



Document de réflexion et d'expertise
concernant la reprise éventuelle des
pratiques aquatiques et subaquatiques
au sein des structures professionnelles
ou associatives affiliées à la FMAS en
période épidémique et post
épidémique de COvId-19

Résumé de la réunion qui s'est tenue le 20 avril 2020 concernant la reprise éventuelle de la pratique de la plongée scaphandre et de l'apnée profonde au sein d'une structure professionnelle ou associative en période épidémique et post épidémique de COvId-19.

La Fédération Monégasque des Activités Subaquatiques (FMAS) est la structure officielle délégataire en terme de gestion de la plongée loisir en Principauté.

Organisme de conseil auprès du gouvernement monégasque, la FMAS a pour rôle de proposer ainsi que de faire appliquer la réglementation monégasque (Ordonnances Souveraines, règlements fédéraux etc...) en terme de pratique de loisir des activités subaquatiques. Sont entendues par activités subaquatiques toutes les activités d'enseignement et d'encadrement assurées par les structures associatives, semi-professionnelles et professionnelles affiliées à la FMAS et qui comprennent : la plongée avec scaphandre, la plongée sans scaphandre, la randonnée palmée, le sauvetage aquatique, le sauvetage subaquatique et toutes activités y relatives.

Ce document a pour vocation, dans un premier temps, d'établir un état des lieux concernant les problématiques que pose la pandémie COVID-19 afin de fournir à l'état monégasque son expertise quant à la reprise des activités fédérales suivant de nouvelles règles (sanitaires, fonctionnelles, pédagogiques et didactiques).

Dans un deuxième temps, ce document, à destination de toutes les structures fédérales affiliées, a pour but de poser les règles strictes de fonctionnement afin de pouvoir reprendre les activités.

La FMAS est souveraine dans son pays et dans ses eaux territoriales concernant l'application des règlements liés à la pratique des activités qu'elle fédère ainsi que la façon dont sont menés les actes d'enseignement et d'encadrement.

De par son extrême proximité, tant territoriale, que philosophique, que réglementaire avec l'état français et l'organisme qui en son sein, la FFESSM, régit les activités du même type, la FMAS, qui a d'ailleurs toujours agi ainsi, a décidé de renforcer ce lien, tant sur le point du soutien que du fonctionnement en décidant d'adopter le fonctionnement de son homologue français.

Les actions de plongée que mènent la FMAS se déroulent pour la majeure partie sur le territoire français (eaux territoriales).

La réglementation appliquée lors des incursions en territoire français par les structures monégasques est le droit français (code du sport).

La presque totalité des cadres professionnels qui interviennent dans les actes d'enseignement au sein des structures monégasques sont des brevetés d'état français.

Aussi, bien qu'il ait été décidé de produire un document d'expertise visant à la reprise des activités fédérales monégasques pour les structures affiliées, il a aussi été décidé que la FMAS s'alignerait sur les modalités et les choix de la FFESSM en terme de recommandations et de mise en pratique sous réserve que celles-ci soient validées par le comité directeur de la FMAS. Ceci, dans un but d'homogénéité et d'harmonisation des pratiques.

Problématique :

Le COVID-19 est une Affection par Transmission Respiratoire accrue par le contact (les mains).

Un sujet porteur du virus responsable du COVID-19 peut contaminer d'autres personnes par projections de gouttelettes de salive au cours d'éternuement, de toux, en parlant fort, ou par les mains ayant touché une surface contaminée (suivi d'un contact de la main avec la bouche, le nez ou les yeux).

Le virus peut contaminer un sujet en pénétrant par la muqueuse buccale, nasale et peut-être oculaire.

La période de contagiosité pour les tiers n'est pas encore parfaitement définie (2 à 3 semaines minimum, mais peut être jusqu'à 5 semaines).

Cette contagion est majorée dans les espaces confinés.

Il y a une rémanence importante du virus sur les matériaux.

