



# GUIDE POUR LA REPRISE DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES





## SOMMAIRE

---

Généralités :	3
Reprise des activités :	6
Accueil :	10
Locaux :	11
Bateau :	12
Activités :	15
Équipement individuel :	17
Décontamination des équipements :	18
Compresseur :	20

## GÉNÉRALITÉS

---

### Quels sont les symptômes du Covid-19 ?

Fièvre ou sensation de fièvre, fatigue, toux et maux de gorge, maux de tête, courbatures, difficultés respiratoires, essoufflements, diarrhée. Le ministère précise que : « la perte brutale de l'odorat, sans obstruction nasale et disparition totale du goût sont également des symptômes qui ont été observés chez les malades ». Dans les formes les plus graves, les patients peuvent présenter un syndrome de détresse respiratoire aiguë, c'est-à-dire une incapacité des poumons à réaliser les échanges gazeux : cela constitue une urgence qui nécessite une prise en charge hospitalière immédiate.

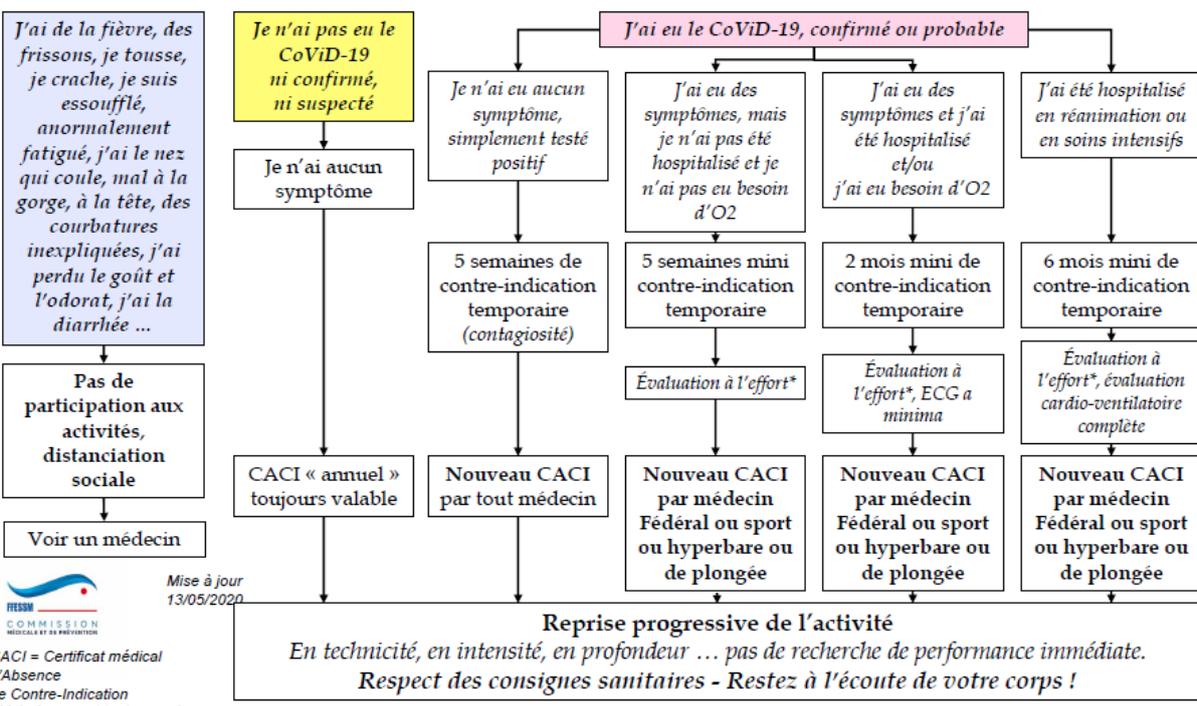
### Pourquoi le coronavirus à l'origine du Covid-19 se propage-t-il si rapidement dans la population ?

On considère que le virus du Covid-19 a une capacité de contagion particulière. En effet, une personne atteinte va, en moyenne contaminer 2 à 3 personnes non malades en l'absence de mesures spécifiques. Le virus du Covid-19 est extrêmement transmissible. Ceci est lié à son mode de contamination : le virus passe d'une personne à l'autre par des aérosols, des gouttelettes expulsées lorsqu'une personne infectée éternue ou tousse. Ces gouttelettes peuvent aussi se retrouver sur des objets qu'on touche et, parce que l'on porte naturellement fréquemment nos mains au visage, les mains deviennent indirectement vectrices du virus. Ainsi, la capacité importante du virus à se multiplier et son mode de contamination expliquent la propagation rapide de la maladie dans la population, et les mesures prises pour la stopper.

