque tousse, éternue ou parle.

- exiger le port d'un masque barrière en dehors des périodes d'entrainements et des compétitions.

- la durée de l'utilisation d'un masque ne doit pas dépasser 4 heures,

- il faut changer le masque dès qu'il devient humide,

Le port du masque est obligatoire pour tout personnel encadrant les sportifs pendant toute la durée de leur travail dans le milieu sportif.

3. Distanciation physique :

Le but est d'éviter les contacts physiques, car une personne peut être contagieuse avant d'avoir des symptômes.

- Interdire les embrassades et les poignées de mains ;

- Conserver une distance minimale de protection sanitaire d'au moins un mètre et demi (1,5m) dans les vestiaires

4. Aération des locaux et des moyens de transport :

- Aérer les salles de sport, les vestiaires, les réfectoires, les dortoirs, les sanitaires et autres de manière continue et efficace en favorisant le renouvellement de l'air ambiant.

5. Consignes générales

- Tousser ou éternuer dans le creux de son coude
- Se moucher avec un mouchoir jetable qui sera jeté tout de suite dans un sachet fermé puis dans une poubelle avec sachet plastique et couvercle. Par la suite hygiène des mains.
- Prévoir un nombre conséquent de poubelles de préférence à pédales
- Interdire de cracher sur la pelouse ou sur un terrain de jeu
- Ne pas se toucher le visage avec des mains non lavées dans l'immédiat ou portant des gants.
- Ne boire que dans sa propre bouteille
- Distanciation physique sur le terrain,
- Interdire les embrassades, les accolades et les poignées de mains
- Interdire les protestations des joueurs auprès des entraîneurs ou des arbitres
- Elargir les bancs de touche sur le terrain de jeu
- Vérifier les licences ou l'identité sur terrain et non aux vestiaires
- Les interviews aux journalistes se feront en milieu ouvert ou dans de grands espaces avec perche si possible.

6. Hygiène des locaux :

- L'hygiène générale du milieu est l'un des moyens indispensables pour la prévention de la propagation du COVID.
- Les salles de sport, les surfaces de jeu, les équipements de sport, le matériel sportif, les vestiaires, les locaux administratifs et sanitaires doivent tous être régulièrement nettoyés et désinfecter.

V. DETECTION DES CAS SUSPECTS :

Lors de rassemblements pour entraînements ou compétitions nationales :

1. Prise de la température :

La prise de température est la première étape à faire pour autoriser un sportif ou un encadreur à pénétrer l'espace sportif.

Un personnel sera formé à la prise de température à distance et un thermomètre à infra-rouge sera vérifié régulièrement sur son bon fonctionnement

2. Questionnaire de suivi de santé à la recherche de signes évocateurs d'atteinte par le covid-19:

Le personnel para médical de préférence sera formé pour recueillir les réponses à une série de questions qui constituent une grille de premier contact avec le sportif dans un questionnaire de santé

Tableau : questionnaire de santé

	oui	non
Fièvre Température sup à 37.8 – frissons		
Toux		
Difficultés respiratoires		
Diarrhée		
Maux de tête		
Douleurs aux articulations		
Perte d'odorat		
Perte d'appétit		
Fatigue générale		
Douleurs musculaires		

Ce questionnaire doit être rempli dans les 24h qui précèdent un rassemblement sportif, et au moindre signe de suspicion, le sportif ou la personne en question est immédiatement mise à l'écart et confiée au staff médical de l'équipe sportive pour évaluer la situation et faire le nécessaire.

VI. PROCEDURES DE PREVENTION LORS DES ENTRAINEMENTS ET COMPETITIONS

1. Désignation d'un « covid-manager »

Le responsable de la manifestation sportive (fédérations, clubs, salles de sport) doit désigner un « covid-manager » parmi le staff médical ou paramédical, il aura pour mission :

