



Fédération Luxembourgeoise de Football

Recommandations de reprise Covid-19

Mesdames, Messieurs,

Suite à la conférence de presse donnée par Monsieur Dan KERSCH, notre Ministre des Sports, concernant les mesures de sortie graduelle de l'état de confinement dans le domaine du sport, en date du 08.05.2020, la Fédération Luxembourgeoise de Football propose à ses clubs le présent document qui reprend les règles à respecter pour toute activité sportive en plein air, ainsi que quelques recommandations.

Il va de soi, qu'étant donné la situation sanitaire dans laquelle se trouve le pays et afin de respecter le travail fourni depuis des semaines par les pouvoirs publics, tout le personnel hospitalier, ainsi que bon nombre de nos concitoyens, cette reprise ne pourra se faire que dans un total respect des mesures en vigueur.

Par conséquent, nous vous prions, joueurs, parents, entraîneurs et dirigeants de bien vouloir prendre, scrupuleusement, connaissance du présent document et de respecter à la lettre les consignes et recommandations y énumérées.

Pour que nous puissions retrouver la pratique normale de notre sport aussi rapidement que possible, restons disciplinés !

Salutations sportives.



Informations générales

Les activités sportives en plein air sont autorisées, sous réserve de l'ouverture des infrastructures sportives par le propriétaire. *Des conditions de sécurité, de distanciellement et d'hygiène appropriées sont à respecter dont notamment :*

1° absence de toute activité à caractère compétitif ;

2° activités sans public ;

3° fermeture des douches et vestiaires.

S'y ajoute pour les activités sportives qui se déroulent dans le cadre d'une fédération agréée, le respect des distances interpersonnelles adaptées à la discipline sportive et des impératifs de santé publique.

- Sont autorisés des groupes de maximum vingt personnes, entraîneurs inclus.
- Les séances d'entraînement proposées doivent rester facultatives.

- Le transport des joueurs est à charge des parents, la pratique du covoiturage n'étant pas recommandée.
- Les douches et les vestiaires restent fermés.
- Il est recommandé d'installer des zones de désinfection aux abords du ou des terrains.
- L'accès au complexe d'entraînement est interdit à toute personne non autorisée (parents, accompagnants...).



Avant l'entraînement

- Les joueurs contrôlent leur température et surveillent la manifestation d'éventuels symptômes (voir information en fin de document).
- En cas de doute, ils ne se rendent pas à l'entraînement et en informent leur entraîneur.
- Les joueurs arrivent au terrain prêt à s'entraîner.
- Le contenu du sac d'entraînement de chaque joueur :
 - Chaussures de football et gants pour les gardiens ;
 - Bouteille d'eau ;
 - Bouteille d'eau supplémentaire pour les gardiens (humidification des gants) ;
 - Serviette ;
 - Pull-over ou survêtement pour après l'entraînement ;
 - Masque de protection de rechange.
- Le ou les entraîneurs désinfectent les ballons, ainsi que tout matériel utilisé pour l'entraînement, avant l'entraînement.



