

# Twirling Bâton

Plan de reprise des activités 2021

Version du 27 août 2021

# Contexte

La situation sanitaire du pays, liée au Coronavirus Covid-19, a entraîné un troisième confinement le 3 avril 2021 et l'arrêt total de notre pratique Twirling pour la saison 2020/2021.

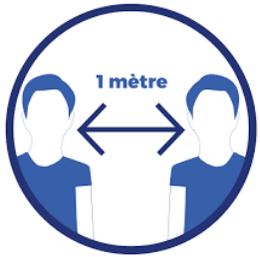
Le Président de la République, le Premier Ministre et son gouvernement ont annoncé le 13 avril 2021 le début du déconfinement à partir du 11 mai 2021. Ce dernier se fera en plusieurs étapes.

Le présent protocole sanitaire vise à préciser les modalités de reprise de l'activité du Twirling Bâton suite à chaque décision gouvernementale afin de faire face à la 4<sup>ème</sup> vague de Covid-19.

Il est destiné à l'ensemble des licenciés de la Fédération.

Ce protocole viendra en complément des règlements intérieurs déjà en place dans les équipements et espaces de pratique. Il faudra donc se rapprocher des collectivités territoriales.

# Principes généraux



# Principes généraux

Le présent protocole repose sur des consignes données par les autorités sanitaires et par les différents Ministères.

Il repose sur deux principes généraux :

- Le maintien de la distanciation physique,
- L'application des gestes barrières,

Il précisera pour les différents types de pratiques :

- Le rythme de reprise des activités envisagé,
- Les activités proposées,
- Les publics concernés,
- Les aménagements de la pratique imposés par le contexte sanitaire.

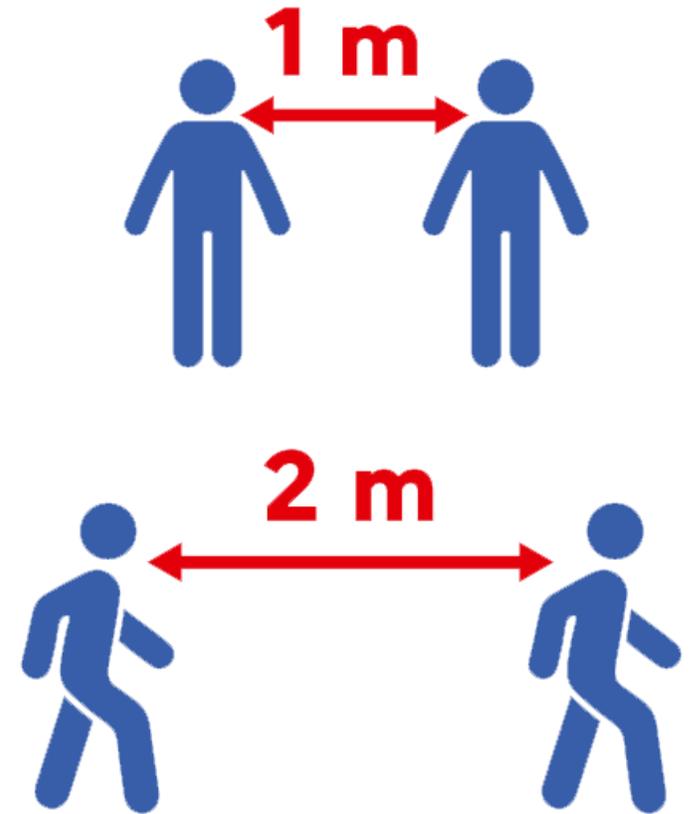
# Principes généraux

## Le maintien de la distanciation physique

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) indique que le virus du Covid-19 se transmet principalement entre les personnes par les gouttelettes respiratoires et les voies de contact. La transmission par gouttelettes se produit lorsqu'une personne est en contact étroit (à moins de 1 mètre) avec une personne qui présente des symptômes respiratoires.

La règle de distanciation physique, dont le principe est le respect d'une distance minimale d'un mètre entre chaque personne, permet donc de limiter la propagation du COVID-19 entre les licenciés. Elle est de 2m entre chaque pratiquant en déplacement dynamique.

