



CONCEPT DE PROTECTION « SARS-COV-19 » SWISS ICE HOCKEY FEDERATION SIHF

Etabli par : G. Büsser, D. Mona, W. Kistler, J.C. Küttel, L. Weisskopf, B. Villiger (direction)
(Covid-19 Taskforce Medical Committee SIHF)

Sur mandat de Denis Vaucher, Director National & Swiss League

Table des matières*

1. Objectif et cadre général (OFSPPO, voir Annexe)

- 1.1. Objectif
- 1.2. Distanciation sociale
- 1.3. Respect des règles d'hygiène de l'OFSPPO

2. Concept de protection de Swiss Ice Hockey selon le cadre normatif du groupe de travail « Stratégie de sortie de crise - Sport »

- 2.1. Evaluation du risque et triage
- 2.2. Déplacements vers et hors des sites d'entraînement
- 2.3. Infrastructure
 - 2.3.1 Espace à disposition / conditions d'entraînement
 - 2.3.2 Vestiaires / douches / toilettes
 - 2.3.3 Nettoyage et désinfection
 - 2.3.4 Restauration
 - 2.3.5 Accessibilité et organisation de l'infrastructure
- 2.4. Formes et contenus d'entraînement
- 2.5. Responsabilité de la mise en œuvre sur place
- 2.6. Communication du concept de protection

*) Pour des raisons de lisibilité, le genre masculin vaut par analogie pour le genre féminin dans le présent document.

Annexes

Annexe 1 : Swiss Ice Hockey : Covid-19 : Safe return to practice in ice hockey (D/F/E/I)

Annexe 2 : Déclaration de consentement pour les joueurs de la relève : Entraînements en petits groupes durant la pandémie

1. Objectif et cadre général (OFSPPO, voir Annexe)

1.1. Objectif :

En 2020, le virus SARS-CoV-19 impacte notre vie et nos actions dans une ampleur inédite jusqu'ici. Le hockey sur glace n'en est pas épargné. L'objectif premier de nous tous est de préserver notre santé en adoptant un comportement responsable et en respectant les directives du Conseil fédéral. Nous souhaitons toutefois également reprendre le hockey sur glace aussi rapidement que possible.

Les conditions cadres pour un retour à un entraînement structuré nous sont imposées par le Conseil fédéral et l'OFSPPO et sont régulièrement adaptées en fonction de la situation et de la stratégie. La présente version 1.0 du Concept de protection a été rédigée le 26 avril 2020 et peut faire l'objet d'adaptations régulières selon les prescriptions du Conseil fédéral.

S'il est de notre responsabilité personnelle d'organiser chaque situation de notre vie en fonction de ces dispositions, nous devons également travailler de manière critique et innovante pour surmonter cette crise et nous développer jour après jour.

L'**objectif** est de permettre une reprise graduelle des activités d'entraînement et, dans un deuxième temps, de la compétition dans le respect des dispositions de l'OFSPPO et de **contrôler la propagation du coronavirus**.

https://ofsp-coronavirus.ch/wp-content/uploads/2020/04/FR_Ansteckungen_16x9.mp4

Cela requiert un **concept de protection** devant, d'une part, obligatoirement contenir les conditions prescrites et adaptées périodiquement par le Conseil fédéral et, d'autre part, être praticable dans les différents contextes locaux des clubs. Ce concept ne portera ses fruits que si les dispositions en matière de distanciation sociale et d'hygiène sont respectées par toutes et tous, joueurs et membres des staffs !

Les conditions cadres sont strictement maintenues. La mise en œuvre est définie par chaque club en fonction de ses locaux et de ses possibilités et est régulièrement discutée et mise à jour avec les acteurs clés.

1.2. Distanciation sociale :

- Distance minimale : 2 m / 10 m² de sphère personnelle
- Groupe d'entraînement de 5 personnes au maximum, pouvant éventuellement faire l'objet d'un traçage
- Transports individuels (voiture, vélo, à pied) lorsque cela est possible S'il est absolument nécessaire d'emprunter les transports publics -> respecter les mesures de protection personnelle et de protection des tiers
- Leave no marks : L'athlète se rend à l'entraînement seul, vêtu de sa tenue de sport, et emporte sa propre serviette et sa gourde personnelle. Désinfection des mains et des surfaces des équipements (les produits de désinfection des mains sont disponibles à chaque place de travail). Les serviettes et les autres articles de toilette sont strictement personnels. Ils sont emportés et ramenés dans un sac en plastique. En principe, l'athlète quitte le site d'entraînement et regagne directement son domicile sans se doucher/se changer. Lavage quotidien du linge (au min. à 60°C).



1.3. Respect des règles d'hygiène de l'OFSP



- **Lavage régulier des mains** avec du savon (qui permet de détruire l'enveloppe grasse du virus) et séchage avec une serviette en papier jetable ou/et avec du produit désinfectant pour les mains. Soins de la peau avec crème hydratante.