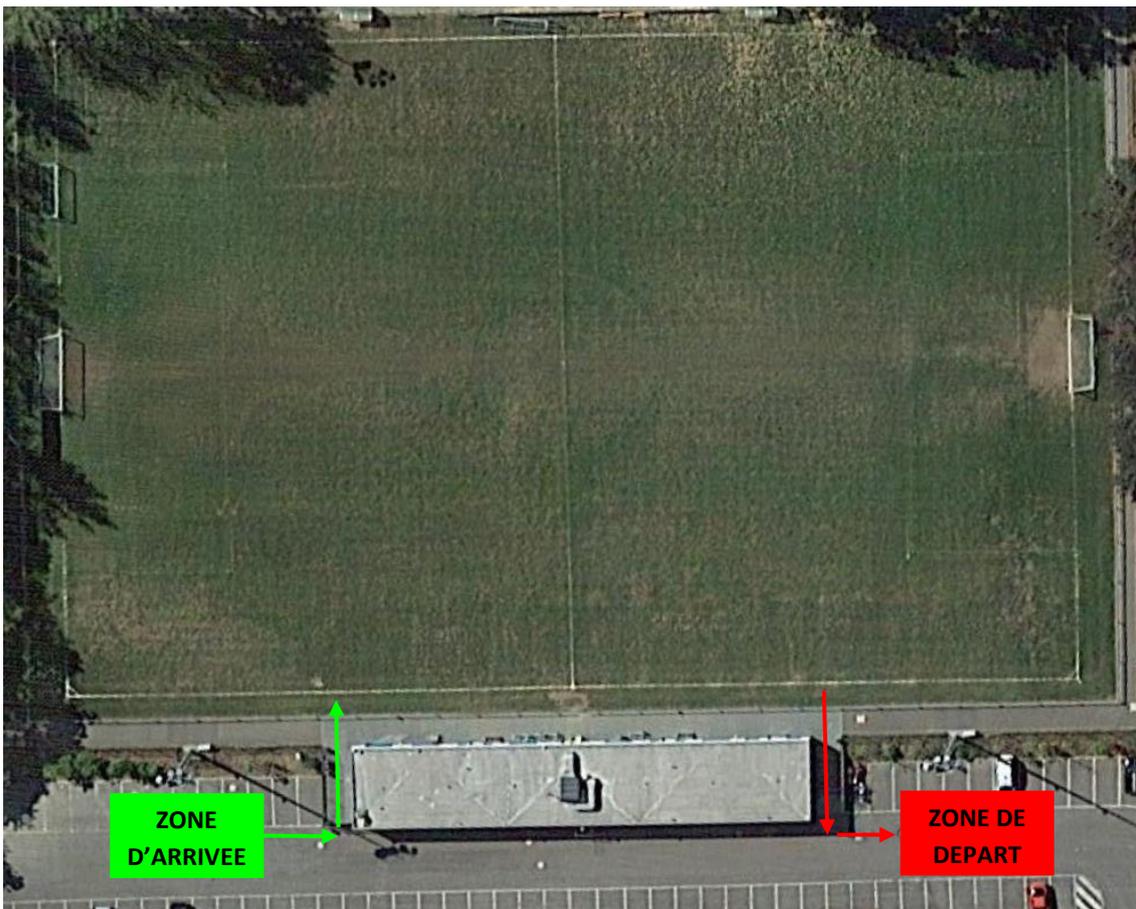
Pendant l'entraînement

- Le contenu des séances se limite aux aspects techniques, athlétiques et dans le domaine des automatismes, du moment que la distance interpersonnelle minimale de deux mètres est respectée.
- Les joueurs ne touchent pas le matériel d'entraînement pendant la séance.



Arrivées, départs et sens de circulation

- Le jeu de tête est interdit en toute circonstance.
- Les gardiens humidifient leurs gants au moyen de la bouteille d'eau prévue à cet effet.
- Les jeux réduits sont interdits, ainsi que tout contact.
- A la fin de l'entraînement, les joueurs se préparent au départ, en mettant notamment leur masque de protection.
- Désinfection des mains aux zones de désinfection, joueurs et entraîneurs.
- Le matériel d'entraînement et les ballons sont désinfectés par le ou les entraîneurs et rangés.
- Dans la mesure du possible, si le complexe le permet en ayant deux entrées/sorties, aménager une zone d'arrivée et une zone de départ.
- A l'intérieur du complexe, veiller à instaurer un sens de circulation unique, afin que les joueurs/entraîneurs se croisent le moins possible.



- Veiller à ce que deux séances qui se suivent soient, au minimum, espacées d'une demi-heure, afin d'éviter que les joueurs se croisent.
- Les joueurs portent un masque de protection et respectent la distance de sécurité interpersonnelle d'au moins deux mètres, lors de tout déplacement ~~en dehors du terrain, ainsi que du parking jusqu'au terrain d'entraînement.~~

PHASE 2

QU'EST-CE LA PHASE 2 DU DÉCONFINEMENT ?

Suivant la première phase visant essentiellement à réactiver le secteur de la construction, la phase 2 du déconfinement propose des nouvelles mesures de **sortie graduelle de l'état de confinement, sous réserve du strict respect des mesures sanitaires et des gestes barrières, à partir du 11 mai.**

Ainsi, les activités suivantes sont à nouveau autorisées :

#BleiftDoheem

Le **confinement** (#BleiftDoheem) n'est plus une obligation légale, mais reste toujours recommandé.



Les **visites ou rencontres à caractère privé** organisées à domicile pour un nombre maximal de six personnes s'ajoutant aux personnes vivant déjà au même foyer, dans le strict respect des conditions sanitaires (distance interpersonnelle de 2m / port de masque).



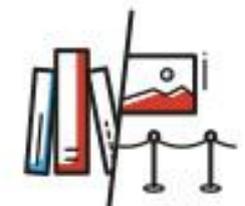
Activités sportives en plein air sans contact physique, non compétitives et sans public. Les piscines publiques restent fermées.



