



CLUBS & ASSOCIATIONS SPORTIVES

en cas de survenue d'un cas positif Covid-19

L'établissement d'APS concerné, informé qu'un(e) salarié(e) ou bénévole ou pratiquant est positif(ve) au coronavirus, doit par l'intermédiaire de son référent COVID « club » et dans le respect de la confidentialité :



ISOLER : rappeler à la personne déclarée positive la nécessité de respecter strictement les gestes barrières, Les mesures de distanciation sociale et d'isolement.

Elle doit rester au domicile en respectant sa période d'isolement définie par la CPAM (assurance maladie) après la prise en charge médicale.

ALERTER



ALERTER : informer le référent COVID Sport de la DDCS/PP afin qu'il puisse vous accompagner dans la gestion de la situation :

L'analyse de la situation sera réalisée avec avis sanitaire de l'ARS et l'intervention de la CPAM toutes deux chargées du contact tracing.

DDCSPP47 – JSVA : Anne HOLEC Tél. 06.18.41.73.69

anne.holec@lot-et-garonne.gouv.fr



TRACER : questionner la personne positive pour préparer une liste des « cas contacts * » afin de faciliter le contact tracing réalisé par l'assurance maladie.

** Une personne contact à risque = toute personne qui a partagé le même lieu de vie ou a eu un contact direct avec un cas confirmé (positif au COVID-19), en face à face, sans masque, à moins d'1 mètre du cas.*

- Si le cas confirmé est symptomatique, les personnes contacts à risque sont identifiées jusqu'à 48h précédant l'apparition des symptômes chez le cas confirmé.
- si le cas confirmé est asymptomatique, les personnes contacts à risque sont identifiées jusqu'à 7 jours précédant la date du prélèvement positif.

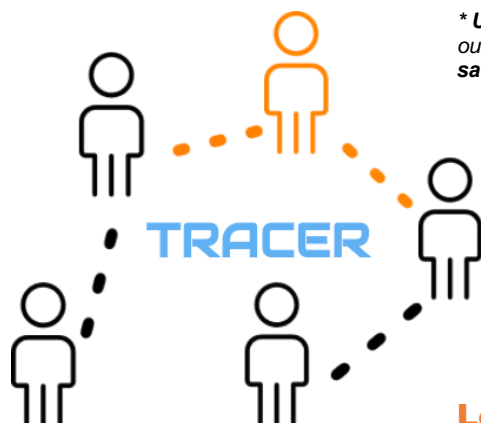
Les personnes contacts identifiées devront rester à leur domicile et seront appelées par la CPAM ou l'ARS pour :

- subir un test par RT-PCR (à J+7 du dernier contact avec le cas confirmé si la personne contact est asymptomatique et dès que possible si des symptômes apparaissent).
- obtenir un arrêt de travail et avoir un rappel des consignes à respecter pour protéger les autres (période d'isolement et application des gestes barrières).

INFORMER: la communauté du club (salariés, joueurs, parents, bénévoles) afin de renforcer la vigilance collective.

Si des symptômes apparaissent, les personnes touchées doivent rester à domicile et contacter leur médecin.

La conduite des entraînements ou des matches peut se poursuivre normalement en respectant impérativement les mesures barrières et à l'exclusion des personnes positives et des cas contacts confirmés par l'assurance maladie (CPAM).



INFORMER





NETTOYER : renforcer le nettoyage des locaux : Il s'agit de repérer le ou les locaux utilisés par la personne testée positive et de nettoyer les sols et surfaces avec lesquels il/elle a été en contact.

- Aération des pièces
- Nettoyage avec un support à usage unique imbibé d'un produit détergent
- Rinçage à l'eau avec un autre support à usage unique
- Temps de séchage suffisant des surfaces
- Désinfection à l'eau de javel diluée avec un nouveau support à usage unique
- Port des protections individuelles nécessaires.