On sait que l'on se débarrasse du virus avec des **liquides virucides (EN 14476)**

On sait que l'on se protège du virus par le **port de gants et de masques.**

Actuellement, les Recommandation de la Société Européenne de Plongée sont :

« Suspendre toutes les activités loisirs de plongée scaphandre (MED SUD HYP) pendant la durée de l'épidémie ».

Justification :

- La pratique de la plongée scaphandre de loisir ou professionnelle augmente le risque d'accidents et d'un besoin de devoir utiliser un service de caisson Hyperbare.
- Comme les caissons hyperbares sont réquisitionnés pour les cas de COVID-19, on supprime la plongée de loisir et professionnelle pour ne pas prendre de place dans les caissons durant la période de confinement.

- 1) Monaco est enclavé par l'Etat Français et doit se référer à la loi française en matière de pratique des activités subaquatiques
- 2) La préfecture maritime ne permet pas l'accès en mer durant la période de confinement

Dans le cas d'une reprise éventuelle de la pratique de la plongée scaphandre et de l'apnée profonde au sein d'une structure professionnelle ou associative il est important de considérer que :

Afin d'être prêts quand la reprise sera possible à Monaco et dans notre région toute entière, il va falloir permettre une meilleure efficacité de pratique dans des conditions optimales d'hygiène et de sécurité et pour le personnel encadrant ainsi que pour les pratiquants. Nous avons conscience qu'il va falloir s'adapter de longs mois et peut être plus avec de nouveaux comportements sanitaires.

Aussi, ce document nous a permis de réfléchir aux procédures appropriées à mettre en place dans nos centres d'activités subaquatiques. Il est certain que la location du matériel, l'enseignement de la plongée et les grands groupes posent plus de problèmes que la gestion de personnes autonomes ayant leur propre matériel.

Considérons deux grands groupes :

Notion de « plongeurs autonomes » :

Les clients/membres viennent avec leur propre matériel (peu de risques de transmission du virus par échange de matériel etc....)

Notion de « plongeurs en enseignement » :

Les clients/membres viennent suivre un cours et ont besoin qu'on leur fournisse du matériel de prêt ou de location (risques importants de transmission du virus par échange de matériel, nécessité de proximité etc....)

En parallèle à cela, nous avons défini trois catégories de personnes susceptibles de vouloir plonger au sein des structures fédérales et professionnelles de la principauté.

1/ **Client/membre n'ayant pas présenté un COVID-19** : sujet négatif. Actuellement la plus grande quantité de personne.

2/ **Client/membre ayant présenté un COVID-19 sans notion d'infections** (peu ou pas de symptômes): sujet ayant des anti-corps présents dans le sang (mais avec risque de **présence d'atteintes pulmonaires occultes**).

3/ **Client/membre ayant présenté un COVID-19 avec notion d'infections** (hospitalisation, complications, présences d'atteintes pulmonaires occultes etc...)

Nouvelles pratiques sanitaires pour la reprise des activités aquatiques et subaquatiques FMAS

Considérant que nous enseignons et encadrons dans les domaines des Activités de Pleine Nature, essentiellement en plein air, sur et sous l'eau, il est donc nécessaire de :

Assurer l'information sur les modalités d'accueil et des règles d'hygiène à respecter au sein des structures :

- Création de diverses fiches conseil plastifiées et réalisées par la structure affiliée et validées par la FMAS mentionnant les consignes de base pour chaque poste (lieux définis comme étant « confinés » ou « confinés++ »).
- Affichage à l'entrée des locaux et sur les bateaux, avec rappels des gestes barrières et consignes de distance pour les licenciés, les clients, les pratiquants, ou encadrants *cf : Fiches Fédérales FMAS proposées en annexe*
- Etablissement d'un registre tenu par le chef de centre sur lequel chacun précise à son arrivée qu'il n'est porteur ce jour et dans les 7 jours qui précèdent d'aucun symptôme évocateur de COVID (toux sèche, fièvre, perte du goût ou de l'odorat, douleurs digestives).