Les **regroupements en plein air** dans un lieu public pour un nombre maximal de vingt personnes, dans le strict respect des conditions sanitaires (distance interpersonnelle de 2m / port de masque).



Ré-ouverture des commerces (sauf exceptions).



Ré-ouverture des archives nationales, des bibliothèques publiques, musées, centres d'exposition.

QUELS SONT LES BONS RÉFLEXES À ADOPTER ?

Le succès du déconfinement repose sur 3 principes clés : **la responsabilité personnelle, la solidarité envers les autres et la discipline.**



Soyez responsables !

Même si le confinement (#BleiftDoheem) n'est plus une obligation légale, il reste pourtant recommandé de **limiter ses contacts interpersonnels et ses déplacements au nécessaire.**

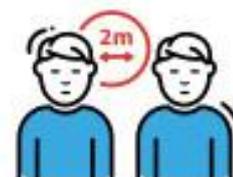
Ceci reste la meilleure manière de protéger vous et ceux qui vous sont chers.



Soyez solidaires !

Le masque ne vous protège que de manière limitée contre une infection, mais **votre masque protège ceux qui sont autour de vous.** Ainsi, vous aidez à limiter la propagation du virus dans la population. Pensez à protéger surtout les personnes vulnérables.

#PasSansMonMasque



Soyez discipliné(e)s !

La responsabilité personnelle et la solidarité envers vos concitoyens sont des gestes barrières additionnels.

N'oubliez pas les gestes barrières traditionnels : se laver ou désinfecter les mains, garder une distance interpersonnelle de 2m, etc.

Pour plus d'informations: www.covid19.lu

CORONAVIRUS COVID-19



Le port d'un masque ou de tout autre dispositif permettant de recouvrir le nez et la bouche est recommandé pour tout déplacement à l'extérieur.

Lavez votre masque en tissu tous les jours et à une température de 60° minimum.

MODE UTILISATION MASQUES:



- Positionnez le masque de manière à ce qu'il couvre la bouche et le nez. Fixez-le soigneusement afin de limiter l'apparition d'ouvertures entre le visage et le masque.
- Évitez de toucher votre masque pendant la durée du port.
- Lorsque vous enlevez le masque, ne touchez pas la partie avant.
- Après avoir touché ou enlevé le masque, lavez les mains soigneusement.



Le port de masque est utilisé en complément aux autres gestes barrière. Il pourra ainsi aider à éviter la transmission du virus par les personnes qui sont porteuses du virus sans le savoir et contribuera à ralentir la propagation du virus.

COMMENT SE PROTÉGER ?



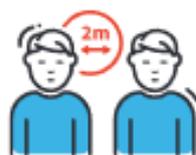
Lavez-vous régulièrement et correctement les mains à l'eau et au savon.



Toussez ou éternuez dans le pli du coude ou un mouchoir en papier.



Évitez de serrer des mains ou de faire la bise.



Évitez les contacts proches avec autres personnes.



#BleiftDoheem
Si possible, restez à la maison.



Évitez de toucher votre visage avec vos mains.



Soyez respectueux : ne jetez pas vos masques et gants n'importe où !

Démonstration masques et plus d'infos:
www.covid19.lu/demo-masques

LE LAVAGE DES MAINS - COMMENT ?

Lavez-vous les mains à l'eau et au savon, surtout si elles sont visiblement sales.



Durée de la procédure:
40-60 secondes

1



Mouiller les mains abondamment.

2



Appliquer suffisamment de savon pour recouvrir toutes les surfaces des mains et frictionner.

3



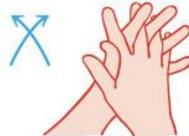
Paume contre paume par mouvement de rotation.

4



Le dos de la main gauche avec un mouvement d'avant en arrière exercé par la paume droite et vice versa.

5



Les espaces interdigitaux paume contre paume, doigts entrelacés, en exerçant un mouvement d'avant en arrière.

6



Les dos des doigts en les tenant dans la paume des mains opposées avec un mouvement d'aller-retour latéral.

7



Le pouce de la main gauche par rotation dans la paume renfermée de la main droite et vice versa.

8



La pulpe des doigts de la main droite par rotation contre la paume de la main gauche et vice versa.

9



Rincer les mains à l'eau.