### Recommandations sanitaires à la reprise du sport post confinement \* La consultation médicale

- ✓ S'impose pour les personnes ayant contracté le Covid-19 et un CACI leur sera demandé pour la reprise de l'activité (*voir les recommandations médicales détaillées de la FFESSM fiche médicale*)
- ✓ Est conseillée si peu d'activités pendant le confinement et si pathologie chronique
- ✓ Ne s'impose pas pour les personnes contact d'un cas confirmé n'ayant pas repris l'activité pendant 14 jours et si aucun symptôme n'a été développé pendant cette période.

## PANDÉMIE COVID-19 : EST-CE QUE JE PEUX PRATIQUER AUJOURD'HUI ?



### Reprise progressive

Recommandée pour tous les sportifs, reprise progressive en durée et intensité, hydratation habituelle lors de l'effort (voir fiche médicale).

### Adaptations locales nécessaires

La reprise des activités en eau libre (milieu naturel : mer, carrière) sera possible uniquement dans les sites de pratique autorisés (publics ou privés). Les activités en piscine et en fosse ne sont pas possibles dans la phase 1 du déconfinement. Les décisions locales viendront compléter les mesures nationales. Il appartiendra à tous les pratiquants de s'y conformer strictement. Appeler les mairies du lieu de l'activité.

### Quelques recommandations générales pour l'accueil en club

- ✓ Les mesures barrières doivent être maintenues et les bons réflexes adoptés
- ✓ Respect des règles de distanciation
- ✓ Pas de contact corporel
- ✓ Lavage fréquent des mains avec du savon ou désinfection avec du gel hydroalcoolique (attention, il ne s'utilise que sur des mains propres !)
- ✓ Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement
- ✓ Pas d'échanges ou partages d'effets personnels (serviette, ...)



- ✓ Port de masque de protection
- ✓ Utilisation de matériels personnels est à privilégier et à défaut le matériel commun est désinfecté avant et après l'utilisation

**Deux manières efficaces pour empêcher sa propagation : le port du masque aussi souvent que possible et obligatoirement lors de toute conversation en proximité, le lavage des mains le plus souvent possible avec un gel ou solution hydro-alcoolique.**

## REPRISE DES ACTIVITÉS

### Conseils aux pratiquants et aux structures fédérales

Le Ministère des sports :

- ✓ Impose une consultation médicale pour les personnes ayant contracté le Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le Covid-19) avant la reprise de l'activité sportive
- ✓ Conseille une consultation médicale pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été très modérée durant le confinement et/ou présentant une pathologie chronique.

La CMPN préconise une visite (ou une téléconsultation) médicale de reprise des activités fédérales, même si vous n'avez pas eu de signe de Covid-19

- ✓ En particulier si vous êtes en ALD (affection de longue durée), en surpoids ou si vous avez plus de 65 ans, afin d'envisager les risques spécifiques face à l'épidémie de Covid-19
- ✓ En particulier si vous êtes suivi pour un problème de santé chronique : il faut vous assurer que votre pathologie est stable

### Consultez votre médecin avant de pratiquer votre activité préférée :

- ✓ Si vous présentez ou avez présenté durant ces 15 derniers jours un ou plusieurs signes suivants :
  - Température > 38°C ou impression de fièvre (frissons/ sueurs)
  - Gêne respiratoire, essoufflement inhabituel
  - Toux ; Crachats ; Diarrhée
  - Courbatures hors contexte de pratique sportive
  - Modifications du goût et/ou de l'odorat
  - Fatigue importante et inhabituelle
  - Maux de tête inhabituels ; Nez qui coule
- ✓ Si vous avez été en contact étroit avec une personne ayant présenté l'un de ces signes ou diagnostiqué CoViD-19 positif durant ces 15 derniers jours
- ✓ Si vous avez été diagnostiqué CoViD-19 positif durant ces 5 dernières semaines

Auto-questionnaire d'évaluation diffusé par la FFESSM : **il est à usage strictement personnel, le stockage d'informations concernant la santé des licenciés au niveau du club ou de la SCA est illégal.**

- Le licencié doit renvoyer le coupon réponse attestant qu'il a pris connaissance dudit questionnaire. Le questionnaire est à télécharger sur le site [ffessm.fr](http://ffessm.fr) ou [gcobplongee.com](http://gcobplongee.com)