- Il constitue le point focal de la veille covid en relation avec tout le système d'informations. Il collabore avec la cellule covid du ministère et participe à la collecte des informations sur le covid dans son milieu.
- Dans la stratégie de communication, c'est un relais de communication pour encadrer les jeunes sportifs.
- Analyser le risque encouru par les sportifs et leurs encadreurs (entraîneurs, staff médical et administratif) en fonction du type de sport et des locaux disponibles.
- Constituer un comité restreint de coordination piloté par le covid-manager lui-même. Ce comité aura pour mission de :
 - Préparer un plan de prévention spécifique au site sportif en se basant sur ce guide
 - Veiller à l'application des mesures sanitaires, contrôler et évaluer.
 - Sensibiliser, former tous les intervenants et les informer sur les règles sanitaires et les gestes barrières à respecter : réunion par petits groupes, affichage, spots en boucles.
 - Assurer le conseil et l'écoute pour tous les sportifs et encadreurs
 - Se tenir au courant des nouveautés et mises à jour du ministère de la santé
 - Prévoir et animer des séances de sensibilisation sur le Covid-19 et de formation sur les mesures barrières
 - Se conformer à l'avis médical du médecin responsable pour :
 - S'assurer que ceux qui réintègrent l'activité sportive sont indemnes de toute affection liée au Covid-19
 - S'assurer que la reprise du sport est compatible avec l'état de santé actuel du sportif
 - Vérifier que les encadreurs sportifs ne présentent pas de maladies chroniques les exposant à des formes graves en cas d'atteinte par le coronavirus.
 - Consigner des rapports quotidiens de suivi de paramètres de bonne santé pour les sportifs et leurs encadreurs en cas de rassemblements.
 - Cordonner avec la cellule covid du ministère de la jeunesse des sports et de l'intégration professionnelle et transmettre périodiquement ces rapports.

2. Fourniture des équipements nécessaires :

- Thermomètres frontaux infra-rouge
- Masques
- Solution et gel hydro alcooliques
- Savon liquide
- Essuie-mains en papier, jetables
- Eau de javel,
- Produits détergents
- Poubelles, sacs de déchets, gants

VII. MESURES ORGANISATIONNELLES :

1. Mesures préventives à l'entrée du site sportif ou du lieu d'hébergement :

- toutes les compétitions se passeront à huis clos
- limiter le nombre de personnes présentes simultanément sur un site sportif en utilisant un aménagement horaire et des locaux de grande capacité d'accueil.
- Privilégier les escaliers aux ascenseurs et si obligation ne pas dépasser 2 personnes à la fois et ne devront pas se faire face et doivent porter obligatoirement les masques barrière.
- Disposer d'un distributeur de gel hydroalcoolique à côté de l'ascenseur dans chaque étage.
- interdire la bousculade et respecter une distance de 1,5 mètre entre les personnes.
- recherche quotidienne de cas suspects tous les jours par une prise de la température et par le questionnaire d'évaluation de l'état de santé (en annexe).
- la personne affectée à prendre la température doit porter un masque de protection efficace.
- le port du masque est obligatoire et n'est exempté que le sportif en mouvement ou pendant la récupération en respectant la distanciation et les mesures barrière.

2. Au niveau des vestiaires :

- Afficher consignes et règles à suivre
- éviter l'encombrement : mettre un marquage au sol distancé de 1,5mètres, et laisser entrer uniquement une personne pour 4m² d'espace en même temps quand cela est autorisé.
- Accrocher les affaires personnelles aux murs en respectant la distance de 1,5mètres.
- Se laver les mains à l'eau et au savon à l'entrée et sortie du vestiaire. Même processus avec du gel hydro alcoolique.

- Aérer de manière continue les vestiaires

3. Mesures préventives dans les lieux de restauration et lieux de repos et lieux d'hébergement :

- interdire les files rapprochées et procéder au traçage au sol distancé de 1,5mètre entre les sportifs.
- servir les repas pour des petits groupes au même moment. Le nombre dépend de l'espace sachant qu'il faut prévoir des places assises distancées de sorte à respecter au moins un mètre linéaire entre deux sportifs avec disposition croisée des chaises de telle façon que chaque joueur se place devant une chaise vide.
- placer un distributeur de gel hydro alcoolique à l'entrée du restaurant.
- équiper les blocs sanitaires par du savon et du papier essuie main jetable
- mettre des poubelles avec des sacs en plastique près des lavabos
- les repas seront servis en unité et pas de self-service
- ne pas échanger tasses, verres, assiettes, cuillères couteaux fourchettes.
- nettoyer le sol et les surfaces par de l'eau javellisée après la sortie de chaque groupe
- Nettoyage quotidien des poignées de porte et des fenêtres robinets....
- Maintenir aérés les locaux