<https://youtu.be/FRi2FTEuY9g?t=4>

- **Eternuer et tousser** : Il est requis de toujours éternuer et tousser dans un mouchoir ou le creux du coude afin de protéger l'entourage.

<https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/cc/Kampagnen/covid-19/husten-niesen.mp4.download.mp4/husten-niesen.mp4>



- **Suppression systématique des voies d'infection** : Portes d'entrée du virus : Bouche/nez, év. muqueuses oculaires -> **Ne pas se toucher le visage** ! Si possible, ne pas porter de bijoux de main.

- **Masques** : Si un masque d'hygiène peut endiguer quelque peu l'éjection de gouttelettes en respirant, toussant ou éternuant, seuls les masques de protection munis d'un filtre (FFP2) offrent une protection fiable contre le virus.

- **Important** : Le respect des règles d'hygiène et de distanciation sociale est plus important que le port de masques (à l'exception de situations spéciales).

Prescriptions détaillées de l'OFSP (amendées régulièrement) :

https://www.bag.admin.ch/dam/bag/fr/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/covid-19-erlaeuterungen-aenderungsmodus.pdf.download.pdf/Erlaeuterungen_COVID-19-Verordnung_2_Aenderungsmodus.pdf

2. Concept de protection de Swiss Ice Hockey selon le cadre normatif du groupe de travail « Stratégie de sortie de crise - Sport »

2.1. Evaluation du risque et triage

(symptômes : <https://youtu.be/M1hm4A6EwOI?t=15>)

- Les joueurs ou les membres de staffs présentant les moindres symptômes de maladie doivent rester chez eux et sont tenus de contacter par téléphone le médecin d'équipe en charge, conformément aux directives internes du club. Le médecin d'équipe décidera des examens nécessaires (pour Covid-19 ou tout autre problème médical) et des modalités thérapeutiques. En cas de suspicion de Covid-19, les recommandations de l'OFSP et des directions cantonales de la santé publique sont appliquées de manière systématique (test PCR pour les personnes présentant des symptômes de Covid-19, etc.); éventuellement étendue des tests PCR et AC (comme ce qui est pratiqué sur les personnes actives dans le domaine de la santé).

- Suite à ces examens sont imposés un **isolement à domicile** pour une durée de 10 jours au moins, respectivement 48 heures au moins après la disparition des symptômes de maladie (autorisation uniquement par le médecin d'équipe) ou

https://www.bag.admin.ch/dam/bag/it/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/merkblatt-selbstisolation-covid-19.pdf.download.pdf/covid-19_anweisungen_selbstisolation.pdf

une **quarantaine à domicile** si des contacts étroits (par ex. embrasser ou étreindre) ont eu lieu avec une personne présentant des symptômes laissant suspecter le coronavirus ou en cas de symptômes présentés par une personne de l'entourage proche, vivant dans le même ménage (y c. les contacts jusqu'à 24 heures avant l'apparition des symptômes).

https://www.bag.admin.ch/dam/bag/it/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/merkblatt-selbstquarantaene.pdf.download.pdf/covid-19_anweisungen_selbst-quarantaene.pdf

Principe à suivre : En cas d'incertitude, prendre contact immédiatement avec le médecin d'équipe ! Il est interdit d'accéder aux installations d'entraînement avant que les examens requis n'aient été effectués.

- Dans le cadre du protocole d'entraînement, il convient d'effectuer un **traçage interne** en collaboration avec le staff (par ex. qui s'entraîne dans quel groupe d'entraînement, aux côtés de qui, etc.), avec quarantaine prophylactique à domicile le cas échéant. Par le respect strict du concept de protection, aucune situation de contact requérant une quarantaine à domicile ne devrait toutefois survenir.
- **Personnes à risques** : Pour leur propre protection, les personnes de plus de 65 ans ou souffrant de pathologies préexistantes ne sont pas autorisées à accéder au centre d'entraînement. Important : L'asthme traité et le rhume des foies ne représentent pas une constellation à risque.
<https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/besonders-gefaehrdete-menschen.html>

2.2. Déplacements vers et hors des sites d'entraînement du club

Keep it simple and clean : Le déplacement s'effectue seul, à pied, à vélo, en scooter ou en voiture jusqu'aux places de stationnement devant le site d'entraînement. L'athlète porte déjà la tenue de sport adéquate, qu'il a revêtue à domicile. Dans un petit sac de sport, l'athlète emporte une serviette personnelle fraîchement lavée, ses articles de toilette et un sachet en plastique jetable pour y ranger de manière adéquate la serviette usagée. L'athlète transporte en outre ses boisons/bouteilles et ses snacks dans ce même sac et y emporte ses déchets après l'entraînement.