Assurer la formation et l'information sur la désinfection stricte des sanitaires, vestiaires, douches, parties communes humides :

- Privilégier l'accueil exclusif des pratiquants à l'extérieur de la structure (limiter les lieux de confinement).
- Nettoyage des locaux, vestiaires clients, vestiaires du personnel, salles de cours **au moins deux fois chaque jour avec le VIRUCIDE EN 14476** ainsi que des lingettes désinfectantes pour le petit matériel. Ce nettoyage inclut aussi poignées de porte, tables de comptoir, bras de fauteuils, dossiers de chaises, ordinateurs, caisses, téléphones, tableurs...

Adaptations concernant les poubelles :

- Utiliser des sacs poubelles normaux (qui se ferment) et ne les remplir qu'au 2/3 avant de les fermer. Une fois les sacs fermés, les mettre dans un autre sac poubelle identique, fermer celui-ci et attendre 24h avant de le mettre dans le « circuit normal » de récolte des ordures ménagères.

Rappel par affichage des consignes sanitaires à l'entrée des toilettes.

(cf Fiches Fédérales FMAS)

Privilégier les douches privatives voir annuler l'accès aux douches privatives.

Supprimer les douches communes.

Adaptations administratives :

- En cas de paiement, privilégier solution du virement ou solution carte bancaire (sans contact de préférence) avec désinfection des touches des boîtiers y relatifs.
- Pour les documents plongée (Carte de niveau, CACI, licence) privilégier un envoi en amont par mail quand cela est possible, sinon présentation à bout de bras en restant à distance de sécurité après désinfection des mains.
- **L'utilisation d'un masque de protection alternatif en tissu lavable (à température 65°C) est très fortement recommandé pour chacun (ou un masque papier à usage unique). Ce masque doit aussi être porté dans les locaux, les bateau, en amont et en aval de l'immersion.**
- Application stricte des gestes barrières (ne pas se serrer les mains, pas d'embrassades, respect d'1m50 de distance au moins entre chaque personne).

Nouvelles pratiques de désinfection pour la reprise des activités aquatiques et subaquatiques FMAS

Assurer la formation et l'information sur la désinfection stricte du matériel spécifique plongée (détendeurs, tubas, embouts de toutes sortes, masques, inflateurs de gilets) :

- La norme en vigueur actuelle est le VIRUCIDE EN 14476 qui répond à cette action vis-à-vis de ce type de virus SARS-Cov-2.

Assurer la formation et l'information sur la désinfection stricte du matériel de prêt ou de location autre (combinaisons, gilets, palmes, lycras etc....) :

- Former le personnel aux gestes de désinfection du matériel
- Informer les clients/membres et enseigner les gestes de désinfection du matériel
- Séparer le matériel à rincer en deux catégories bien distinctes
- Matériel en contact direct avec les muqueuses **MUK** (masques, tubas, détendeurs, inflateurs de gilets)
- Matériel en contact direct avec la peau **SKIN** (combinaisons, lycras, cagoules, gants, gilets, chaussons, palmes etc...)
- Mettre à disposition 4 bacs de rinçages différents (2 bacs pour le bactéricide, 2 bacs pour le Virucide)

Opérer le rinçage et la désinfection du matériel suivant l'ordre chronologique suivant :

Pour le Matériel MUK

- 1) Plonger le matériel MUK dans le BAC **MUK BACT**, rempli d'une solution à base d'eau et de savon bactéricide
- 2) Plonger ce même matériel MUK dans le BAC **MUK VIR**, rempli d'une solution Virucide de norme EN 14476 durant le temps préconisé selon les normes du fabricant.

Pour le Matériel SKIN

- 1) Plonger le matériel SKIN dans le BAC **SKIN BACT**, rempli d'une solution à base d'eau et de savon bactéricide
- 2) Plonger ce même matériel SKIN dans le BAC **SKIN VIR**, rempli d'une solution Virucide de norme EN 14476 durant le temps préconisé selon les normes du fabricant.
- Après la désinfection, le matériel doit être mis à sécher. Prévoir un turn-over d'attente de 24 heures ou l'individualisation du prêt de matériel pour la totalité du cours (heure, demi-journée, journée, week end, semaine, stage....)