4. Hygiène collective :

- Eviter de partager du matériel d'entraînement
- Le sportif doit nettoyer le matériel sportif ou l'équipement qu'il a utilisé avec une solution désinfectante avant et après utilisation.
- Nettoyer et désinfecter le lieu de pratique sportive surtout en salle fermée avant la première séance, et toutes les deux heures si utilisation alternée.
- Pour la désinfection utiliser eau de javel 12° diluée à raison de 1 dose d'eau de javel / 6 doses d'eau.
- le processus de désinfection : régler vaporisateur sur jet à grosses gouttes.
- Aérer en créant un courant d'air après chaque opération de désinfection.
- Equiper les lavabos et blocs sanitaires d'eau courante, savon, essuie mains jetables, poubelles avec couvercle, intérieur sacs en plastique.
- Désinfecter les toilettes et notamment le bord des cuvettes après chaque usage
- Former les agents de nettoyage et les équiper de moyens de protection
- pour la ventilation des locaux, aérer en continu les salles de pratique d'activité sportive en ouvrant les portes et fenêtres.

5. Transport des sportifs :

- Prévoir un nombre suffisant de bus
- Tous les sportifs doivent être assis avec une place vide à coté, donc remplir à moitié la capacité assise du bus.
- Eviter la bousculade lors de la montée et descente du bus en respectant la distance de 1,5 m entre les sportifs lors de l'entrée ou sortie du bus.
- Se frictionner les mains avant l'embarquement en bus
- Port obligatoire du masque dans le bus
- Eviter la climatisation pendant le trajet et recourir à la ventilation naturelle (fenêtres ouvertes)
- Désinfecter les bus (sols, chaises, piliers, poignées de portes, accoudoirs, ...) et les aérer avant et après chaque action de transport
- Désinfecter plusieurs fois par jour le tableau de bord, le volant, et l'entourage du chauffeur.

VIII.CONDITIONS DE REPRISE :

A/ Le sportif d'élite :

Le sportif d'élite doit être évalué régulièrement par le staff médical de la fédération concernée pour vérifier l'absence de signes faisant suspecter une infection Covid19.

Cette évaluation se base sur la vérification de son état de santé par un questionnaire médical et prise de température :

1. si aucun signe de suspicion, continuer le programme de sport

2. Si signes évocateurs :

- isoler le sportif

- informer le covid manager de la fédération concernée

- adresser le sportif au Médecin fédéral ou au CNMSS ou au CRMSS ou au médecin traitant pour décision thérapeutique et demande de test de confirmation.

Le covid manager doit faire le suivi et en cas de découverte d'un cas positif, il doit informer :

* le ministère de la santé (la direction régionale)

*et la cellule covid du ministère des sports au centre national de médecine et sciences du sport qui recueille les informations et les transmet au ministère de la santé à l'ONMNE en temps réel pour détection de clusters et riposte.

- Informer l'entourage du risque de contamination en attendant les résultats des tests et examens médicaux et d'alerter s'ils ont le moindre signe suspect.

- En cas de positivité du Test : Identifier les personnes ayant été en contact-étroit avec le sportif suspect et communiquer leur nom et coordonnées aux services compétents du ministère de la santé pour contact tracing

- Attendre 6h avant de nettoyer le local supposé ayant abrité un sujet infecté.
Personnel de nettoyage muni des protections nécessaires.

Reprise en post-COVID :

Le sportif d'élite qui a été contaminé par le covid quel que soit le tableau clinique, doit se faire évaluer par un médecin de sport avant la reprise sportive qui doit être progressive. après guérison, cette visite de reprise de sport de haut niveau s'effectue dans un centre de médecine du sport (voir algorithme en annexe)

B/ Pour les stages et rassemblements des équipes nationales et clubs pour des matchs officiels :

Avant l'entrée en stage, tous les sportifs doivent

- S'engager à se conformer aux règles mentionnées dans ce protocole de prévention.
- Informer leur staff de tout problème de santé.

La fédération ou le club doivent s'engager à fournir les moyens nécessaires à la prévention et veiller à leur application.