RENDRE-COMPTE : établir et transmettre au référent COVID Sport de la DDCSPP :

- un point de la situation dès que possible et la liste des cas positifs et des cas contacts
- un second point à J+7 (résultats des tests à J+7 pour les cas contact)

Informez la DDCS/PP de tout nouveau signalement de cas positifs au sein du club.

RAPPEL : Dans le contexte de recrudescence des cas, il est impératif de bien respecter et faire respecter les gestes barrières et les mesures de distanciation physique, par les joueurs les entraîneurs, comme les salariés et bénévoles du club.

Attention en particulier aux moments "sensibles" pour TOUS : les pauses et les repas au cours desquels le port du masque n'est pas possible. Dans ces cas, il est impératif d'appliquer les mesures de distanciation physique, en espace extérieur autant que possible, et de favoriser le lavage des mains.

Dans tous les autres cas, le port du masque est obligatoire (plus de 11 ans), notamment dans les vestiaires ou lors des déplacements en transport collectif.

J'ai été en contact à risque avec une personne malade du COVID-19.

J'ai été informé par les équipes de l'Assurance Maladie que j'ai été en contact à risque avec une personne testée positive au virus. Voici les consignes à suivre :

- Je m'isole
- Je me fais tester
- Je surveille ma santé

POURQUOI JE DOIS M'ISOLER

- Pour éviter de contaminer mes proches et d'autres personnes si je suis infecté par le virus et même si je n'ai pas de signe. En effet, on peut être contagieux 48h avant l'apparition des signes ou être infecté sans avoir de signes de la maladie.
- Pour contribuer ainsi à limiter la propagation de l'épidémie.

Pour mon test (prélèvement nasal), je n'ai pas besoin d'ordonnance et je suis prioritaire : l'Assurance Maladie informe directement les laboratoires pouvant réaliser le test et le prend en charge à 100%.

	Je n'ai pas de signes		J'ai des signes ou ils apparaissent pendant mon isolement
	Je vis sous le même toit que la personne malade	Je ne vis pas sous le même toit que la personne malade	
Quand faire le test ?	<ul style="list-style-type: none"> • Immédiatement dans un laboratoire indiqué par l'Assurance Maladie ou sur le site santé.fr. • Je m'isole immédiatement jusqu'au résultat du test. 	<ul style="list-style-type: none"> • 7 jours après mon dernier contact avec la personne malade. • Il est inutile le faire avant car s'il est réalisé trop tôt, il peut être négatif même si je suis infecté. • Je m'isole jusqu'au résultat du test. 	<ul style="list-style-type: none"> • Immédiatement dans un laboratoire indiqué par l'Assurance Maladie ou sur le site santé.fr. • Je reste en isolement.
Mon résultat est positif	<ul style="list-style-type: none"> • Je suis infecté : je reste isolé pendant 7 jours après le début de la maladie si j'ai des symptômes ou après la date du test si je n'en ai pas. Mais, si au bout de ces 7 jours, j'ai encore de la fièvre, je dois rester isolé (une fois que je n'ai plus de fièvre, j'attends 2 jours avant de mettre fin à mon isolement). • Je vais être contacté par les équipes de l'Assurance Maladie pour identifier les personnes avec qui j'ai été en contact à risque (personnes sous le même toit, collègues partageant le même bureau, etc.). 		
Mon résultat est négatif	<ul style="list-style-type: none"> • Je m'isole tant que la personne est malade et pendant 7 jours après sa guérison. • Je dois refaire un test 7 jours après la guérison du malade. • s'il est à nouveau négatif et que je ne présente aucun signe de la maladie, je peux mettre fin à mon isolement. 	<ul style="list-style-type: none"> • Je ne suis probablement pas infecté : je peux mettre fin à mon isolement. 	<ul style="list-style-type: none"> • Je prends contact avec mon médecin et je respecte ses consignes. • Il pourra m'être demandé de poursuivre mon isolement.
	Après les 7 jours suivant la fin de mon isolement, je porte rigoureusement un masque et respecte strictement les mesures barrières.		