## ARRETER IMPERATIVEMENT TOUTE ACTIVITE PHYSIQUE ET CONSULTER RAPIDEMENT UN MEDECIN DEVANT L'APPARITION DES SIGNES D'ALERTE SUIVANTS :

- douleur dans la poitrine
- essoufflement anormal
- palpitations
- variation anormale de la fréquence cardiaque au repos ou à l'effort
- perte brutale du gout et/ou de l'odorat
- fatigue anormale
- température supérieure ou égale à 38° au repos à distance de l'activité
- reprise ou apparition d'une toux sèche

## SUIVRE LES CONSEILS SUIVANTS :

- Respecter les 10 règles d'or des cardiologues du sport\* ;
- Ne pas prendre de paracétamol à titre préventif (risque de masquer la fièvre) ;
- Ne pas prendre d'anti inflammatoire y compris aspirine et ibuprofène sans avis médical ;
- NE PAS S'AUTOMEDIQUER A L'HYDROXYCHLOROQUINE ;
- Ne pas pratiquer seul dans des zones isolées et/ou difficilement accessibles par les secours ;
- Surveiller sa température régulièrement au repos, à distance d'un exercice.

[\\*https://www.clubcardiosport.com/10-regles-or](https://www.clubcardiosport.com/10-regles-or)

## LES 10 RÈGLES D'OR ÉDICTÉES PAR LE CLUB DES CARDIOLOGUES DU SPORT

- 1/** Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort.\*
- 2/** Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort.\*
- 3/** Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort.\*
- 4/** Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives.
- 5/** Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition.
- 6/** J'évite les activités intenses par des températures extérieures < - 5° ou > +30° et lors des pics de pollution.
- 7/** Je ne fume pas, en tout cas jamais dans les 2 heures qui précèdent ou suivent ma pratique sportive.
- 8/** Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général.
- 9/** Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures).
- 10/** Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.

## AUTO-QUESTIONNAIRE PRATIQUANT/ENCADRANT AVANT LA REPRISSE DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES DANS LE CONTEXTE DE LA PANDÉMIE AU COVID 19

<i>AUTO-QUESTIONNAIRE POUR LE PRATIQUANT ou ENCADRANT à l'ADMISSION</i>		
<i>Depuis le début du confinement, avez-vous présenté un épisode de ...</i>	<i>OUI</i>	<i>NON</i>
<i>1- Fièvre (Température sup. ou égale à 38°C sur plusieurs prises) ?</i>		
<i>2- Toux récente ou une toux aggravée sur plusieurs jours ?</i>		
<i>3- Gêne respiratoire récente ou aggravée ?</i>		
<i>4- Douleur dans la poitrine ou un essoufflement anormal ?</i>		
<i>5- Douleurs abdominales, des nausées ou de la diarrhée ?</i>		
<i>6- Maux de gorge ou un écoulement nasal ?</i>		
<i>7- Fatigue importante et anormale ?</i>		
<i>8- Maux de tête inhabituels ?</i>		
<i>9- Perte du goût et/ou de l'odorat ?</i>		
<i>10- Variations anormales de la fréquence cardiaque ou des palpitations ?</i>		
<i>Avez-vous ...</i>	<i>OUI</i>	<i>NON</i>
<i>11- Été testé positif au Covid 19 ?</i>		
<i>12- Été en contact prolongé (+ de 15 mn à moins d'1 m) dans les 15 derniers jours avec une personne testée positive au Covid 19 ou en présentant des symptômes ?</i>		

*Si réponse NON à toutes les questions, admission possible dans les conditions identiques à celle d'avant l'apparition du Covid 19*

*Si réponse OUI à une des questions, nécessité de consulter un médecin avant la reprise ou le début des activités sportives et subaquatiques dans le respect de l'annexe médicale produite à cet effet par la FFESSM.*

### Attestation à remettre à la structure d'accueil

*Je soussigné reconnais :*

- *Avoir pris connaissance de l'auto-questionnaire Covid 19 et n'avoir indiqué « Oui » à aucune des questions posées.*
- *Avoir été informé qu'en l'état des connaissances sur le Covid 19, d'éventuelles séquelles liées à cette contamination pourraient générer des conséquences dans le cadre de la pratique des activités subaquatiques.*

