

LES RECOMMANDATIONS DE LA COMMISSION MEDICALE FEDERALE EPGV

SUR LES MESURES DE PRÉVENTION DE LA PROPAGATION DU CORONAVIRUS

Afin de ralentir la propagation du virus, la commission médicale fédérale EPGV réunie le 03 mars 2020, rappelle que les activités sportives peuvent être maintenues, à l'exception des communes faisant l'objet d'un arrêté préfectoral et/ou municipal. Il faudra néanmoins adopter quelques mesures de prévention au sein des structures sportives.

1- RAPPEL DES CONSIGNES NATIONALES

- Se laver les mains très régulièrement pendant 30 secondes avec de l'eau et du savon
- Tousser ou éternuer dans son coude
- Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter
- Eviter de se toucher le visage et en particulier le nez et la bouche
- Porter un masque uniquement lorsqu'on est fiévreux ou malade
- Limiter les sorties et rester chez soi lorsqu'on est malade
- Éviter les poignées de main

2- LES BONS REFLEXES A ADOPTER LORS DES SEANCES

Il n'est pas question d'arrêter toute activité sportive mais pour que les séances ne soient pas un lieu de propagation du virus, quelques gestes simples peuvent être appliqués :

- Ne pas se rendre aux activités si l'on est malade
- Eviter de se serrer la main ou de se faire la bise
- Commencer la séance en se lavant les mains
- Eviter les contacts physiques lors des activités
- Utiliser son propre matériel
- Nettoyer le matériel utilisé en fin de séance

3- UN LICENCIÉ RENTRE D'UNE ZONE A RISQUE

Conseil à rappeler aux adhérents à la suite d'un voyage dans une zone à risque, dans les 14 jours :

- Surveillez votre température 2 fois par jour.
- Portez un masque chirurgical en présence de votre entourage et en dehors du domicile.
- Réduisez les activités non indispensables (cinéma, restaurant, soirées...) et la fréquentation de lieux où se trouvent des personnes fragiles (hôpitaux, maternités, établissements d'hébergement pour personnes âgées...).
- Lavez-vous les mains régulièrement

En cas de fièvre ou sensation de fièvre, toux, difficultés à respirer :

Contactez rapidement le SAMU centre 15 en signalant votre voyage

- Ne vous rendez pas directement chez le médecin, ni aux urgences de l'hôpital

Une plateforme du gouvernement pour répondre aux questions sur le Coronavirus :

Tél : 0800 130 000

Site : www.gouvernement.fr/info-coronavirus