L'accès et la sortie du site d'entraînement s'effectuent exclusivement par une voie d'accès prédéfinie. Si plusieurs athlètes arrivent simultanément au site d'entraînement, il convient d'observer les lignes de distance. Le premier geste en accédant au site d'entraînement est la désinfection des mains au distributeur d'alcool de désinfection.

Au terme de l'entraînement, le sac et le sachet en plastique sont rangés conformément aux directives. L'athlète quitte le site d'entraînement vêtu de la tenue de sport utilisée et rentre directement chez lui par ses propres moyens.

2.3. Infrastructure

2.3.1. Espace à disposition / conditions d'entraînement

Les entraînements ont lieu dans les infrastructures d'entraînement (év. dans différents locaux) du club. L'accès y est autorisé exclusivement aux joueurs et aux membres du staff définis par le club.

La distance sociale (2 m) et la surface propre d'entraînement (10 m²) devraient être nettement augmentées pour les stations d'entraînement générant un volume respiratoire constamment élevé (plus de 100 l/min. en charge maximale) : Distance minimale de 3 à 5 mètres par rapport à la prochaine station d'entraînement, surface propre d'entraînement d'environ 25 m².



2.3.2. Vestiaires / douches / toilettes

Les vestiaires et les pièces d'eau (douches) sont fermés et ne peuvent être utilisés. Les toilettes accessibles (avec lavabos, distributeurs de savon, produit de désinfection et serviettes en papier jetables) sont définies et signalisées. Ces toilettes sont régulièrement contrôlées, nettoyées et réapprovisionnées. Le lavage des mains avec du savon est obligatoire. Le joueur se rend à l'entraînement en salle vêtu de la tenue de sport adéquate (voir point 2.2.).

2.3.3. Nettoyage et désinfection

Un nettoyage en profondeur est effectué quotidiennement par les responsables du matériel et/ou une équipe de nettoyage externe. Tous les sites et locaux utilisés sont nettoyés et traités avec du désinfectant de surface (standard hospitalier), dans le respect des prescriptions d'hygiène (port de masque et de gants). Les poubelles situées dans les toilettes et à un point de désinfection prédéfini (poubelle principale) sont vidées et leur contenu éliminé deux fois par jour de manière appropriée (en portant des gants).

Le joueur est responsable du nettoyage et de la désinfection des engins utilisés, sous la supervision stricte du staff d'entraîneurs et/ou des responsables du matériel. Des produits désinfectants (standard hospitalier, par ex. Meliseptol, etc.) et des tissus de nettoyage jetables doivent être disponibles en suffisance et être éliminés de manière appropriée dans la poubelle principale.

Le groupe d'entraînement suivant peut utiliser les postes d'entraînement nettoyés au plus tôt après une durée d'action du produit désinfectant de 15 minutes.

2.3.4. Restauration

Conformément aux directives internes du club, le joueur se rend à l'entraînement après s'être restauré. Si nécessaire, il emporte avec lui de la nourriture ou des snacks supplémentaires ainsi qu'une gourde remplie. L'infrastructure de restauration et les distributeurs automatiques de boissons sont hors service pour des raisons d'hygiène.

Si de la nourriture et des boissons sont distribuées à l'interne pour des raisons spéciales, les dispositions prévues pour les services de petite restauration à l'emporter et les services de livraison de repas s'appliquent.

<https://www.admin.ch/opc/fr/classified-compilation/20200744/index.html>

2.3.5. Accessibilité et organisation de l'infrastructure

L'accès au site d'entraînement s'effectue comme décrit au point 2.2. Les autres voies d'accès sont fermées aux joueurs et au staff, de sorte que le site d'entraînement ne dispose que d'une seule voie d'accès.

Chaque station d'entraînement mesure environ 25 m² et chacune est équipée d'engins identiques requis pour l'entraînement. Le groupe d'entraînement compte au maximum 4 joueurs plus l'entraîneur (exceptionnellement 5 joueurs avec l'entraîneur dans un bureau séparé) et l'entraînement dure entre 60 et 90 minutes, conformément à la fiche d'information « Safe return to practice » de la SIHF (voir Annexe 1/2).

Plusieurs groupes d'entraînement sont pris en charge quotidiennement, en fonction du nombre de joueurs du cadre participant à l'entraînement individuel. Entre chaque groupe, une pause d'une durée minimale de 30 minutes doit être observée afin de respecter les temps de nettoyage et d'aération requis.



Suite aux précisions relatives aux décisions du Conseil fédéral du 29 avril 2020 apportées par l'OFSP et Swiss Olympic le 1er mai 2020, les entraînements en grands groupes et les entraînements avec contacts corporels sont désormais autorisés aux niveaux National League, Swiss League et équipes nationales. Ces dispositions ne s'appliquent ni à l'ensemble du domaine du Sport Espoir et Amateur, ni aux équipes des ligues U20-Elit et U17-Elit.