**Nom :**

**Prénom :**

**Date :**

**Signature :**

## La reprise doit être progressive :

- ✓ Reprendre l'effort dans des activités terrestres : course à pied, vélo, ...
  - ceci vous aidera à vous reconditionner en attendant de pouvoir chausser les palmes
  - et d'évaluer votre tolérance à l'effort (et les éventuelles séquelles de maladie)
- ✓ Attention, il faut reprendre progressivement : d'abord à un rythme doux et monter très progressivement au cours des entrainements en intensité, en écoutant vos sensations
- ✓ PAS D'AUTO MEDICATION
- ✓ Pour la pratique de la plongée en scaphandre :
  - Plongées dans la courbe de sécurité les premières semaines, à moins de 20 mètres
  - Surveillance de ses sensations respiratoires et de sa consommation en particulier
  - Pas de recherche de profondeur
- ✓ Pour la pratique de l'apnée :
  - Privilégier le travail sur le relâchement, la détente et le mouvement
  - Reprendre en dessous de son niveau habituel
  - Pas de recherche de performance
- ✓ Pour la pratique de nos disciplines fédérales sportives :
  - Échauffement à soigner
  - Reprendre en dessous de son niveau habituel
  - Privilégier le travail de gestuelle et de mouvement
  - Privilégier le travail de fond (endurance aérobie)
  - Pas de recherche de performance

## Durant votre activité, écoutez vos sensations ! Stoppez votre activité, signalez et sortez de l'eau si vous ressentez des signes anormaux :

- Essoufflement inhabituel, gêne respiratoire, douleur dans la poitrine
- Impression d'irrégularité du cœur, palpitations, toux, sensation de malaise / mal être
- Fatigue inhabituelle

## ACCUEIL

### Recommandations

- ✓ Maxi 10 personnes en rassemblement et distanciation > 1m, en espace fermé : 4m<sup>2</sup> / personne. Respect des mesures barrières.
- ✓ Une signalétique appropriée en fonction des locaux sera apposée pour rappeler les gestes barrières : affichage obligatoire (voir affiche)

- sur la porte d'entrée du local plongée
- à l'intérieur du local
- sur la porte du local matériel
- sur la porte de sortie arrière du local matériel



- ✓ Mise à disposition de gel hydro-alcoolique et/ou de savon (s'il y a un point d'eau) :
  - à l'entrée du local sur le comptoir
  - à l'entrée du local matériel sur l'évier
  - dans l'espace gonflage
- ✓ Port des masques - barrières obligatoires lors de l'accueil.
- ✓ Une seule personne dans le local matériel ; les plongeurs récupèrent leur matériel un par un par la porte de derrière en respectant les distances sanitaires entre eux.
- ✓ Utilisation d'outils numériques pour la délivrance des brevets et/ou attestations, factures, ...
- ✓ Pas de prêt de fournitures (stylo, bloc-notes...). La personne qui délivre le matériel et enregistre la sortie utilise son propre stylo ou désinfecte le stylo du club.
- ✓ En cas de nécessité de se réunir, le nombre participants sera limité à 6 personnes maximum dans le local du club de Bihorel. Ces personnes devront respecter la distance 1 m minimum et porter un masque durant toute la réunion.

## LOCAUX

---

### Recommandations

#### Vestiaires

- ✓ Les vestiaires collectifs sont fermés.
- ✓ Si leur usage est nécessaire, alors le nombre de personnes pouvant y accéder sera limité comme le nombre maximal de personnes accueilli en simultané.  
Les emplacements où ils devront se tenir seront indiqués dans les vestiaires ainsi que les porte-manteaux dédiés.
- ✓ Prévoir un affichage des mesures barrières et des règles d'utilisation spécifiques au local.

#### Salles de cours

- ✓ Recourir aux formations à distance et utiliser de préférence les outils numériques (e-learning, supports dématérialisés...).
- ✓ Si les cours en présentiel sont indispensables, réduire le nombre d'élèves pour permettre le respect des règles sanitaires générales et des distances barrières
- ✓ Ne pas utiliser de supports papier et procéder au nettoyage et à la désinfection des locaux, tables et chaises après chaque séquence.
- ✓ Ne pas oublier de nettoyer les poignées de porte, table, chaises... avec des lingettes par exemple.