Adaptations Fonctionnelles préconisées **(cf fiches fédérales FMAS)**

Adaptations de fonctionnements usuels

- Nettoyage des mains à l'entrée du local et à la sortie, avec un flacon de gel ou de liquide hydro-alcoolique mis à disposition par la structure.
- Mise à disposition sur le bateau d'un flacon de gel ou de liquide hydro-alcoolique.
- Port de masques pour tous (fournis obligatoirement par la structure pour le personnel uniquement).

Adaptations de fonctionnement en terme de mise à disposition de matériel pédagogique dans la pratique des activités aquatiques et subaquatiques et annexes à celle-ci

- Dans le cas de prêt ou de location de matériel, mettre à disposition celui-ci de façon exclusive pour la totalité de la durée du cours (heure, journée, week end, semaine) en prenant soin d'étiqueter ou d'identifier le matériel et l'utilisateur.
- Fournir à chaque client/membre un matériel exclusif et à usage uniquement personnel (PMT, combinaisons, gilet, détendeur, bouées, bouts (cours de matelotage) etc....).
- Faire connaître puis respecter les procédures de désinfection personnelles par la totalité des clients/membres en leur indiquant le protocole défini en annexe et en indiquant où se trouvent les fiches techniques fédérales.

Adaptations de fonctionnement en terme de transport maritime

- Nécessité de respecter une distance de sécurité en imposant une réduction de 20% de la capacité sur chaque embarcation.
- Imposer la présence d'une seule personne à la fois dans la cabine de pilotage.
- Repenser le rangement et le stockage des affaires personnelles à bord des bateaux (mise en place de moyens (box) de stockage individuels).

Adaptations de fonctionnement en terme de pratique des activités aquatiques et subaquatiques

- Abolir la technique de cracher dans son masque et mettre à disposition un produit antibuée ou du liquide vaisselle par la structure.
- Remonter à l'échelle en gardant le masque sur le visage et l'embout en bouche.
- Une fois l'activité effectuée, et que les clients sont remontés à bord, s'assurer que chacun d'eux désinfecte personnellement son matériel avec la solution prévue à cet effet, mise à disposition par la structure, puis range son matériel dans sa box de stockage. Est entendu par matériel PMT, détendeurs, palmes, bouées etc...
- Pour l'hydratation avant et après plongée, ne sont autorisées que des bouteilles personnelles à usage uniquement personnel (gourde personnelles, bouteille d'eau personnelle etc...).
- Fournir un masque chirurgical en "papier" à chaque plongeur à son arrivée au club à utiliser une fois équipé ainsi qu'un autre à la sortie de l'eau lorsqu'il est remonté sur le bateau à conserver jusqu'à ce qu'il se soit ré-habillé pour quitter le club en récupérant son masque personnel.

Adaptations de fonctionnement en terme de nettoyage des embarcations :

- Nettoyage avec un VIRUCIDE EN 14476 de la totalité de l'embarcation AVANT, PENDANT, ET APRES la plongée, en prenant bien soin aussi de ne pas rejeter le VIRUCIDE à la mer. Importance d'insister sur tous les endroits où les mains sont amenées à se poser pour saisir et s'agripper (mains courantes, poignées, échelles etc.)...

Adaptations en terme de pratique des activités Subaquatiques de loisir :

- Du fait du risque accru du manque de disponibilité des centres hyperbares et des services de secours en cas d'accidents de plongée.
- Du fait des inconnues médicales pour la reprise plongée de celles et ceux qui ont eu la maladie Covid 19.
- Du fait des inconnues médicales pour la pratique de la plongée de celles et ceux qui sont porteurs asymptomatiques.

