

# Club Nautique Concarnois



## Les gestes simples contre le coronavirus

### Je limite les contacts avec les autres

Je ne serre pas la main



Je n'embrasse pas



Je ne rends pas visite aux personnes malades



Je ne prête pas ma bouteille



### Je me lave les mains avec du savon très souvent



Je peux utiliser un gel désinfectant



### Je tousse ou j'éternue

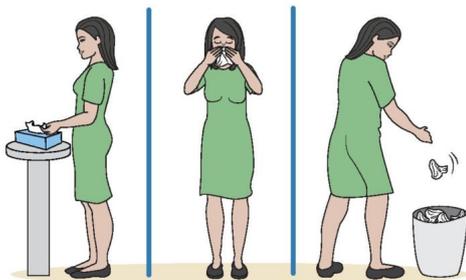
dans mon coude



dans un mouchoir



### J'utilise un mouchoir une seule fois



### Si j'ai de la fièvre, si je tousse, si je respire mal

j'appelle le 15



Pour plus d'informations, j'appelle le 0 800 130 000 ou le 114 pour les malentendants.

Retrouvez la BD complète « Les microbes » sur [www.santebd.org](http://www.santebd.org)

### Où trouver SantéBD ?



ou sur le site internet  
[www.santebd.org](http://www.santebd.org)

### SantéBD a le soutien de :



# Club Nautique Concarnois

Le personnel encadrant (porteur d'un masque à terre) rappelle les gestes barrières et explique les consignes sanitaires que les pratiquants doivent respecter

- Distance > 1 m entre les participants
- Lavage des mains régulier
- Port du masque fortement recommandé jusqu'à l'accès à l'eau puis dès le retour à la terre
- Préciser aux adhérents par un affichage visible le protocole mis en place
  - Respect des gestes barrières,
  - Mesures sanitaires générales pour les pratiquants,
  - Mesures sanitaires suivies par le personnel du CNC ...
- Le port du masque est fortement recommandé mais non obligatoire jusqu'à l'accès à l'eau puis dès le retour à la terre.
- **IMPOSER AUX MEMBRES DU CLUB** de venir avec son propre matériel de pratique (combinaison, lunettes, bonnet ....) Pas de prêt possible, ni d'échange.
- Recommander de suivre des mesures de bon sens :  
Ne pas se présenter à la séance en cas de symptôme, suspicion de symptôme (fièvre > à 37,8°, toux, gêne respiratoire...) ou en cas de contact avec un cas Covid-19 avéré dans les 15 derniers jours et de prévenir votre coach.
- Remettre à chaque membre du club, sous format papier ou par envoi numérique, cette info des mesures mises en place, spécifique au club.
- Pas plus de 10 personnes par séances Coach compris
- Conserver **les mêmes personnes au sein d'un groupe** (pas de changement possible jusqu'au 2 juin inclus). Les responsables des activités devront tenir une liste (datée) des personnes présentes à chaque entraînement.
- Inscription dans l'un des groupes par mail **OBLIGATOIRE** afin de participer aux sessions d'entraînement ainsi qu'à la marche aquatique. **Les fratries feront partie du même groupe.**
- **Pour information le gouvernement encourage les personnes de plus de 70 ans à limiter leur sortie.**

*Nous sommes conscients des contraintes que cela vous impose, mais nous avons besoin de votre implication afin que tout se passe au mieux.*

*A très bientôt*

*Le bureau du CNC*