2.4. Formes et contenus d'entraînement

Les contenus et les formes d'entraînement sont du ressort du coach off-ice ou du préparateur physique. Les contenus et les formes de sollicitation ont été discutés préalablement avec le staff médical. Un membre de l'équipe médicale est joignable en tout temps durant les heures d'entraînement en cas de questions d'ordre médical. Un service d'urgence doit être organisé. En cas d'urgence médicale, ce service doit pouvoir être activé sans délai.

L'entraînement individuel à domicile se poursuit en parallèle, conformément aux prescriptions et sous supervision du staff d'entraîneurs. L'entraînement d'endurance s'effectue de manière individuelle, selon les prescriptions de l'entraîneur de condition physique, sur la base des tests de performance et avec contrôle (en ligne) via la montre Polar.

L'entraînement en petits groupes comprend notamment les exercices contrôlés avec des poids importants ou des engins/installations spécifiques au hockey sur glace dans les domaines neuromusculaire, musculo-squelettique, métabolique et cardiovasculaire, dont les joueurs ne disposent pas à domicile. Ainsi, les temps de contact restent courts, conformément aux prescriptions de l'OFSP. Les engins sont nettoyés et entretenus de manière appropriée, comme décrit aux points 2.3.3. et 2.3.5.

Les tests de performance et les contrôles des entraînements sont autorisés. Toutefois, les personnes effectuant les tests et les assistants qui ne peuvent respecter les règles de distances sont tenues de porter des équipements de protection personnels (masque, gants, lunettes de protection, bonnets) et de respecter les directives Covid-19 du groupe d'intérêt « SIG Functional Diagnostics & Sports Pneumology » de la Société Suisse de Pneumologie (SSP).

Les protocoles individuels des exercices et des degrés d'intensité sont documentés dans le programme d'entraînement et surveillés par les entraîneurs.

Afin d'être prêts en cas d'assouplissement supplémentaire décrété par le Conseil fédéral/l'OFSP, voire en cas de possibilité d'effectuer un entraînement en équipe plus spécifique et requérant des contacts plus étroits, les clubs élaborent de manière proactive des programmes de mise en œuvre à l'attention des institutions en charge. Le présent concept sera adapté en conséquence le cas échéant.

2.5. Responsabilité de la mise en œuvre sur place

L'Office Trainer est responsable du déroulement correct des entraînements, y c. de la mise en œuvre et du respect des mesures de protection susmentionnées. Il désigne les membres de l'équipe du matériel et du staff médical pour l'épauler et délègue des tâches spécifiques. Le directeur sportif et le médecin d'équipe exercent une fonction de contrôle. A cet égard, la particularité de la situation actuelle requiert obligatoirement une communication ouverte et non-bureaucratique ainsi que de la solidarité.



Concept de protection SIHF « SARS-COV-19 »

Les joueurs professionnels de NL et de SL sont appelés à faire preuve de responsabilité individuelle en respectant scrupuleusement les dispositions de protection afin de se protéger eux-mêmes et leurs coéquipiers, ainsi que les membres du staff et le public, d'une propagation du virus. En collaboration avec le staff médical, le directeur sportif des équipes de compétition est en charge d'informer les joueurs du présent concept. Une fois informés, les joueurs confirment respecter les directives spécifiques au club. Chaque joueur doit être conscient des enjeux et de sa responsabilité !

Une déclaration à faire cosigner par l'un des parents est remise aux joueurs mineurs des équipes de compétition de la relève. Elle devra être présentée avant un éventuel entraînement en groupe (responsable de la relève ou entraîneur en charge) -> Annexe 4. Le médecin d'équipe se tient en outre à disposition des parents en cas de questions.

Les sites d'entraînement sont fermés en dehors des heures d'entraînement non contrôlées. Les exceptions doivent être approuvées directement par le directeur sportif et le médecin d'équipe.

2.6. Communication du concept de protection

Le présent Concept de protection pour le hockey sur glace a été remis à l'OFSPPO le 27 avril 2020 pour en confirmer la plausibilité et accepté sans autres conditions le 30 avril 2020.

Suite à l'examen, les documents sont distribués comme suit :

- Par NL & SL Operations : A tous les clubs du Sport d'élite (National League et Swiss League)
- Par la Regio League : A tous les clubs du Sport Espoir et Amateur
- Par les membres de la Direction de la SIHF : A tous les départements internes
- Les clubs doivent obligatoirement transmettre ces documents à leurs fournisseurs d'infrastructure sportive.

En cas d'assouplissements supplémentaires ou autres dispositions décrétés par l'OFSPPO ou les directions cantonales de la santé publique, les concepts de protection peuvent être adaptés et mis à jour périodiquement en collaboration avec la SIHF et NL & SL Operations.