#### Toilettes

- ✓ Les locaux sont désinfectés et nettoyés régulièrement. Une attention particulière est apportée dans le règlement d'utilisation des toilettes : lavage des mains, désinfection des zones de contact, etc...
- ✓ Le WC est désinfecté après chaque utilisation, ne pas oublier la chasse d'eau.
- ✓ Prévoir un affichage

## BATEAU

### Recommandations

- ✓ L'utilisation du bateau se fait dans le respect des règles de distanciation et de nombre de pratiquants autorisés (**8 personnes encadrement compris**, pas d'accompagnants, espacement de 1 mètre entre chaque pratiquant pendant le transport en bateau).
- ✓ Les plongeurs doivent se nettoyer les mains au gel hydro-alcoolique avant tout contact avec le bateau.
- ✓ Les plongeurs embarquent équipés de leur combinaison.
- ✓ Les blocs sont préalablement grésés et équipés avant embarquement. Les détenteurs sont protégés d'un sac plastique pour éviter tout contact avec autrui.
- ✓ Les blocs équipés seront placés devant chaque utilisateur sur le rack de rangement en respectant une distance de non contact entre eux.
- ✓ Chacun s'occupe de son matériel et de son bloc. Le petit matériel personnel (accessoires de plongée) est réduit au strict minimum et placé dans un sac étanche. Les vêtements doivent restés dans les véhicules à terre. Bonnet et coupe-vent seront rangés dans le sac étanche lorsque non utilisés et en aucun cas placés sur la console.
- ✓ Les masques en tissu sont obligatoire pendant les phases d'embarquement, de débarquement et pendant le déplacement du bateau. Lors de moments conviviaux en fin de plongée (casse-croute et boisson), une vigilance rigoureuse sera nécessaire car les plongeurs ne porteront plus leur masque et le risque de contamination éventuelle est accru.
- ✓ Chacun doit prévoir sa propre bouteille d'eau ou sa gourde personnelle pour la réhydratation. La personnaliser si possible afin d'éviter tout risque de confusion. Il est autorisé d'apporter une collation à usage strictement personnel (aucun partage).
- ✓ Si le bateau possède une cabine, une console, affichage des gestes barrière.



### Trajet

- ✓ Seul le pilote aura accès au poste de pilotage



- ✓ Se désinfecter les mains avant usage du poste de pilotage (pompe à gel sur la console)
- ✓ Respecter les distances de sécurité

### Mise à l'eau

- ✓ Espacer les mises à l'eau, pas de contacts sur le bateau
  - 3 palanquées maximum
  - la 1<sup>ère</sup> palanquée assure le mouillage
  - la 2<sup>ème</sup> palanquée est mise à l'eau lorsque le mouillage est assuré
  - la 3<sup>ème</sup> palanquée s'immerge après retour de la 1<sup>ère</sup> palanquée sans se croiser
- ✓ Mise à l'eau masque de plongée sur les yeux et détendeur en bouche
- ✓ Se désinfecter les mains avant la mise à l'eau pour contact avec la ligne de mouillage
- ✓ Eviter les regroupements au mouillage
- ✓ Seuls les membres d'une même palanquée peuvent s'attendre à la bouée

### Remontée à bord

- ✓ Comme pour la mise à l'eau, espacer les remontées
- ✓ Chaque plongeur assure sa propre remontée au bateau :
  - décapelage
  - accrochage du bloc au bout
  - remontée à l'échelle ou au boudin
  - relevage du bloc et rangement
- ✓ Chacun gère son matériel, pas de débriefing à bord.
- ✓ Pas de portage du matériel des autres.
- ✓ Le petit matériel est remis dans son sac étanche.
- ✓ Les détendeurs resteront grésés jusqu'au retour au port et devront être protégés par un sac en plastique. Si utilisation d'un tuba, le ranger dans le sac étanche.
- ✓ Assurez-vous d'avoir des désinfectants pour les mains à bord. Assurez-vous que les règles de distance sont également respectées lorsque les plongeurs entrent et sortent de l'eau. Le respect de la distance en surface peut être difficile en présence de courant: utilisez des bouts spécifiques si besoin.
- ✓ Se désinfecter les mains après rangement du matériel à bord.



## Après la plongée

- ✓ Nettoyage du bateau : une attention particulière doit être apportée aux échelles, rambardes, poignées et poste de pilotage.
- ✓ Un nettoyage global du bateau et de la bâche sera fait par usage d'un pulvérisateur stocké à bord avec une solution à 0,1 % d'eau de Javel.

## Carburant :

- ✓ Se désinfecter les mains avant et après chaque usage de la pompe à carburant du port.

## Paiement :

- ✓ Le paiement de la plongée sera reçu avant l'embarquement lors de la présentation au DP (ou pilote autonome) des papiers justificatifs.
- ✓ Le montant exact (10€ membre GCOB – 20€ extérieur) sera exigé.
- ✓ L'argent de la plongée sera placé dans un sac type congélation et stocké dans la valise du bateau. Chaque plongeur dépose l'argent dans le sac.