Adaptations en terme de gestion d'un accident de plongée :

Prévoir, pour le secouriste, un masque ffp2, une paire de lunettes de protection et des gants à usage unique avec le kit d'O2.

Arbre décisionnel proposé par la Commission Médicale permettant la pratique de la Plongée Scaphandre et de l'Apnée Profonde au sein des structures affiliées à la FMAS

La Fédération Monégasque d'Activités Subaquatique préconise :

La reprise de la pratique de la plongée scaphandre et des activités aquatiques et subaquatiques au **samedi 30 mai 2020** suivant un mode de fonctionnement le moins accidentogène possible et en privilégiant :

- **Les immersions dans la courbe de sécurité**
- **Les actes de formation et d'enseignement dans la zone des -40m au maximum**
- **La majoration de paliers de décompression (paliers de sécurité inclus)**
- **L'utilisation de mélanges hyper-oxygénés (Nitrox)**
- **La limitation du nombre de plongées par jour par sujet**
- **L'interdiction de pratiques pédagogiques accidentogènes (remontées assistées, entraînement au sauvetage etc...)**

Justification :

On considère deux types de tests :

- *Test PCR : prélèvement nasal pour rechercher le virus lui-même*
- *Test sérologique : on prélève une goutte de sang et on analyse pour vérifier la présence ou non d'anticorps*

On classifie trois populations :

1/ Cas d'un patient n'ayant pas présenté un COVID-19 : sujet négatif. Actuellement la plus grande quantité de personnes.

*2/ Cas d'un patient ayant présenté un COVID-19 sans notion d'infections (peu ou pas de symptômes): sujet ayant des anticorps présents dans le sang (mais avec risque de **présence d'atteintes pulmonaires occultes**).*

3/ Cas d'un patient ayant présenté un COVID-19 avec notion d'infections (hospitalisation etc...)

Arbre décisionnel proposé par la Commission Médicale permettant la pratique de la Plongée Scaphandre et de l'Apnée Profonde au sein des structures affiliées à la FMAS

Conduite à tenir avant délivrance d'un Certificat Médical de Non Contre-Indication à la Pratique de la Plongée par un médecin du sport, un médecin hyperbare ou un médecin fédéral.

Ce certificat étant valide pour une période variable en fonction du statut COVID, il devra dater de moins de 3 semaines avant la pratique de la plongée.

1/ Cas d'un patient ayant présenté un COVID-19 avec notion d'infections :

- Faire pratiquer un PCR pour recherche du virus
- Faire pratiquer un test sérologique pour vérifier les statut igG
- Faire pratiquer un scanner thoracique pour vérifier guérison

—————> délivrance d'un **CMNCIPP** d'une validité de 1 an dans le cas où le patient est cliniquement guéri.

—————> délivrance d'un **CMCIPP** temporaire avec nécessité de repasser une visite médicale au bout de 6 mois si présence d'atteintes pulmonaires occultes.

—————> délivrance d'un **CMCIPP** définitif suivant l'état clinique du patient (séquelles pulmonaires irréversibles etc.....)

2/ Cas d'un patient ayant présenté un COVID-19 sans notion d'infection :

- Faire pratiquer un PCR pour recherche du virus
- Faire pratiquer un test sérologique pour vérifier les statut igG
- Faire pratiquer un scanner thoracique pour dépister des atteintes occultes éventuelles

soit —————> délivrance d'un **CMNCIPP** d'une validité de 1 an dans le cas où le patient est cliniquement guéri

soit —————> délivrance d'un **CMCIPP** temporaire avec nécessité de repasser une visite médicale au bout de 3 mois si présence d'atteintes pulmonaires occultes.

soit —————> délivrance d'un **CMCIPP** définitif suivant l'état clinique du patient (séquelles pulmonaires irréversibles etc.....)