Les procédures pour le dépistage COVID-19 lors d'un stage bloqué ou compétitions internationales :

Déroulement du rassemblement en respectant le principe de cohorting.

Les précautions supplémentaires en plus de faire un questionnaire de santé (comme présenté ci haut):

- Exiger pour les sportifs et le staff accompagnant qui arrivent de l'étranger, un test RT-PCR datant de moins de 72h quel que soit le pays de provenance,
- Exiger pour les sportifs résidant en Tunisie qui vont intégrer un stage ou rassemblement dans le pays, des tests de dépistage rapides pour le screening.

Un suivi quotidien sera établi pour détecter le moindre signe d'appel.

Lors du suivi, si apparition de symptômes évocateurs de covid, faire test RT-PCR et suivre la procédure d'isolement, détection de contacts étroits, et gestion des résultats des tests effectués.

X. CAS PARTICULIERS

1. Les salles de sport :

- Veiller à réduire le nombre de sportifs en même temps en fonction de la surface de la salle, à raison de 01 sportif par 6 m²
- Baliser un espace d'entraînement avec 4 mètres de chaque côté de la machine.
- Désinfecter les surfaces d'entraînement trois fois par jour : au démarrage, à la fermeture de mi-journée et à la fin de la journée. La fermeture de mi-journée sera de 2 heures au moins.
- les sportifs doivent s'engager à ne pas se présenter à la salle de sport en cas de symptomatologie faisant suspecter le covid
- Le sportif doit ramener deux sacs en plastique : un pour déposer ses vêtements de ville et un second pour les habits d'entraînement fermé hermétiquement.
- Désinfecter les postes d'exercice sportif avant et après chaque utilisation (vélos, barres d'appuis, tapis roulants, haltères, ballons, tapis de sol, stations de Pilates,.....)
- Aérer les salles en continu par des ouvertures croisées assez larges
- Aménager les blocs sanitaires
- rationaliser l'utilisation des vestiaires.

2. Les salles couvertes omnisports,

Pour pouvoir appliquer les normes préventives, il est recommandé de :

- Diminuer le nombre de personnes autour de l'aire de jeux, en effet, il faut interdire l'accès à toute personne dont la présence n'est pas indispensable
- Limiter le nombre d'officiels
- Autoriser les entraînements sans dépasser 50% de la capacité d'accueil de la salle et en respectant une distanciation d'au moins 4mètres pour les sports individuels
- La remise des prix doit obéir aux règles strictes d'hygiène et de distanciation

3. Les piscines

1. afficher l'interdiction de l'accès aux piscines aux personnes fragiles et qui sont :

- les personnes âgées de 70 ans et plus ;
- les personnes présentant une obésité morbide
- les femmes enceintes.

- les personnes aux antécédents cardiovasculaires graves, les diabétiques insulino-dépendants non équilibrés ou présentant des complications ;
- les personnes ayant une maladie respiratoire chronique, une insuffisance rénale chronique dialysée, un cancer sous traitement, une maladie grave du foie, immunodéprimées
- toute personne présentant actuellement de la fièvre, des signes d'infection respiratoire ou ayant de la diarrhée

2. Interdire les jeux de contact dans l'eau, ne pas cracher ou se moucher dans l'eau ou au sol autour.

3. Limiter le nombre de baigneurs dans la piscine tenant compte de la surface totale de l'eau (au max une personne par 3m²)

4. Contrôle du chlore et du pH toutes les deux heures

5. respect de la distanciation des sièges au pourtour de la piscine

4. Les vestiaires et douches dans les centres d'entraînements sportifs.

Le responsable est tenu d'approvisionner les vestiaires en savon liquide, en papier essuie-mains et poubelles.

1. Chaque personne range ses affaires et vêtements de sport dans son sac et ne les étale pas sur le banc.
2. Les vêtements de sport enlevés sont mis dans un sac en plastique dans la cabine de douche puis directement rangés dans le sac de sport.
3. Le nombre d'utilisateurs des vestiaires ne dépasse pas une personne pour 4m² de surface au même moment. Et si le vestiaire est vaste, marquage de distanciation d'au moins 1.5mètre entre deux utilisateurs.
4. Obligation de désinfection des sanitaires toutes les deux heures.
5. Utilisation d'une douche sur deux en même temps.
6. La douche est utilisée par une seule personne à la fois, s'il n'existe pas de séparation jusqu'au sol entre les cabines de douches
7. Entre deux utilisateurs la cabine de douche est désinfectée par du produit virucide ou de l'eau javellisée (sol, parois, robinet, pommeau, poignée...)
8. Chaque utilisateur ramène sa propre serviette, l'utilise dans la cabine de douche et la range dans son sac dès la fin d'utilisation.

