

# A tous les joueurs et joueuses du Club

## HERBADILLA Basket



**Si je remarque que mon nez coule, que j'ai mal à la gorge, si je tousse, si j'ai de la fièvre, des courbatures ou que mes parents ou mes frères et sœurs ressentent la même chose je ne viens pas à l'entraînement ou au match et je préviens mon entraîneur.**

### **Pour mon entraînement, je dois emmener :**

- Un masque avec une petite pochette pour le ranger
- Une bouteille d'eau avec mon nom dessus que je ne dois pas prêter à quelqu'un d'autre
- Ma chasuble propre
- Mes baskets

### **LE JOUR DE MON ENTRAÎNEMENT :**

- Je dois venir à l'entraînement avec mon masque, il doit couvrir mon nez et ma bouche. Je dois arriver en tenue de basket car les vestiaires ne sont pas ouverts.
- Je dois rentrer dans la salle par la porte d'entrée en suivant les flèches au sol pour éviter de croiser d'autres personnes.
- Je me lave les mains avec la solution hydroalcoolique à disposition à l'entrée et je frotte bien partout pendant 30 secondes : la paume des mains, le dessus des mains, entre chaque doigt, les ongles et les poignets.
- Je ne sers pas la main et ne fais pas la bise ni à mes coéquipiers, ni à mon entraîneur, ni aux parents présents.
- Je fais attention de laisser une distance de 1m50 avec les autres personnes autour de moi.
- Avant le début de l'entraînement je prends un ballon et je le nettoie avec du désinfectant qui est mis à ma disposition.
- Lorsque la séance d'entraînement commence, je peux enlever mon masque et le mettre dans la petite pochette pour qu'il soit protégé des microbes. Je continue de faire attention à la distance entre mes coéquipiers et moi en dehors des exercices.
- A la fin de l'entraînement je me frotte les mains avec de la solution hydroalcoolique pendant 30 secondes : la paume des mains, le dessus des mains, entre chaque doigt, les ongles et les poignets. Puis je remets mon masque sur mon nez et sur ma bouche.
- Je reprends du désinfectant pour nettoyer mon ballon et le matériel utilisé pendant l'entraînement pour aider mon entraîneur.

- Avant de prendre mes affaires, je me frotte les mains avec de la solution hydroalcoolique pendant 30 secondes : la paumes des mains, le dessus des mains, entre chaque doigt, les ongles et les poignets.
- Je récupère ma chasuble pour la laver à la maison, ma bouteille et le reste de mes affaires.
- Je dois sortir de la salle par la porte de sortie en suivant les flèches indiquées au sol pour éviter de croiser d'autres personnes.

**En cas de non-respect de ces consignes,**  
**l'accès à la salle me sera interdit.**