



**Plan de protection Covid-19
pour la reprise des activités
d'entraînement**

Table des matières

1.	Introduction	3
2.	Objectifs de Swiss-Ski	3
3.	Plan de Swiss-Ski	3
3.1	Distinction entre sport professionnel et sport amateur	4
3.2	Organisation de l'entraînement	4
3.3	Mesures spécifiques aux sports.....	5
4.	Responsabilité.....	5
5.	Communication	6
5.1	Organigramme communication.....	6
5.2	Liste de diffusion de Swiss-Ski	6
	Annexe	

Version	1	Valable à compter du 11 mai 2020
Établi par :	Boris Flury, Responsable du secrétariat Ski freestyle et Snowboard	30 avril 2020
Révisé par :	Roman Eberle, Responsable Communication Ski alpin	1 ^{er} mai 2020
Sollicité par :	Walter Reusser, Directeur Ski alpin	1 ^{er} mai 2020
Approuvé par:	Présidium de Swiss-Ski	4 mai 2020
Approuvé par:	OFSP	6 mai 2020

1. Introduction

Le 29 avril 2020, le Conseil fédéral a décidé que les organisations sportives pourraient reprendre leurs activités d'entraînement à partir du 11 mai 2020, sous condition de respecter les recommandations sanitaires / épidémiologiques de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP).

Directives de l'OFSP (cf [Annexe 1](#) / [Lien OFSP](#)) :

- ▷ Garder ses distances (> 2 m / 10 m² par personne)
- ▷ Renoncer à l'utilisation des transports publics
- ▷ Se laver soigneusement les mains – avant et après l'entraînement
- ▷ Ne pas se serrer la main

Ce plan de protection définit le cadre et les conditions dans lesquelles les activités d'entraînement dans les sports de neige suisses (sport d'élite et sport de loisirs) peuvent être reprises dans un premier temps. Le plan est **valable à partir du 11 mai 2020 et jusqu'à nouvel ordre** (sans autres restrictions de la Confédération).

2. Objectifs de Swiss-Ski

- ▷ La santé de ses collaborateurs et de ses athlètes est une priorité absolue pour Swiss-Ski.
- ▷ Swiss-Ski agit de manière solidaire et respecte strictement les directives de la Confédération. La lutte contre la propagation du virus Covid-19 fixe l'orientation stratégique de la fédération.
- ▷ Swiss-Ski souhaite reprendre les activités d'entraînement à partir du 11 mai 2020 en se basant sur ce plan de protection.
- ▷ Les processus et règles du plan sont clairs et compréhensibles. Ils donnent aux athlètes et à leurs entraîneurs une sécurité dans leur démarche.

3. Plan de Swiss-Ski

Le plan a été développé par des groupes de travail répartis dans les sports suivants : ski alpin, ski freestyle et snowboard, ski de fond, biathlon et saut à ski. Lors de la constitution des groupes de travail, on a veillé à prendre en compte l'expertise de spécialistes en entraînement spécifique au sport, en entraînement physique, en physiothérapie et en médecine du sport. Le plan a été approuvé par le Présidium et la direction de Swiss-Ski.

Les lignes directrices de la Confédération pour l'élaboration de plans de protection sont réglées dans l'[annexe 2](#) et constituent la base du plan de protection spécifique de Swiss-Ski.

3.1 Distinction entre sport professionnel et sport amateur

Le 29 avril 2020, le Conseil fédéral a annoncé un assouplissement concernant la taille des groupes d'entraînement et les règles de distance pour le sport professionnel.

Pour Swiss-Ski et ses disciplines, la distinction entre le sport professionnel et le sport amateur est réglementée comme suit :

Sport professionnel :

- Tous les cadres Swiss-Ski – équipe nationale, cadres A, B et C avec sélection officielle de Swiss-Ski
 - Détenteurs d'une des Swiss Olympic Cards suivantes : Gold, Silber, Bronze, Elite ou Talent Card National
- ▷ Dans les activités d'entraînement du sport professionnel, la taille des groupes de 5 personnes peut être augmentée et le contact physique est autorisé.

