



27 août 2020

GUIDE DE RETOUR À LA DANSE

VERSION 3 REDUITE RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Sources : version consolidée au 28 août du décret 2020-860 du 10 juillet 2020, Centre National de la Danse (fil d'information du 30-7-2020).

27 août 2020 p. 2 PROTECTION DES PERSONNES : CONSIGNES MINISTÉRIELLES

- *Version réduite spécifique aux cours de danse organisés par L'ArtChange.*
- *Vous pouvez voir le document entier sur la page d'accueil de notre site internet : www.artchange.fr*

Préambule

Pour les personnes ayant contracté le Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le covid-19), ayant été en contact avec des malades confirmés ou en provenance de pays considérés à risque pour la propagation du covid-19, **une consultation médicale s'impose avant la reprise.**

Pour les personnes ayant eu une activité physique très modérée durant le confinement et/ou présentant une pathologie chronique, **il est conseillé de consulter un médecin avant la reprise ou le démarrage d'une activité sportive.**

Pour tous les sportifs, **il est recommandé une reprise progressive de l'activité sportive** en durée et intensité afin de réadapter le corps à l'effort et de limiter les risques d'accident, notamment cardiaque, musculaire ou articulaire, sans oublier l'hydratation habituelle lors de l'effort.

A. Rappel des mesures barrières

- Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydro alcoolique.
- Le port du masque est obligatoire lors de la circulation dans les locaux – entrée et sortie des pratiquants, **mais pas pendant l'activité danse** (détails plus loin).
- **Le port du masque n'est pas obligatoire (entrée/sortie, cours de danse, pause etc...) pour les enfants de moins de 11 ans.**
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement.
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette, téléphones, etc ...) doit être proscrit.
- L'utilisation de matériel personnel est privilégiée.
- A défaut, le matériel commun sera nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation.

B. Arrêter impérativement toute activité physique et consulter rapidement un médecin devant l'apparition de ces signes d'alerte

- Douleur dans la poitrine.
- Essoufflement anormal.
- Palpitations.
- 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°C au repos à distance de l'activité.
- Reprise ou apparition d'une toux sèche.

AMÉNAGEMENT DES ESPACES DE L'ÉTABLISSEMENT

A. L'espace d'accueil

Prévoir la désinfection des mains à l'eau et au savon ou avec du gel hydro alcoolique (produits désinfectants qui répondent à la norme EN14476). Prévoir l'affichage des consignes à respecter.

B. L'organisation et le nettoyage des espaces de l'établissement

Généralités

Les cheminements (couloirs, vestiaires, ...) sont organisés dans le respect des gestes barrières. Nous demandons aux parents qui accompagnent leurs enfants de ne pas rester à l'intérieur une fois l'élève confié au professeur. Aussi nous les remercions d'attendre dehors la fin du cours afin de ne pas avoir trop de monde à l'intérieur, sauf en cas de pluie.

Les locaux sont aérés régulièrement. Une pratique de nettoyage des poignées sera faite.

Les vestiaires

Les vestiaires collectifs sont accessibles dans le strict respect du protocole sanitaire :

- Nous demandons de limiter l'usage des vestiaires au maximum et de venir en tenue de danse si c'est possible.
- Limitation du nombre de personnes présentes simultanément afin de respecter une distanciation physique d'au moins 1 mètre entre chaque personne.
- Port du masque obligatoire pour les personnes de plus de 11 ans.
- Aération des vestiaires après utilisation.
- Contrôle des personnes présentes via la liste des élèves prise au début de chaque cours.
- Toutes les surfaces de contact (banc, chaises, poignées, ...) doivent être désinfectées au moins 2 fois par jour.

Les sanitaires

Mise en place d'essuie-mains en papier à usage unique. Nous demandons de limiter l'usage des sanitaires au maximum.

Les salles de cours

La désinfection du sol et des tapis **si besoin** sera faite après chaque utilisation. Les surfaces de contacts usuelles, les équipements (barres ou autres accessoires) font l'objet d'un nettoyage / d'une désinfection avant et après utilisation.

TENUE ET MATÉRIEL DU DANSEUR OU DE LA DANSEUSE

Chaque danseur et danseuse doit venir muni de son propre matériel : bouteille d'eau avec nom dessus, serviette, tapis Pilates/yoga... et de sa propre tenue dans un sac spécifique fermé.

Tout matériel servant à l'activité doit être personnel et tout matériel collectif devra être systématiquement désinfecté après utilisation.

Tout changement de tenue et/ou de chaussures doit être effectué avant d'entrer dans la salle du cours de danse.

DANSER : RESPECT DES MESURES SANITAIRES

En début de séance : transmission par l'encadrant des consignes à respecter. **Pas de limitation de l'effectif dans le cours, dans le respect des distanciations physiques.**

Accueil des cours dans une salle ERP de type R (structure d'enseignement artistique particulier) : **la distance est réduite à 1 mètre.**

LES SPÉCIFICITÉS

Duos / Groupes : si, par nature même, la pratique de l'activité dansée nécessite un contact (pas de deux, portés, travail d'improvisation, danse contact), la règle de distanciation physique ne s'applique pas.

Port du masque pour les pratiquants : le port du masque n'est pas obligatoire lors de la pratique des activités physiques. Toutefois, lorsque le contact est nécessaire à la pratique d'une activité dansée par sa nature même et que la règle de la distanciation physique n'est pas applicable, nous conseillons le port du masque respiratoire par chaque pratiquant, notamment lorsqu'il y a nécessité de changement de partenaire.

Port du masque pour l'enseignant : le masque doit être porté systématiquement dès lors que les règles de distanciation ne peuvent être garanties.

Hygiène des mains : une désinfection régulière des mains sera effectuée tout au long de la pratique de l'activité physique dansée lorsque le contact est nécessaire, surtout s'il y a nécessité de changement de partenaire. Dans ce cas, cette désinfection des mains à l'aide d'une solution hydro alcoolique pourra être conseillée entre chaque changement.