Elle doit être mise en place dès que possible, de l'arrivée du licencié jusqu'à son départ.



# Principes généraux

## L'application des gestes barrières

Le virus ne circule pas tout seul. C'est l'homme, porteur du virus, qui circule.

Les gestes barrières sont les mesures de prévention individuelles les plus efficaces actuellement contre la propagation du virus pour préserver sa santé et celle de son entourage :

- Se laver les mains souvent,
- Tousser dans son coude,
- Se moucher dans un mouchoir à usage unique.



# Principes généraux

## L'application des gestes barrières

### Se laver les mains souvent

On peut facilement disséminer le virus en touchant une autre personne. On peut aussi entrer en contact avec le virus si on touche des objets ou des surfaces contaminés avant de se toucher le visage (bouche, yeux et nez).

Il faut se laver systématiquement les mains à l'eau et au savon (de préférence liquide) ou, à défaut, avec une solution hydroalcoolique avant de manger, après s'être mouché, avoir toussé ou éternué, après chaque sortie à l'extérieur, en arrivant au sport, ou après être allé aux toilettes.

Il faut pendant 30 secondes, en frottant les ongles, le bout des doigts, la paume et l'extérieur des mains, les jointures et les poignets.



Se laver les mains  
régulièrement.



# Principes généraux

## L'application des gestes barrières

### Tousser dans son coude

Si on se couvre la bouche et le nez avec la main, les microbes déposés sur la main peuvent se transmettre à d'autres personnes de manière directe (en serrant la main) ou indirecte (si vous touchez un objet).

C'est pourquoi, il est recommandé de tousser ou éternuer dans son coude. Cela limite le risque de contamination, car ces parties du corps ne viennent pas en contact avec des personnes ou des objets.



# Principes généraux

## L'application des gestes barrières

### Se moucher dans un mouchoir à usage unique

Les virus qui sont évacués du nez quand on se mouche peuvent survivre plusieurs heures sur un mouchoir (8h à 12h pour le virus de la grippe par exemple).

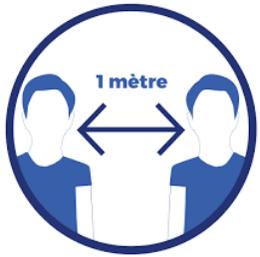
Voilà pourquoi il faut se moucher de préférence avec un mouchoir en papier à usage unique et ne pas le remettre, ensuite, dans sa poche pour le réutiliser.

Il faudra ensuite le jeter dans une poubelle. Une fois jeté, le mouchoir en papier emporte tous les microbes avec lui.

Pour finir, il faut se laver les mains.



# Pratiques du Twirling



# Pratiques du Twirling

## Le Pass sanitaire

### Qu'est ce que le Pass sanitaire ?

- Un schéma vaccinal complet ;
- Un test PCR ou antigénique négatif de moins de 72 h ;
- Un certificat de rétablissement de la Covid -19.

### Qui contrôle le Pass sanitaire ?

- Le responsable de l'équipement ou l'organisateur de l'activité désigne les personnes habilitées à effectuer le contrôle du Pass sanitaire : personnes qui contrôlent habituellement l'accès ou à défaut celles qui organisent l'activité.
- Il doit tenir un registre indiquant les jours et horaires des contrôles effectués.
- Les équipements habituellement non contrôlés (accès libre ou en autonomie) où la pratique n'est pas organisée, ne sont pas soumis au contrôle du Pass sanitaire.

# Pratiques du Twirling

## Pour les mineurs pratiquants

**Du 1er au 29 septembre 2021 :**

- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles sanitaires en vigueur.

**A partir du 30 septembre 2021 :**

- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles sanitaires en vigueur.
- **Pass Sanitaire obligatoire pour les mineurs de 12 à 17 ans ;**
- Les enfants de moins de 12 ans sont exonérés de Pass Sanitaire ;
- Le Pass Sanitaire dispense du port du masque.