Sport amateur :

- Tous les cadres hors Swiss-Ski – associations régionales, centres de performance nationaux et régionaux, écoles nationales et régionales et ski-clubs
- ▷ Pour le sport amateur, ce sont les directives fédérales générales qui s'appliquent ; en particulier, la taille des groupes de max. 5 personnes et les règles de distance de 2 m / 10 m² par personne.
- ▷ Dans le cas de groupes mixtes (sports professionnels et amateurs), les règles du sport amateur s'appliquent.

3.2 Organisation de l'entraînement

L'ordonnance fédérale du 29 avril 2020 ([lien OFSPO](#), art. 4b, al. 6) s'applique aux activités d'entraînement.

Une liste écrite de l'équipe constitue la base de tous les cours et camps d'entraînement organisés par Swiss-Ski (pour les athlètes de cadres Swiss-Ski). Il est ainsi possible de garantir et de contrôler le nombre de personnes présentes dans les différentes installations sportives ou les cours respectifs.

Tous les athlètes de Swiss-Ski doivent confirmer par leur signature, avant d'entrer et de sortir d'un bloc d'entraînement, qu'ils sont en bonne santé et ne présentent aucun symptôme lié à la maladie (fièvre / toux / gêne).

En cas d'utilisation d'installations et infrastructures externes telles que des installations sportives, des remontées mécaniques, des hébergements (hôtels / campus ou autres), des restaurants, etc., les dispositions nationales et cantonales de protection en vigueur à ce moment-là et le plan de protection actuel de l'exploitant de l'installation s'appliquent.

Les entraîneurs responsables contactent les organisations à l'avance et vérifient l'applicabilité des conditions de protection.

[Lien Remontées Mécaniques Suisses](#)

[Lien HotellerieSuisse](#)

[Lien OFSPO \(Centres de performance Macolin / Tenero / Andermatt\)](#)

3.3 Mesures spécifiques aux sports

Swiss-Ski comprend les 11 sports suivants :

ski alpin, ski de fond, combiné nordique, saut à ski, biathlon, snowboard, skicross, freeski, aërials, bosses et télémark.

Ces sports ont été regroupés en trois groupes. **Trois annexes** ont donc été rédigées pour réglementer les mesures spécifiques relatives au plan de protection :

Annexe au plan	Disciplines
Ski alpin – Lien Annexe Ski alpin	Ski alpin
Nordique – Lien Annexe Nordique	Ski de fond, combiné nordique, saut à ski, biathlon
Freestyle – Lien Annexe Freestyle	Snowboard, skicross, freeski, aërials, bosses, télémark

Les annexes spécifiques aux sports font partie intégrante du plan de protection.

- ▷ Sport professionnel : Les mesures du plan de protection doivent être appliquées et respectées par tous les participants aux entraînements sous la responsabilité de Swiss-Ski (avec une convocation écrite ou des listes de présence (pour les centres d'entraînement)). Si les conditions du plan ne peuvent être remplies, l'activité d'entraînement ne pourra avoir lieu.
- ▷ Sport amateur : Pour le sport amateur, les mesures spécifiques aux sports (annexes) du plan de protection s'appliquent en tant que recommandations.

4. Responsabilité

- ▷ Swiss-Ski assure la communication des mesures du plan de protection selon l'organigramme du point 5. Le plan de protection est mis à la disposition de toutes les organisations sportives de Swiss-Ski et des exploitants d'installations et il est publié sur son site web (swiss-ski.ch).
- ▷ La responsabilité de l'application et du contrôle des mesures définies incombe aux entraîneurs responsables. Les médecins de disciplines désignés sont à leur disposition à titre consultatif.
- ▷ Les athlètes sont tenus d'appliquer les mesures prescrites de manière cohérente et de signaler immédiatement tout symptôme de maladie à l'entraîneur du groupe.
- ▷ Les exploitants des installations sportives sont responsables des conditions-cadres / plans de protection correspondants des installations sportives.
- ▷ **Tous les participants adhèrent au plan de protection de manière solidaire et avec un haut degré de responsabilité personnelle !**

Responsable des mesures de protection du Covid-19 chez Swiss-Ski :

Boris Flury, boris.flury@swiss-ski.ch, +41 31 950 62 19

5. Communication

Les mesures du plan de protection sont communiquées selon le modèle suivant :

