

PROTOCOLE FORMATEURS ENSM

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Si vous présentez un des symptômes suivant :	VOUS ETES A VOTRE DOMICILE	VOUS ETES SUR VOTRE LIEU DE TRVAIL ENSM OU SITE EXTERNALISE
<ul style="list-style-type: none"> - fatigue extrême - toux - fièvre - sensation de souffle court - perte du goût et/ou de l'odorat - diarrhée - éruption cutanée - maux de tête 	<p>Vous ne venez pas sur votre lieu de travail (ENSA, CNSNMM ou site externalisé) Vous restez confinés à domicile Vous appelez un médecin généraliste Si votre état de santé se dégrade, vous contactez le 15</p>	<p>Vous appelez le service médical de l'ENSA au 06 87 90 48 20 (du lundi au vendredi entre 08h/18h) En dehors de ces horaires, vous appelez le 15</p>

REPRISE DES ACTIVITES PHYSIQUES

Suite au confinement, votre entraînement a été mis à mal et vous venez de le reprendre en mode intensif. En dehors du risque de blessure évidente quand on reprend trop vite et trop fort, il existe un risque potentiel lors d'un entraînement trop intense chez les sujets qui ont été atteints.

Plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- Vous n'avez eu aucun symptôme, vous pouvez quand même avoir eu la maladie sans le savoir et l'avoir transmise ou pas
- Vous n'avez actuellement aucun symptôme, mais vous pouvez être malade sans le savoir et contagieux
- Vous êtes malade et là tout entraînement est à proscrire,
- Vous avez été malade, atteints soit d'une forme modérée soit d'une forme graves avec atteinte pulmonaire et ou cardiaque, et vous êtes actuellement en pleine forme vous considérant comme guéri. Et bien nous pensons qu'il pourrait y avoir un risque dans ce cas précis à reprendre un entraînement trop intense, ne sachant pas encore si des séquelles de la maladie sont possibles.


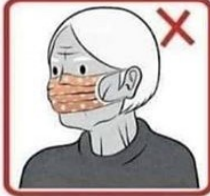




En attendant, nous vous recommandons d'être prudent, et de consulter si vous présentez un essoufflement anormal, une douleur thoracique ou une fatigue intense inhabituelle.

GESTES BARRIERES

- se laver les mains très régulièrement, à l'eau et au savon, ou avec du gel hydro-alcoolique
- porter un masque jetable ou tissu aux normes
- se distancier d'au moins 1m50 de toute personne
- éviter les rassemblements, limiter les déplacements et les contacts
- saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades
- tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- éviter de se toucher le visage
- utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter

PORT DU MASQUE

Le masque est obligatoire pour les déambulations dans l'établissement et lorsque vous être en contact avec d'autres personnes. L'ENSM vous fournira des masques chirurgicaux jetables en quantité suffisante. A vous la d'anticiper sur le nombre de masques nécessaires si vous partez sur le terrain. Vous serez aussi dotés de gel hydro-alcoolique et de sacs poubelles jaune DASRI pour jeter vos masques et ceux de vos stagiaires sur le terrain.

	MASQUE JETABLE	
DUREE D'EFFICACITE	4 HEURES (si votre masque est humide, le jeter et en prendre un nouveau)	<p>A NE PAS FAIRE :</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>Le porter en dessous de votre nez</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Laisser votre menton exposé</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Le porter sans le serrer (trous sur les côtés).</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>Ne couvrir que le bout de votre nez.</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Mettre votre masque sous votre menton pour vous reposer</p> </div> <div style="text-align: center; border: 2px solid green; padding: 5px;"> <p>A FAIRE :</p>  </div> </div>
ENTRETIEN	Jeter vos masques et ceux de vos stagiaires dans un sac poubelle jaune DASRI et le ramener sur l'ENSA. Il ne faut pas jeter les sacs poubelles jaunes dans des poubelles ordinaires. Ils sont collectés sur l'ENSA et évacués par une société spécialisée.	

FICHE DE RENSEIGNEMENT COVID-19

Il vous est demandé de remplir une fiche de renseignement Covid-19 au préalable de votre reprise en présentiel sur les sites de l'ENSA, du CNSNM ou sur site externalisé. Cette fiche est à remplir **5 jours précisément avant votre reprise en présentiel**, ni avant, ni après.

L'intérêt de ce document est de sécuriser la cohabitation des personnels de l'école. Nous vous demandons de la remplir 5 jours avant, afin de nous permettre d'analyser le statut COVID de chaque agent et de donner une réponse personnalisée à chacun.

Pour respecter au plus près la confidentialité, seuls les personnels médicaux de l'ENSM seront habilités à recueillir ce document.

Cette fiche est à renvoyer par courriel à l'infirmière de l'ENSA à l'adresse suivante : julia.roger-veyer@ensm.sports.gouv.fr.

Vous pouvez bien entendu contacter le service médical au préalable et pendant votre stage sur le téléphone de l'infirmière au 06 87 90 48 20.

POUR CHAQUE JOURNEE DE STAGE, VOUS DEVEZ :

- faire respecter les consignes sanitaires établies au sein des sites de l'ENSA, du CNSNM ou des sites externalisés (accueil, salles de cours, sens de circulation, self ...)
- vous assurer que vos stagiaires ont un nombre suffisant de masques pour la journée sur le terrain, ainsi que du liquide hydro-alcoolique
- récupérer les repas froids auprès de l'accueil pour vos stagiaires et vous-mêmes
- éviter tout rassemblement en intérieur
- rassembler vos stagiaires en extérieur et en respectant la distance d'au moins 1m50 entre chacun, si cela n'est pas réalisable regroupez-vous en portant tous un masque
- avoir en votre possession un sac poubelle jaune DASRI pour que votre groupe puisse jeter ses masques sur le terrain, le sac jaune est à ramener à l'ENSA (ou sac poubelle dédié qui sera mis en quarantaine pendant 12h avant d'être jeté dans les ordures ménagères)
- avoir une trousse de secours avec 2 masques chirurgicaux jetables, gants à usage unique et 1 masque FFP2 (si disponible), vos fiches de secourisme COVID
- appliquer les recommandations propres à l'exercice de votre discipline sportive
- respecter les consignes sanitaires lors de vos déplacements sur le terrain (refuges, hébergements externalisés, remontées mécaniques, transports en commun ...)
- inciter vos stagiaires au respect des consignes sanitaires, sous peine d'exclusion de leur stage et faire remonter à vos chefs de département tout manquement aux règles

PRISE EN CHARGE D'UN STAGIAIRE MALADE

Si l'un de vos stagiaires présente l'un des symptômes suivants : **fatigue extrême, toux, fièvre, sensation de souffle court, perte de goût et/ou de l'odorat, diarrhée, éruption cutanée, maux de tête**, la conduite à tenir est la suivante :

1. Isolez-le des autres stagiaires
2. Assurez-vous qu'il garde en permanence un masque et des gants à usage unique
3. Contactez le service médical de l'ENSA au 06 87 90 48 20 (du lundi au vendredi entre 8h et 18h), ou un médecin généraliste, ou le 15 (si absence de médecin généraliste ou si le stagiaire présente une aggravation des symptômes)