COMMENT SURVEILLER MA SANTÉ

MON TEST EST POSITIF, J'AI DES SIGNES DE LA MALADIE OU NON

En général, on guérit en quelques jours avec du repos. En attendant, je surveille l'apparition ou l'aggravation de signes.

- **Je prends ma température 2 fois par jour.**
- **En cas de fièvre ou de maux de tête,**
 - Je peux prendre du paracétamol : 1 gramme, 3 fois par jour maximum (3 grammes par jour au total).
 - Je ne dois pas prendre d'ibuprofène, ni un autre anti-inflammatoire.
- **Si je prends un traitement pour une autre maladie, je le continue.** En cas de doute sur un médicament, j'appelle mon médecin.
- **Je ne prends pas d'autre traitement** sans en avoir parlé à mon médecin ou mon pharmacien.
- **Je n'hésite pas à téléphoner à mon médecin si j'ai un doute ou si je présente des symptômes inhabituels ou pour tout autre problème de santé.**
- **Si j'ai des difficultés à respirer, j'appelle immédiatement le 15 (ou le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes).**

MON TEST EST NÉGATIF OU JE N'AI PAS ENCORE MES RÉSULTATS ET JE N'AI PAS DE SIGNES

Pendant mon isolement, je prends **ma température 2 fois par jour** et **je surveille l'apparition d'un de ces signes** :

- Fièvre (ou sensation de fièvre), frissons
- Douleurs musculaires inexplicables
- Toux, mal de gorge, nez qui coule
- Maux de tête inhabituels
- Difficultés à respirer ou une sensation d'oppression dans la poitrine
- Perte de l'odorat
- Fatigue intense inexplicée
- Perte du goût des aliments
- Diarrhée
- **Pour une personne âgée,** l'entourage peut constater une altération brutale de l'état général ou des capacités mentales, de la confusion, des chutes répétées, une aggravation rapide d'une maladie déjà connue.

Si un ou plusieurs signes apparaissent, **même faiblement ou si j'ai un doute**, j'appelle sans délai mon médecin traitant qui pourra me prescrire un nouveau test.

Si je n'ai pas de médecin traitant, j'appelle le 0 800 130 000 (service gratuit + appel gratuit) pour être orienté vers un médecin généraliste. Si je ne trouve pas de laboratoire, je me rends sur sante.fr pour trouver la liste des centres de dépistage.

COMMENT ORGANISER MON ISOLEMENT

- **Je peux rester chez moi**, si les conditions s'y prêtent et après en avoir discuté avec mon médecin.
- **Si j'ai besoin d'être isolé en dehors de chez moi**, l'Assurance Maladie me proposera une solution adaptée.
- **Des masques chirurgicaux** me seront fournis pour la durée de mon isolement, à retirer ou à faire retirer par mes proches en pharmacie.
- Si j'en ai besoin, notamment si je ne peux pas télétravailler, l'Assurance Maladie va m'envoyer **un arrêt de travail** pour couvrir la période où je dois rester isolé.