5.1 Organigramme communication

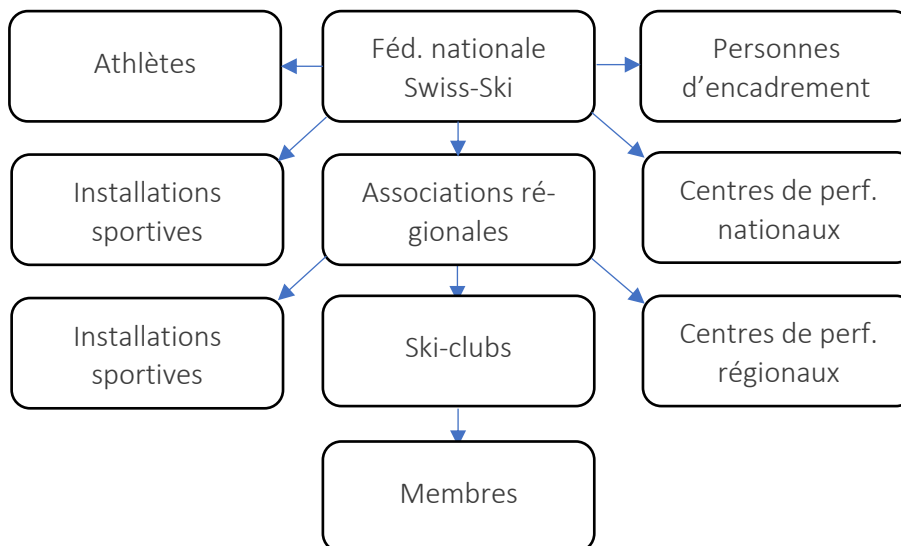


Fig : Volet communication du plan de protection de Swiss-Ski

- ▷ Swiss-Ski informe tous les athlètes cadres (y compris les cadres d'observation) et toutes les personnes d'encadrement de la fédération
- ▷ Swiss-Ski informe les 11 associations régionales et les installations sportives nationales
- ▷ Les associations régionales informent les installations sportives régionales et les ski-clubs
- ▷ Les ski-clubs informent leurs membres

5.2 Liste de diffusion de Swiss-Ski

Swiss-Ski (interne et externe), CNP, associations régionales, CRP, ski-clubs, écoles de sport, exploitants d'installations sportives, armée, Swiss Olympic, OFSPO

Muri/Berne, le 4 mai 2020

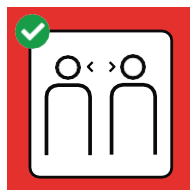
Swiss-Ski

Walter Reusser
Directeur Ski alpin

Hippolyt Kempf
Directeur Nordique

Sacha Giger
Directeur Ski Freestyle /
Snowboard / Télémark

Annexe 1 : Directives de l'OFSP



Garder ses distances

Gardez vos distances avec les autres personnes. Vous pouvez contracter le nouveau coronavirus lorsque votre distance avec une personne malade est de moins de deux mètres. En gardant vos distances, vous protégez les autres et vous-même.

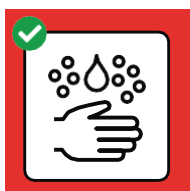
Respectez la distance pour les activités sportives en plein air et en salle ainsi que dans les salles de sport et d'entraînement. 10 mètres carrés par personne ou 2 m de distance.

Activités et entraînements en petits groupes de 5 personnes maximum.

Garder ses distances dans les transports publics

Les transports publics sont primordiaux pour l'économie. De nombreuses personnes en dépendent. L'offre de base est donc maintenue. Toutefois, lorsqu'ils sont très fréquentés, les transports publics ne permettent pas de garder une distance suffisante avec les autres usagers. Ils présentent donc un risque accru d'infection par le nouveau coronavirus.

- Évitez d'emprunter les transports publics
- Recourez dans la mesure du possible à la mobilité douce (marche, vélo, vélo électrique) pour vous rendre à l'entraînement
- Si vous devez néanmoins emprunter les transports publics, observez les règles d'hygiène et de conduite.



Se laver soigneusement les mains : avant et après l'entraînement !

Le lavage des mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se les laver régulièrement avec du savon pour se protéger. Séchez-vous les mains avec une serviette propre – si possible un essuie-mains en papier jetable ou un linge de tissu en rouleau (usage unique).