4. Reprise des assemblées et réunions en relation avec le monde sportif :

Ces manifestations font partie de la dynamique qui entoure la vie sportive.
Dans cette période épidémique ces rassemblements ne doivent pas être source de propagation du virus en milieu communautaire.

Il sera préférable d'opter pour les rassemblements par les moyens technologiques à distance, ou après autorisation des autorités sanitaires nationales en présentiel selon la réglementation dans la condition du respect total des mesures de prévention, qui sont :

- Les gestes barrière et les moyens d'hygiène individuelle et collective.
- Des inscriptions en ligne pour des plages horaires pré-établies le jour de la réunion.
- La présence d'un nombre restreint de participants en même temps, et au besoin programmer des présences selon des plages horaires successives.
- Les assemblées auront lieu dans des endroits spacieux avec une aération naturelle.

Annexes

ALGORITHMES des Conduites à tenir

Conduite à tenir en cas de découverte de cas suspect ou probable

(Affichée sur tous les lieux d'entraînement)

En cas de constatation de symptômes évocateurs du COVID-19 chez un sportif ou un membre du staff sur les lieux d'entraînement ou de compétition

- isoler la personne suspecte qui doit garder son masque, dans un endroit aéré prédéfini

- Respecter impérativement une distance de 1,5 mètre

- Informer le Covid manager de la fédération concernée qui va entamer sa prise en charge et informer la cellule covid si résultat positif.

Arbre décisionnel Sportif d'élite

Covid positif

- Isoler en confinement et prise en charge par médecin traitant
 - Suivi par médecin de fédération/CNMSS/CRMSS
 - Rapport au CNMSS (pour suivi)

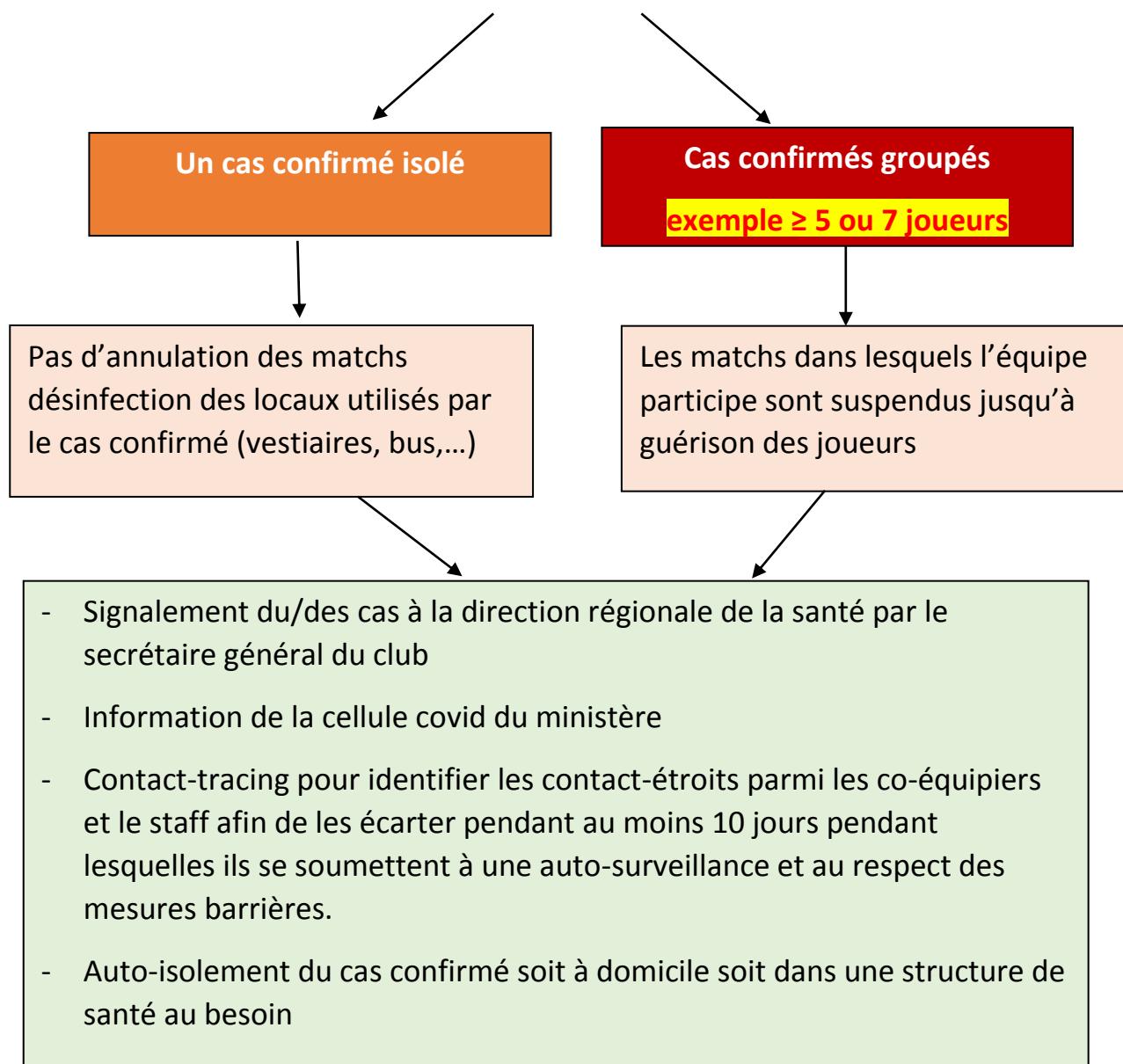
Guérison déclarée après 10j de confinement avec absence de signes cliniques durant les dernières 72h