## ACTIVITÉS

---

### Recommandations

- ✓ La pratique des activités et des regroupements est limitée à 8 personnes sur le bateau du GCOB Galathée IV et 10 personnes en d'autres lieux (encadrement compris). Pas d'accompagnant. La reprise de la pratique doit être progressive (durée, profondeur, difficultés, effort, température).
- ✓ Toutes les activités nécessitant un contact sont strictement interdites.
- ✓ Les activités concernent la plongée en scaphandre, la nage en eau libre (distanciation de 10 mètres) et l'apnée (sauf apnée statique). Toutes ces activités doivent se dérouler en respectant la distanciation (1m, 2m, 10m) :
  - 1 mètre : distanciation générale
  - 2 mètres : distanciation lors de briefings/debriefings
  - 10 mètres : distanciation lors de nages en surfaces (PMT, capelé)
- ✓ Avoir sa propre bouteille d'eau propre ou gourde personnelle.
- ✓ L'apport de nourriture est autorisé à usage exclusivement personnel.
- ✓ L'usage d'équipements personnels est à privilégier.
- ✓ En cas de matériel partagé, maximiser la durée de non utilisation entre 2 personnes (inactivation naturelle des virus et germes sur surfaces inertes après durées variables suivant type de surface...) :
  - chaque plongeur prend et restitue personnellement son matériel au local
  - le matériel est retourné au local le jour même de la plongée
  - le matériel emprunté est rincé à l'eau claire et mis à l'isolement 5 jours pour désinfection naturelle. Les détendeurs sont ensuite traités à l'Esculase ®.
- ✓ La mise sous oxygénothérapie d'un pratiquant accidenté peut néanmoins faire courir un risque particulier au(x) secouriste(s)
  - Le port d'un masque type FFP2 est recommandé : une information préalable doit être faite quant à son utilisation. En effet, pour être efficace, ce masque doit être bien positionné pour être étanche, et il ne doit être ni manipulé, ni retiré, si ce n'est au moment de le jeter.
  - Dans le cas général d'un milieu humide, prévoir des masques barrière en tissu pour les secouristes, ainsi que des sacs type sac congélation avec fermeture en zip ou sac en tissu avec lacet de fermeture, dans la trousse de secours
  - En cas de détresse ventilatoire, ne pas faire de bouche à bouche ou bouche à nez ; utiliser le BAVU
- ✓ Enfin, on préconise un soin particulier au remplissage de la fiche d'évacuation avec les coordonnées du directeur de plongée et/ou du responsable de structure.



**DP :** Renseigner sur la fiche de sécurité le numéro de licence, l'adresse et le numéro de téléphone des plongeurs afin de retrouver les personnes d'une palanquée en contact dans le cas d'une éventuelle contamination.

**Profondeur :** Majorer ou minorer, dans le sens d'une plus grande sécurité, les paramètres chiffrés servant à planifier la plongée (autonomie en air, saturation, durée maxi d'immersion profondeur maxi, DTR.).

**Enseignement, exploration, baptêmes :**

- privilégier les plongées d'exploration
- les baptêmes ne sont pas autorisés
- il est possible de faire des plongées d'enseignement si celles-ci n'induisent pas un contact ou un rapprochement inférieur à 1 mètre.

**Briefings et débriefings :** les organiser à terre en extérieur en respectant une distanciation de 2 mètres. Rappel des recommandations.

**Simulation exercice :** pas de simulations à sec, elles pourraient générer des contacts entre plongeurs et/ou encadrants.

**Nettoyage, désinfection :** principalement les matériels reliés à la bouche et aux voies respiratoires (embout, détendeur, tuba, robinetterie bloc, embout inflateur de gilet stabilisateur, soupapes, sac des recycleurs), mains, mais aussi combinaison, gilet et accessoires).

Salissures : lavage eau savonneuse, brossage, rinçage. Désinfection : utiliser un produit spécifique (bactéricide, virucide, fongicide) en respectant les règles de son utilisation. Pas de récipient à usage collectif. Pas d'échange ni de partage de matériel.

**Masque :** utiliser un produit anti buée. Ne pas cracher, surtout dans la zone de mise à l'eau ou de sortie d'eau. Le conserver le plus possible en place (protection oculaire). Pas de récipient de rinçage à usage collectif.