3/ Cas d'un patient n'ayant pas présenté un COVID-19 :

- Faire pratiquer un PCR pour recherche du virus
- Faire pratiquer un test sérologique pour vérifier les statut igG

Si test sérologique igG de moins de 3 semaines négatif :

—————> délivrance d'un **CMNCIPP** d'une validité de 3 mois

Dans tous les cas, fournir obligatoirement un CMNCIPP pour toute pratique d'Activités Aquatiques et Subaquatiques.

Exemple de fiches sanitaires à afficher dans les locaux (fiches fédérales mise à disposition des structures affiliées pour personnalisation)



**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**

VESTIAIRES MONITEURS 

-  Désinfection des mains en entrant et en sortant avec une solution hydroalcoolique
-  Port du masque obligatoire dans le vestiaire
-  Prévoir une arrivée et un départ différés des moniteurs pour permettre à chacun de se changer individuellement dans le vestiaire
-  Vêtements de travail à usage unique. Vêtements personnels rangés dans les placards individuels
-  Nettoyage après votre passage de toutes les surfaces et de tous les équipements en contact avec les mains

 **AERER AU MAXIMUM LA PIECE DURANT LA JOURNEE**







**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**

ACCUEIL 

-  Désinfection des mains en entrant et en sortant avec une solution hydroalcoolique
-  Port du masque obligatoire à l'accueil
-  Respect de la matérialisation des distances au sol au niveau du comptoir d'accueil
-  Utilisation de stylo à usage unique / personnel

 **PRIVILEGIEZ L'INSCRIPTION ET LE PAIEMENT EN LIGNE
RESPECT DES 1 METRE MINIMUM A TABLE**







**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**

SALLE DE COURS 

-  Désinfection des mains en entrant et en sortant avec une solution hydroalcoolique
-  Port du masque obligatoire dans la salle de cours
-  Respect du sens de circulation indiqué par les flèches
-  Respect de la distance de sécurité d'1 mètre entre chaque chaise

 **NE PAS DEPLACER LES CHAISES
MERCI DE VOTRE COMPREHENSION**







**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**

INFIRMERIE 

-  Désinfection des mains en entrant et en sortant avec une solution hydroalcoolique
-  Port du masque FFP2, de gants et de lunettes de protection pour le secouriste. Port du masque pour la victime
-  2 personnes maximum dans l'infirmerie : 1 secouriste + 1 victime
-  Nettoyage de toutes les surfaces et de tous les équipements en contact avec les mains du secouriste et de la victime

 **SI POSSIBLE, LAISSER LA PORTE D'ACCES OUVERTE**





Exemple de fiches sanitaires à afficher dans les locaux (fiches fédérales mise à disposition des structures affiliées pour personnalisation)


**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**

SALLE DE MUSCULATION 



Désinfection des mains en entrant et en sortant avec une solution hydroalcoolique



3 personnes maximum dans la salle de musculation - Respect de la distance de sécurité de 1 mètre entre chaque personne



Nettoyage de tous les appareils de musculation et de tous les équipements sportifs en contact avec les mains après chaque utilisation



Utilisation de bouteilles d'eau individuelles et identifiées

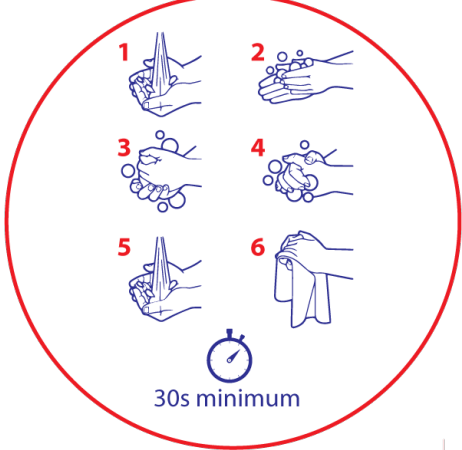
 **SI POSSIBLE, LAISSER LA PORTE D'ACCES OUVERTE AINSI QUE LES FENETRES**






**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**

**PROCEDURE DE NETTOYAGE
DES MAINS** 



30s minimum






**CONSIGNES SANITAIRES A RESPECTER
COVID-19**