À quoi dois-je encore faire attention ?

Il est préférable de ne pas porter de bagues. Si vous portez une bague : enlevez-la avant de vous laver les mains, nettoyez-la avec du savon et séchez-la bien.

Prenez soin de votre peau : une peau abîmée peut devenir un véritable nid à microbes. Utilisez au besoin une lotion hydratante pour soigner votre peau.



Ne pas se serrer la main.

Selon ce que nous venons de toucher, nos mains ne sont pas propres. Des gouttelettes infectieuses provenant de la toux et des éternuements peuvent se trouver sur les mains. Ces gouttelettes peuvent atteindre la bouche, le nez ou les yeux si nous les touchons. Il est donc important d'éviter les poignées de main. Voici comment nous protéger d'une infection :

- ne pas se serrer la main ; renoncer aux rituels sportifs comportant des contacts
- Renoncer à se faire la bise
- Ne pas se toucher le nez, la bouche et les yeux

Annexe 2 : Conditions-cadres concernant les plans de protection dans les ac-

Contexte

Dans le cadre des décisions prises le 16 avril 2020, le Conseil fédéral a chargé le Département fédéral de la défense, de la protection de la population et des sports (DDPS) d'élaborer une stratégie d'assouplissement des mesures pour l'ensemble du secteur sportif. Ce plan vise à montrer comment l'entraînement sportif peut être repris en sport de compétition et en sport de loisirs dans le cadre des mesures de protection en vigueur.

Les mesures globales actuelles comprennent l'interdiction des rassemblements et des activités de club, la fermeture des installations sportives et de loisirs ainsi que les recommandations de l'OFSP. L'Office fédéral du sport (OFSP) a élaboré des conditions cadres en collaboration avec l'OFSP, l'association faîtière du sport suisse Swiss Olympic, les cantons et les communes, l'Association suisse des services des sports (ASSS) ainsi que des représentants de différentes fédérations sportives et de ligues.

Le Conseil fédéral prendra les décisions relatives à l'assouplissement des mesures dans le domaine du sport (portée, délais) le 29 avril 2020, dans le cadre de la révision de l'ordonnance 2 COVID-19.

Objectif des « plans de protection » dans le domaine du sport

L'objectif est de permettre une reprise par étapes des activités physiques et des entraînements des organisations sportives dans le respect des prescriptions sanitaires/épidémiologiques de l'OFSP (cf. annexe). Pour ce faire, chaque organisation et installation doit disposer d'un plan de protection. Ce plan doit se baser sur les présentes conditions-cadres ainsi que sur les stratégies générales des fédérations sportives qui en découlent. La responsabilité de la mise en œuvre des plans de protection incombe aux différentes organisations ainsi qu'aux entraîneurs et aux sportifs. Il est prévu que ces plans soient coordonnés avec celui concernant le sport à l'école ainsi que celui concernant les piscines couvertes et les piscines en plein air.

Les présentes conditions-cadres seront continuellement adaptées et révisées sur la base de la version en vigueur de l'ordonnance COVID-19 et des mesures correspondantes du Conseil fédéral. Il est essentiel que les plans de protection dans le domaine du sport soient formulés de manière crédible et cohérente et que les étapes de déconfinement dans le domaine du sport soient coordonnées aux directives du Conseil fédéral concernant l'assouplissement général des mesures. C'est la condition sine qua non pour que le monde du sport et la population y adhèrent. Une coordination entre les exploitants et les utilisateurs des installations sportives est également essentielle.

Résumé des principes généraux (cf. annexe)

Dans le domaine du sport également, les plans de protection doivent s'aligner sur la mise en œuvre des principes généraux visant à empêcher la propagation du coronavirus. Ces principes sont les suivants :

1. Respect des règles d'hygiène de l'OFSP.
2. Distanciation sociale (2 m de distance entre toutes les personnes; 10 m² par personne, pas de contact physique).
3. Rassemblements de cinq personnes au maximum, conformément aux directives des autorités. Dans la mesure du possible, composition de groupes identiques à chaque fois et établissement d'une liste des participants pour le suivi des chaînes d'infection potentielles.
4. Respect des prescriptions spécifiques de l'OFSP pour les personnes particulièrement vulnérables.