# Pratiques du Twirling

## Pour les majeurs pratiquants

### Du 1er au 29 août 2021 :

- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles sanitaires en vigueur.
- Pass Sanitaire obligatoire pour les majeurs **à l'exception des salariés et bénévoles** ;
- Le Pass Sanitaire dispense du port du masque.

### A partir du 30 août 2021 :

- Pratique avec contact autorisée dans le respect des protocoles sanitaires en vigueur.
- Pass Sanitaire obligatoire pour les majeurs **sans exception** ;
- Le Pass Sanitaire dispense du port du masque.

# Pratiques du Twirling

## Pour les salariés et bénévoles mineurs et majeurs

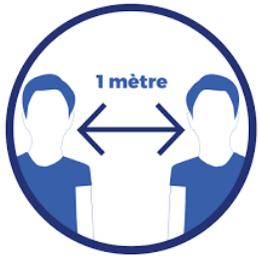
### Du 1er au 29 août 2021 :

- Exemption du Pass Sanitaire.

### A partir du 30 août 2021 :

- Pass Sanitaire obligatoire.

# Recommandations spécifiques



# Recommandations spécifiques

## Pour les personnes ayant contracté la Covid-19

Une consultation médicale s'impose avant la reprise (la reprise de l'activité physique peut être examinée lors des consultations médicales de suivi du patient Covid-19).

Celle-ci a pour objet de rechercher d'éventuelles complications liées à l'infection et de vérifier notamment l'intégrité de l'appareil cardiovasculaire et de la fonction respiratoire afin de s'assurer de l'absence de contre-indication à reprendre la pratique sportive.

C'est le médecin qui autorise la reprise sportive et qui en fixe les modalités adaptées à l'état de santé du sportif.

Le démarrage ou la reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) et limiter ainsi les accidents, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

# Recommandations spécifiques

## Pour les personnes contact d'un cas confirmé

Il ne faut pas reprendre l'activité sportive avant 7 jours.

Une consultation n'est pas nécessaire ensuite si pas de symptôme développé et pas de test RT-PCR au 7ème jour après le contact à risque.

En cas de symptôme et confirmation Covid-19, voir le point précédent.

Le démarrage ou la reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) et limiter ainsi les accidents, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

# Recommandations spécifiques

## Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été très modérée ou avec pathologie chronique

Pour les personnes pour lesquelles l'activité physique a été très modérée durant le confinement et/ou actuellement, il est conseillé de consulter un médecin avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.

Pour les personnes présentant une pathologie chronique, il est conseillé de consulter un médecin avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.

Le démarrage ou la reprise d'activité physique doit être progressive en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort (cœur, muscles, tendons) et limiter ainsi les accidents, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

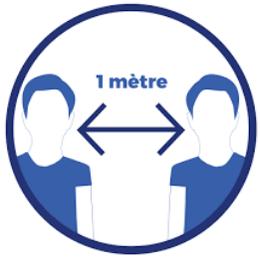
# Recommandations spécifiques

## Arrêt de l'activité physique

Toute personne présentant les signes d'alertes suivants devra arrêter impérativement toute activité sportive et consulter rapidement un médecin :

- douleurs thoraciques (dans la poitrine) ;
- dyspnée : essoufflement anormal ;
- palpitations : sensation que votre cœur bat trop ;
- vite ou irrégulièrement ;
- variation anormale de la fréquence cardiaque au repos ou à l'effort ;
- perte brutale du goût 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.

# Compétitions Internationales



# Compétitions Internationales

## Saison 2020/2021

La Coupe d'Europe WBTF est reportée du 06 au 10 juillet 2022 à Blanes en Espagne.

Les Championnats du Monde WBTF sont reportés du 1er au 07 août 2022 à Turin en Italie.

Les Championnats du Monde WFNBT A sont reportés à Eindhoven (Pays-Bas) en 2022.

Les Championnats d'Europe NBTA Twirling et Majorettes sont reportés en octobre 2021.

Les Championnats d'Europe WBTF sont reportés du 13 au 16 juillet 2023 en France au Vendespace.