10



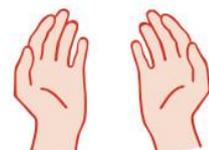
Sécher soigneusement les mains avec une serviette à usage unique.

11



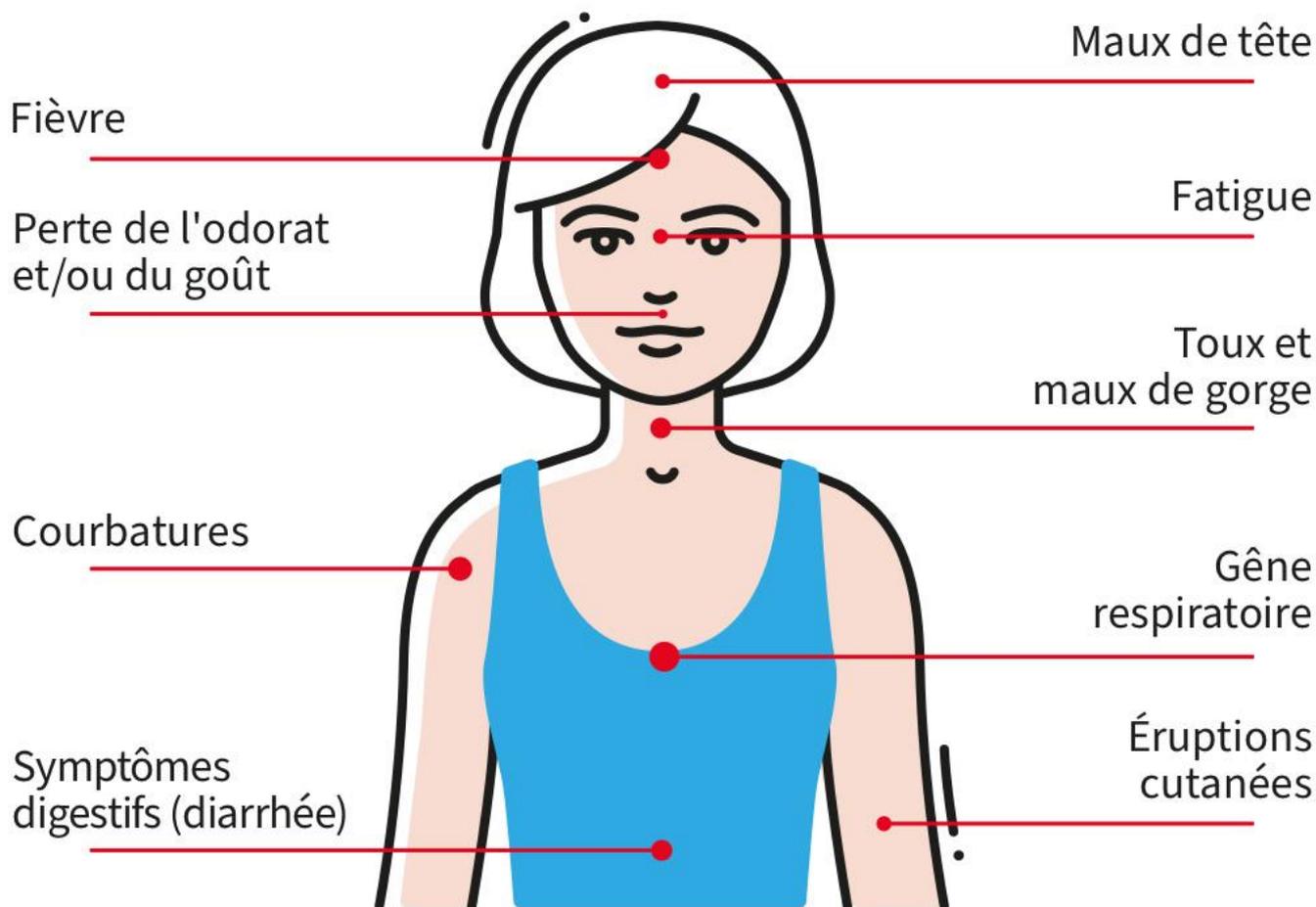
Fermer le robinet à l'aide de la serviette.

12



Vos mains sont propres.

SYMPTÔMES ÉPROUVÉS COVID-19



GRASSROOTS
Fussball fir jiddereen

#RoudeLéiwHuelEn

#BleiftStaark

#BleiftGesond

#BleiftAktiv



Contacts :

Fédération Luxembourgeoise de Football : felix.meyer@football.lu

Ministère des Sports : info@sp.etat.lu