Utiliser un produit anti buée et traiter le masque contre la buée avant d'embarquer, se laver les mains ensuite au savon ou avec une solution hydro-alcoolique.

**Tuba (apnée, nap) :** attention au vidage du tuba (de préférence pour le tuba à purge intégrée).

**La plongée :** Maintenir le détendeur en bouche et le masque sur le visage dans les différentes phases (mise à l'eau, déplacement en surface, remontée à bord ou au bord). Espacer les mises à l'eau. Si un plongeur fait surface essoufflé et tousse, le moniteur ou tout autre membre de la palanquée doit impérativement conserver en place sa protection respiratoire (détendeur) et oculaire (masque).

**Sortie d'eau :** Conserver masque de plongée sur les yeux et embout en bouche, rinçage du matériel (robinetterie, bloc) à l'eau claire. Pas de manipulation de matériel autre que le sien.

**Carnet de plongée, diplômes :** Pas de remise en main propre de diplôme (enregistrement numérique. L'encadrant peut signer les carnets de plongée après désinfection des mains et utilisation de son propre stylo.

## ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL

---

### Recommandations

#### Matériels personnels

- ✓ Favoriser le recours aux équipements personnels (avec information préalable sur la nécessaire désinfection préalable des matériels).
- ✓ Prévoir caisse ou sac de rangement nominatif pour éviter des confusions.

#### Matériels prêtés ou loués

- ✓ Rincer et désinfecter systématiquement les matériels prêtés ou mis à disposition entre chaque utilisation (combinaisons, gilets, détendeurs, tubas, masques, poignées de bouteille, robinetterie...) dans le respect des préconisations des fabricants.
- ✓ Laver avec du savon avant de rincer et de désinfecter.
- ✓ Eviter le contact entre les matériels de différents plongeurs lors des opérations de séchage (distances barrières).
- ✓ Informer les pratiquants de la nécessité de se munir d'une bouteille d'eau ou gourde personnelle de préférence personnalisée.
- ✓ Prévoir un affichage.
- ✓ Procédures de désinfections conseillées par la CMPN (commission médicale et de prévention nationale).
- ✓ Vérifier que les produits de désinfection utilisés sont bien virucides (norme EN 14476) et bien respecter les conditions d'emploi (port d'EPI, durée de trempage, rinçage éventuel), ne pas déverser de produit biocide dans la nature.

## DÉCONTAMINATION DES ÉQUIPEMENTS

---

### Décontamination des équipements

- ✓ L'usage d'équipements personnels est à privilégier.
- ✓ En cas de matériel partagé, maximiser la durée de non utilisation entre 2 personnes (inactivation naturelle des virus et germes sur surfaces inertes après durées variables suivant type de surface...)

### Equipements respiratoires

(embouts respiratoires, 2<sup>ème</sup> étages de détendeurs, tubas et masques) : vigilance particulière

- ✓ L'usage seul d'un produit virucide en spray a des limites d'efficacité très probables
- ✓ Les propriétés biocides de ces produits sont validées sur surfaces propres et non sur surfaces souillées (par la salive, les poussières, l'eau de mer/de bassin ...) et l'application de spray est de qualité de réalisation variable
- ✓ La CMPN préconise donc une **décontamination en 3 temps** avec :
  - lavage simple
  - rinçage
  - désinfection avec produit répondant à la norme EN14476