Visite médicale d'aptitude à la reprise du sport intensif à réaliser au CNMSS, CRMSS ou structures sanitaires adaptées publique ou privée avec consultation en cardiologie du sport

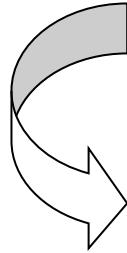
Bilan normal : Reprise des entraînements sportifs

Bilan anormal : Poursuivre le repos sportif et suivi pour fixer la date du retour aux entraînements

**CAT face apparition d'un cas confirmé Covid-19
dans une équipe (exemple sport collectif, cas(+) joueur ou staff)**



CAT pour les centres d'hébergement de l'élite en cas de cas positifs parmi les sportifs ou le personnel



Si sportif :

- quitte le centre pour un confinement (domicile ou centre dédié)
- Informer direction régionale de la santé
- informer cellule covid du ministère et suivi par centres de médecine de sport
- Evacuation de sa chambre
- Contact-tracing pour identifier les contact-étroits* parmi les coéquipiers et le staff afin de les écarter pendant au moins 14jours pendant lesquelles ils se soumettent à une auto-surveillance et au respect des mesures barrières.
- Désinfection chambre et sanitaires
- Retour du camarade après 48h

Si personnel :

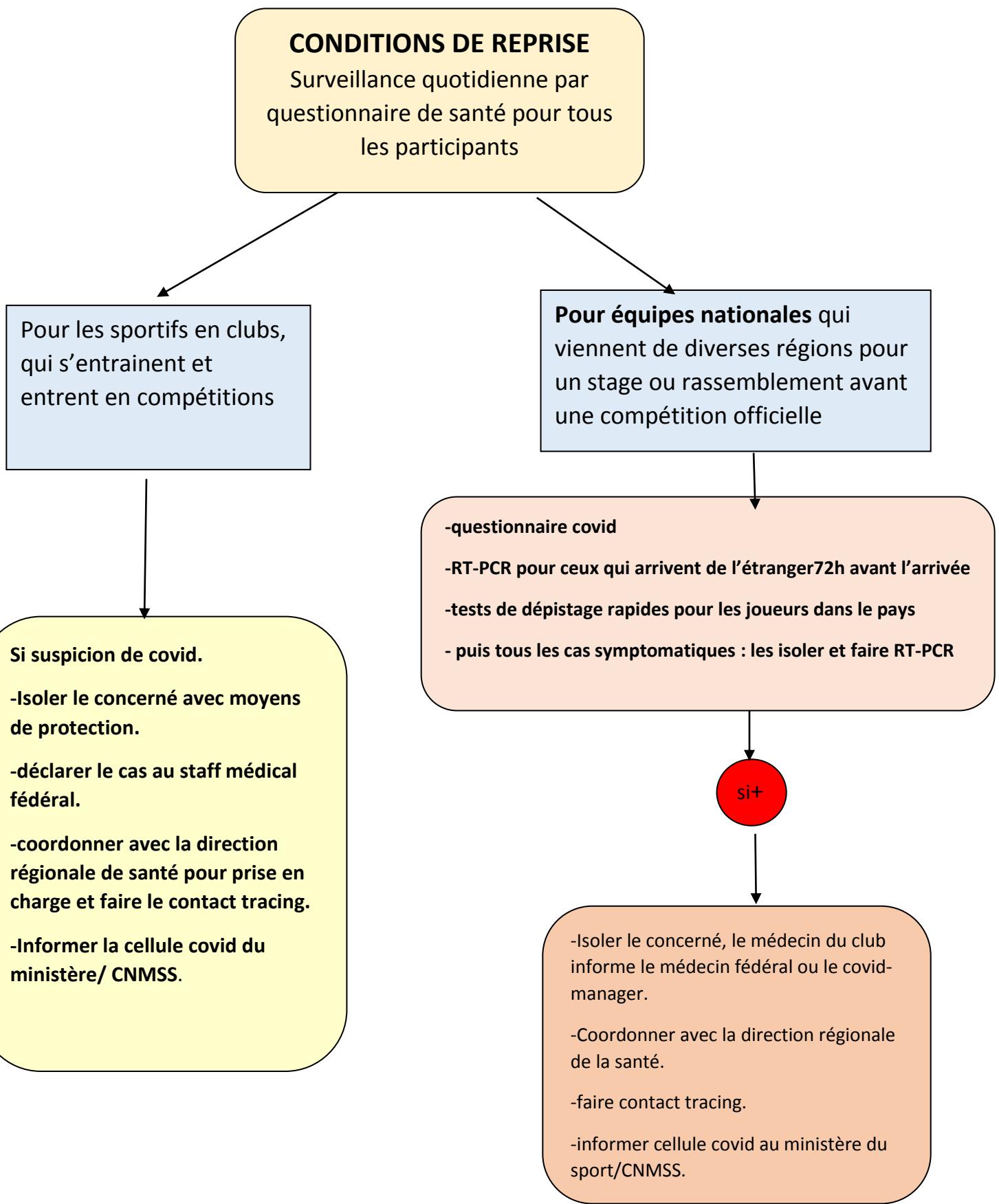
- se met en auto-confinement
- désinfection de son bureau ou lieu de travail et le fermer pour 24h
- Informer direction régionale de la santé
- informer cellule covid du ministère
- contacte son médecin traitant
- Contact-tracing pour identifier les contact-étroits* parmi les collègues et les sportifs afin de les écarter pendant au moins 10jours pendant lesquelles ils se soumettent à une auto-surveillance et au respect des mesures barrières.

CAT devant un Sujet identifié comme un cas contact d'un cas confirmé



- Si sujet asymptomatique : auto-isolement pendant 10 jours à partir de la date du dernier contact avec le cas confirmé et si apparition de symptômes ou aggravation faire test RT-PCR et reprise de la vie en collectivité si absence de symptômes les derniers 72h

- Si sujet symptomatique : test rapides antigénique (TDR) ou RT-PCR,
 - *si positif, adresser au circuit covid
 - * si (TDR) négatif, faire RT-PCR et isolement à domicile jusqu'à la réception des résultats et décision thérapeutique,
 - si PCR positive : auto-isolement 10j à partir du début des symptômes et reprise à la condition d'absence de signes cliniques lors des derniers 72h.



Lors de stage bloqué ou compétitions officielles

RT-PCR pour ceux qui arrivent de l'étranger (inf à 72h)

Test dépistage rapide(TDR) pour ceux qui résident en Tunisie