CHEZ MOI (OU DANS UN LIEU D'HÉBERGEMENT), JE PROTÈGE MON ENTOURAGE

- **Je reste, si possible, dans une pièce séparée** et je ferme la porte. Je ne partage pas mon lit et je prends mes repas seul dans cette même pièce.
- **J'évite les contacts avec les autres personnes de la maison ou du lieu d'accueil**, je ne les touche pas, je ne les embrasse pas.
- **Je porte un masque chirurgical en présence d'une personne dans une même pièce.**
- **Si possible, j'utilise une salle de bain et des toilettes séparées**, que je ne partage pas avec les autres personnes de mon domicile. Si je n'ai pas le choix, les pièces que je partage avec les autres doivent être nettoyées régulièrement. Les personnes qui les utilisent (moi ou les autres) se lavent les mains avant et après utilisation.
- **Je me tiens à plus d'1 mètre des autres personnes** et je limite mes discussions avec elles à moins de 15 minutes.
- **Je ne vois pas les personnes fragiles** : les personnes de plus de 65 ans, celles atteintes de maladies chroniques comme l'hypertension, le diabète, les maladies cardiovasculaires, etc., les personnes présentant une obésité importante et les femmes enceintes au 3^e trimestre de grossesse.
- **Je me lave les mains très souvent avec de l'eau et du savon** et je les sèche avec une serviette personnelle.
- **J'utilise un mouchoir** si je tousse ou si je me mouche, je le jette puis je me lave les mains.
- **Je ne partage pas mes objets de tous les jours** : serviettes et gants de toilette, savon, couverts, assiettes, téléphone, etc.
- **Si je suis seul, je demande à mes proches (famille, amis, voisins) de me livrer mes médicaments, mes courses ou mes repas** ou je me les fais livrer par le magasin ou la pharmacie. Je fais déposer le colis sur le palier pour limiter les contacts.
- **Si j'ai besoin de soins ou d'aide à mon domicile**, je choisis si possible une seule personne pour m'aider. Cette personne doit se laver les mains très régulièrement et porter un masque.
- **Je donne des nouvelles à mes proches.**
- **Si je dois sortir chez le médecin, au laboratoire ou à la pharmacie**, je lave mes mains avant de quitter mon domicile, je porte un masque chirurgical et je reste éloigné des autres pendant ma sortie qui doit être la plus courte possible.

COVID-19

JE NETTOIE MON LOGEMENT TRÈS RÉGULIÈREMENT

(si je suis dans un lieu d'hébergement je respecte les consignes)

- **J'aère très régulièrement**
les pièces dans lesquelles je vis en ouvrant les fenêtres (au moins 10 minutes plusieurs fois par jour).
- **Je nettoie et désinfecte les surfaces que j'ai touchées :**
poignées de porte, meubles de salle de bains, toilettes, sols, etc., avec le produit que j'utilise habituellement, puis avec un produit contenant de l'eau de javel ou de l'alcool à 70°. Je rince ensuite à l'eau.
- **Je lave :**
 - Mes couverts et ma vaisselle à part avec mon produit vaisselle puis je les sèche. Ou je les lave au lave-vaisselle à 60° C.
 - Mon linge (draps, serviettes de toilette) à 60° C minimum, pendant 30 minutes ou plus. Je le mets directement dans la machine à laver, sans le secouer.
- **Je privilégie des ustensiles de ménages qui ne dispersent pas les poussières** comme une éponge ou une serpillère. Je n'utilise pas l'aspirateur.
- **Après avoir fait le ménage,** je me lave les mains et je les sèche.

J'ÉLIMINE LES DÉCHETS QUI PEUVENT ÊTRE CONTAMINÉS

(si je suis dans un lieu d'hébergement je respecte les consignes)

- **J'utilise un sac plastique** (opaque, volume de 30 litres maximum, fermeture avec liens).
- **Je garde ce sac** dans la pièce où je vis.
- Je jette dans ce sac uniquement les masques, mouchoirs en papier, les lingettes et tous les autres supports de nettoyage jetables utilisés.
- **Je ferme ce sac quand il est plein et je le place dans un deuxième sac plastique.**
- **Je ne touche pas à ce sac pendant 24h ;** passé ce délai, je le jette dans le bac à ordures non-recyclables.

J'AI DES QUESTIONS

- Pour toute question ayant un lien avec mon état de santé, **j'appelle mon médecin.**
- Si je suis seul, si je suis inquiet et que j'ai besoin de parler j'appelle le **0800 130 000.**
- **Pour avoir des informations fiables,** je peux consulter le site du gouvernement <https://gouvernement.fr/info-coronavirus.fr> ou le site du ministère des Solidarités et de la Santé <https://solidarites-sante.gouv.fr> rubrique "Tout savoir sur le Covid19".

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000
(appel gratuit)