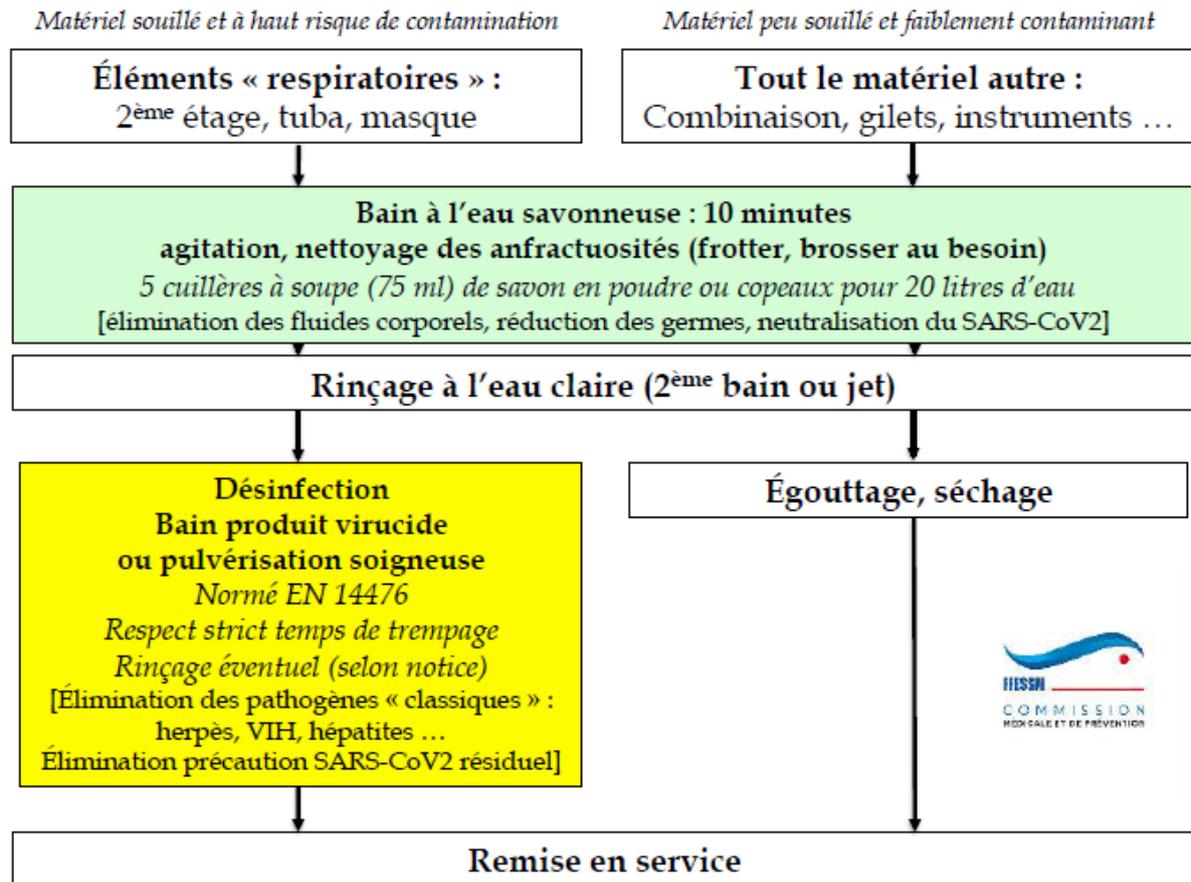
### Equipements autres

- ✓ Rappelons que le SARS-CoV-2 est un virus à ARN enveloppé, ce qui lui confère une certaine fragilité (son enveloppe, qui lui est indispensable pour se fixer et pénétrer dans les cellules-hôte est en effet fragile)
- ✓ Si des éléments viraux sont retrouvés dans les selles, aucune particule virale n'a pu être détectée dans les urines
- ✓ Une hygiène régulière des mains fait partie des gestes barrière à respecter

### Protocole de décontamination

*Nous attirons l'attention à bien veiller à respecter les conditions d'utilisation du produit désinfectant utilisé.*

## DÉSINFECTION DU MATÉRIEL DE PLONGÉE EN SITUATION DE PANDÉMIE COVID-19



## COMPRESSEUR

---

### Recommandations

- ✓ Le compresseur, c'est le cœur d'un club de plongée. Une attention toute particulière doit être apportée à ce poste compte tenu des nombreuses manipulations lors des gonflages.

### Avant le gonflage

- ✓ Une seule personne peut se trouver dans le local gonflage.
- ✓ S'assurer que l'environnement de la prise d'air ne permet pas l'aspiration du virus.

### Le gonfleur :

- ✓ Doit être muni de gants et de masque.
- ✓ Doit se désinfecter les mains avec un gel ou une solution hydro-alcoolique avant et après le gonflage, voire pendant le gonflage s'il manipule du matériel entre deux gonflages.

### Le compresseur :

- ✓ Nettoyer les différentes manettes avant toute manipulation.

### Les blocs :

- ✓ Une fois les blocs gonflés, les sortir du local, nettoyer les robinetteries ainsi que les poignées de transport.
- ✓ L'utilisateur est le seul à manipuler le bloc une fois que celui-ci est mis à disposition.

### Après la plongée :

- ✓ Les blocs sont rincés à l'eau courante et remis à l'extérieur du local, le gonfleur seul peut les manipuler pour les ranger dans le local. Une attention particulière est apportée aux robinetteries.
- ✓ Pas de bac de rinçage collectif.

### Avant de fermer le local :

- ✓ Le gonfleur nettoie et désinfecte toutes les manettes puis il se lave les mains.