

Retour au Rugby

CONCEPT DE SECURITE ET DIRECTIVES GENERALES POUR
LE RUGBY AMATEUR EN SUISSE
CONCERNANT LA 2EME VAGUE DE LA PANDEMIE DU CORONAVIRUS

Avant d'aller à l'entraînement ou en compétition



1 Est-ce que je présente actuellement l'un des symptômes suivants: symptômes de maladie respiratoire aiguë (toux, mal de gorge, essoufflement) OU fièvre supérieure à 38 degrés OU perte de l'odorat ou du goût?

OUI -> N'allez pas à l'entraînement ni à la compétition. Restez à l'isolement jusqu'à ce que vous ne présentiez pas de symptômes pendant 10 jours.. Suivez les instructions des autorités sanitaires locales. Faites le Corona-Check en ligne: <https://check.foph-coronavirus.ch/screening>

NON -> Prochaine Question

2 Est-ce que moi ou quelqu'un de mon environnement familial a été testé positif au COVID-19 dans les deniers 10 jours?

OUI -> N'allez pas à l'entraînement ni en compétition. Restez à l'isolement jusqu'à ce que vous ne présentiez pas de symptômes pendant 10 jours.. Suivez les instructions des autorités sanitaires locales. Faites le Corona-Check en ligne: <https://check.foph-coronavirus.ch/screening>

NON -> Prochaine Question

3 Est-ce que j'ai été en contact avec une personne testée positive au COVID-19 dans les 10 derniers jours?

OUI -> N'allez pas à l'entraînement ni en compétition. Restez à l'isolement jusqu'à ce que vous ne présentiez pas de symptômes pendant 10 jours.. Suivez les instructions des autorités sanitaires locales. Faites le Corona-Check en ligne: <https://check.foph-coronavirus.ch/screening>

NON -> OK, je peux aller à l'entraînement ou à la compétition



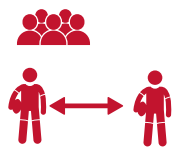
Restrictions Nationales

a partir du 18 Décembre 2020, prolongées le 13 janvier 2021.

Restrictions Gouvernementales AU-DESSUS DES 16 ANS:

Max : 1

Distance:
Min: 1.5 m



CONTACT INTERDIT



COMPETITIONS INTERDITES



Ballons & Equipement:
Pas de restrictions.
Nettoyer l'équipement avant l'entraînement

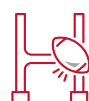


Activités Raccommendées

Préparation Physique générale:
Force, Pliométrie, Préparation aérobique, Travail neuromusculaire.



Travail technique, Travail tactique, jeu au pied. Des jeux impliquant ces compétences (en gardant 1,5 m de distance) Jeu de passes, Travail du lacer en touche (sans lift).



LES INSTALLATIONS SPORTIVES:

RESTENT FERMÉES SAUF POUR L'ENTRAINEMENT DES U16

ENFANTS AU-DESSOUS DES 16 ANS



COMPETITIONS INTERDITES!
ENTRAINEMENT SANS RESTRICTIONS (SI LES INSTALLATIONS SPORTIVES LE PERMETTENT)

Restrictions Cantonales Supplémentaires

Valables dans certains cantons en complément des restrictions nationales (voir les infos sur: www.suisserugby.com -> Coronavirus Info)



Cas positif de COVID-19 dans le club

Si un joueur ou un entraîneur dans un club est testé positif

LE JOUEUR (ou les parents) :

- Contacte les autorités sanitaires cantonales et suit leurs instructions.
- Informe le club immédiatement
- S'isole pendant au moins 10 jours.



LE CLUB:

- Tout le groupe d'entraînement ou l'équipe de compétition doit être isolé pendant 10 jours (pas d'entraînement, pas de match ou de tournois)
- Les joueurs et l'encadrement de l'équipe doivent informer l'employeur et/ou l'école.
- Pendant la quarantaine de rugby de 10 jours : effectuer chaque jour un auto-contrôle du Coronavirus : <https://check.foph-coronavirus.ch/screening>
- En cas de symptômes : Contactez les autorités sanitaires cantonales et faites-vous tester.
- En l'absence de symptômes après 10 jours de quarantaine : tout le groupe peut reprendre l'entraînement et les compétitions.

En cas de SUSPICION de COVID-19, suivre les mêmes instructions ci-dessus, jusqu'à ce que un test peut confirmer le cas positif ou négatif

Règles générales



Conditions particulières

Chaque club doit se tenir au courant des exigences locales particulières de son propre canton, de sa propre commune et du propriétaire de ses infrastructures sportives et doit toujours suivre les directives.



Hygiène

Les joueurs doivent se laver ou se désinfecter les mains avant et après chaque séance, éviter de se toucher le visage et doivent tousser ou éternuer dans leur coude. Chaque joueur doit apporter sa propre bouteille d'eau, étiquetée à son nom.



Suivi des Présence

À chaque séance d'entraînement/compétition, le club doit garder une trace du prénom, du nom, de l'adresse e-mail et du numéro de téléphone de chaque personne.



Sécurité des Joueurs

Comme toujours dans le sport de rugby, la sécurité des joueurs doit rester la priorité de chaque activité, que ce soit à l'entraînement ou en compétition.



Masques

Les joueurs et le staff doivent porter un masque partout, sauf pendant l'entraînement ou la compétition sur le terrain de rugby



Transportation

Les joueurs doivent marcher, faire du vélo ou utiliser des transports privés chaque fois que cela est possible. Si les transports publics sont nécessaires, les heures de pointe doivent être évitées autant que possible



Infrastructure

Les clubs doivent travailler avec leurs municipalités locales et suivre leurs directives. En cas de vestiaires fermés, les joueurs doivent arriver à l'entraînement déjà changés et prêts.



Formation

Suivez les formation sur le COVID de World Rugby, disponibles sur le site: <https://playerwelfare.worldrugby.org/covid-19-courses>

Supported by:

Supported by: