

# Consignes sanitaires lors des navigations au sein du CNIF

**Dernière mise à jour : 08/10/20**

## Préambule :

Le présent document s'inspire du guide des conseils sanitaires des activités voile de plaisance de la Fédération Française de Voile (version du 14 mai 2020 [http://espaces.ffvoile.fr/media/121485/guide\\_sanitaire\\_activites\\_plaisance-v140520pdf.pdf](http://espaces.ffvoile.fr/media/121485/guide_sanitaire_activites_plaisance-v140520pdf.pdf))

Il vise à établir les règles en vue de la reprise des activités nautiques au sein du CNIF en préservant la santé de tous.

Ces règles sont amenées à évoluer en fonction des décisions gouvernementales et des recommandations d'autres organismes (Glénans, UCPA, FFV...). Ce document est donc voué à progresser.

Ces règles fixent le cadre des conditions sanitaires de navigation sur les voiliers du CNIF.

**Au port, ce sont les règles édictées dans le guide des bonnes pratiques de la fédération des ports qui doivent s'appliquer (Fédération des Ports de Plaisance : <http://www.ffports-plaisance.com/accueil/guide-bonnes-pratiques/>)**

Ces deux documents sont imprimés et rendus disponibles sur nos voiliers.

**La courtoisie et la prudence chères aux bons marins doivent être de mise. Chaque individu doit être responsable de ses actions, pour sa santé et pour celle des autres.**

**Avant d'entreprendre tout embarquement**, il convient de s'auto-évaluer pour mesurer ses propres risques et sa contagiosité éventuelle vis-à-vis des autres membres d'équipage. Pour ce faire, un tableau d'auto-évaluation est joint en annexe. Il est notamment basé sur le tableau d'auto-évaluation de la FVV.

Par ailleurs, quelques jours avant d'embarquer il est nécessaire de respecter impérativement les gestes barrières en particulier lors des événements sociaux (mariage, soirées anniversaire mais également soirées aux Arènes etc...) qui doivent être idéalement évités s'ils ne sont pas indispensables.

## **Accès au bateau :**

Respecter les consignes nationales.

Respecter les consignes locales puis celles de la Capitainerie.

## A l'attention du cdb :

Penser à vérifier le bon fonctionnement du bateau, moteur, communication...

Penser à vérifier la présence et la validité du matériel de sécurité.

## **Préparation de la navigation :**

Privilégier les navigations itinérantes côtières à la journée, éviter les navigations hauturières. En cas de navigation dans les zones anglaises, vérifier les réglementations locales actualisées.

Voici un lien vers la page du gouvernement britannique pour s'informer sur les règles en vigueur concernant l'entrée au Royaume-Uni (en anglais) dans le contexte de la pandémie : <https://www.gov.uk/uk-border-control>

## **Equipements dédiés à l'équipage mis à disposition par le club :**

Le chef de bord doit vérifier que les équipements suivants sont disponibles à bord.

Si un équipement venait à manquer il devra être racheté par le chef de bord qui enverra au trésorier la preuve d'achat pour se faire rembourser par le club.

- 1 boîte de gants à usage unique notamment pour le ménage/désinfection
- 1 boîte de masques chirurgicaux pour équiper un sujet s'il y a suspicion de contamination et pour être en mesure de s'équiper en cas d'intervention des secours. Gel hydro-alcoolique
- Savon à main liquide
- Papier absorbant à usage ménager type sopalin
- Produits nettoyant. Compte-tenu de la situation exceptionnelle, il n'est pas possible d'utiliser les produits ECONAV pour la désinfection. Peuvent être utilisés pour la désinfection de surface : lingettes désinfectantes, désinfectant de surface type Anios ou eau de javel diluée avec des gants à usage unique. Il est nécessaire de vérifier le caractère virucide (et non seulement bactéricide) des lingettes désinfectantes.
- 1 bidon d'eau de 5 l afin de remplir des bouteilles d'eau individuelles et/ou des gourdes individuelles (nous recommandons la gourde, seule mesure econav encore possible en ce moment !). Penser à désinfecter régulièrement le robinet. Éviter l'usage d'un verre
- Thermomètre et pharmacie de bord opérationnelle. Pas de traitement spécifique en cas de covid déclaré : voir plus bas les dispositions à prendre.

Cuisine et toilettes : Savon à main liquide, gants à usage unique, papier absorbant à usage ménager type sopalin, produits liquides désinfectant et lingettes désinfectantes.

Désinfection des ces lieux après chaque usage.

Cockpit et Carré : Bouteilles de gel hydro-alcoolique

**Equipements personnels :**

Chaque personne embarque avec un sac individuel dans lequel il y a :

- Plusieurs masques lavables ou chirurgicaux
- Un sac en plastique pour mettre le masque usagé
- Deux/trois pinces à linge pour faire sécher son masque (nav longue)
- Une paire de lunettes (de vue ou solaires)
- Une bouteille de gel hydro-alcoolique identifiée à son nom
- Des mouchoirs à usage unique
- 1 paire de gants de manœuvres
- Un sac de couchage et un éventuel oreiller
- 1 gourde à son nom

En dehors de leur usage, ces éléments doivent rester stockés dans le sac de chacun qui reste toujours rangé au même endroit. Cet endroit doit être défini dès l'embarquement (cf. plus bas).

**Avitaillement :**

Les cartons sont éliminés sur le ponton et jetés dans les poubelles du port

Lavage des mains systématique sur le ponton après ce type de manipulation.

## **Equipage :**

Les équipages seront limités afin que chaque équipier puisse avoir un espace personnel individuel pour dormir (une couchette individuelle par personne) : 4 personnes

Si l'équipage comporte un binôme de cabine (= 2 personnes prenant la décision de dormir dans la même cabine) il pourra être augmenté d'une personne maximum.

**Chaque équipier devra avoir vérifié, en conscience et responsabilité, qu'il est possible pour lui d'embarquer en remplissant l'auto-questionnaire (annexe).**

**Les personnes ayant une réponse OUI à l'une ou a plusieurs de ces questions s'engagent à renoncer à naviguer et à consulter un médecin au plus vite pour obtenir un certificat médical lui permettant ainsi de voir ses jours perdus reportés.**

**A l'instar du topo sécu, le chef de bord doit rappeler et vérifier la compréhension des mesures barrières dont :**

- Port du masque le plus souvent possible à l'intérieur des voiliers
- Se laver les mains très régulièrement (Mise à disposition de gel hydro-alcoolique et de savon liquide) ;
- Tousser ou éternuer dans son coude ;
- utiliser des mouchoirs à usage unique ;
- Se saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades ;
- Nettoyer quotidiennement les espaces de vie et de repos ; bien les ventiler ;
- Désinfecter quotidiennement les points de contact : poignée de portes, mains courantes, dossiers de sièges dans les carrés et tout autre instrument manipulé par l'équipage ;
- Peuvent être utilisés pour la désinfection de surface : lingettes désinfectantes, désinfectant avec des gants à usage unique.

En cas de signes évocateurs, prendre sa température. Des thermomètres sont mis à disposition sur le voilier (penser à les désinfecter)

Les coordonnées précises (dont téléphone portable) de l'équipage seront reportées sur le Livre de Bord au moment de l'embarquement, dans un objectif de traçabilité.

## **A l'embarquement :**

Ni embrassade, ni accolade, ni serrage de mains. S'il y a contact par inadvertance, se laver immédiatement les mains

Lavage des mains au gel hydro-alcoolique avant de monter à bord

Déposer directement le sac contenant ses affaires personnelles dans un endroit défini, sur le sol. Éviter banquettes, tables, couchettes

Prise de température pour chaque équipier

## **En navigation :**

En équipage, chacun tiendra compte des mesures de distanciation, en particulier pendant les manœuvres.

Les amarrages ou les mouillages à couple d'un autre bateau sont déconseillés. Lavage de mains et usage régulier de gel hydro-alcoolique. Privilégier les distributeurs individuels.

Port des lunettes solaires recommandé

Usage de papier essuie main jetable à côté des points d'eau avec savon de Marseille et sacs poubelles à liens à côté.

Organiser un nettoyage régulier des surfaces et objets partagés (table à cartes, clavier, poignées manivelles, barre...) avec une solution désinfectante virucide.

Bouteille d'eau ou gourde nominative.

Repas pris de préférence côte à côte plutôt que face à face. Privilégier les repas servi à l'assiette et éviter les plats partagés (par exemple bol de cacahuètes commun)

Privilégier le grand air. Une personne à la fois à l'intérieur du bateau. Ou limiter au maximum les regroupements dans le carré (par exemple privilégier les repas dans le cockpit lorsque cela est possible, préparer les navigations à deux maximum...).

Porter le masque le plus souvent possible à l'intérieur des voiliers, en dehors de sa cabine.

Eviter de parler à un équipier situé sous le vent.

Contrôle de température en cas de signes évocateurs.

Le lieu de couchage doit être toujours le même (sac personnel rangé au même endroit). Sac de couchage (et oreiller) personnels.

### **Changement d'équipage :**

Avant le changement d'équipage, le voilier doit être bien ventilé et désinfecté de fond en comble : espaces de vie et de repos ; points de contact : poignée de portes, mains courantes, dossiers de sièges dans les carrés et instruments.

Peuvent être utilisés pour la désinfection de surface : lingettes désinfectantes, désinfectant avec des gants à usage unique.

### **Gestion des problèmes médicaux en mer :**

#### Mal de mer :

- Une seule personne prend en charge le malade. Mettre masque. Lavage des mains ou solution hydro-alcoolique aussi souvent que possible.
- Laver les souillures à grande eau puis désinfecter à l'eau de Javel (également le seau si celui-ci a été utilisé). Stocker les vêtements souillés dans un sac poubelle.
- Faire en sorte que le malade s'installe à distance du reste de l'équipage (à l'extérieur de préférence)

#### Traumatismes :

- La prise en charge doit s'effectuer, si possible, par une seule personne. Mettre masque, gants jetables pour tout acte de soins. Tout matériel utilisé (gants, compresses, ciseaux doit être stocké dans un sac poubelle dédié)

### **Consignes en cas de signes évocateurs d'une contamination COVID (voir questionnaire d'auto évaluation) :**

- Si une température dépasse 37°8 le matin et/ou 38°2 le soir, le déroutement vers le port le plus proche doit être immédiat
- En attendant, la personne suspectée d'être infectée limite au maximum la proximité avec les coéquipiers (l'idéal étant qu'elle soit isolée dans une cabine), porte un masque, ne participe plus aux manœuvres, utilise régulièrement du gel hydro-alcoolique.
- Le chef de bord prend contact avec le CROSS (Canal VHF 16 ou 196 par téléphone), qui établit la relation avec le CCMM (Centre de Consultation Médicales maritimes) pour expliquer la situation et éventuellement préparer l'accueil dans un port (MRCC dans la boucle si port étranger). Le choix des moyens d'intervention peut dépendre de l'état de la personne contaminé et de son aggravation éventuelle, mais également des capacités de navigation du bateau et de l'équipage, de la météo ou des avaries éventuelles.
- Une fois la personne débarquée, désinfection sérieuse de la zone où elle a séjourné.
- Dans ce sens, il est préférable d'éviter les parcours trop éloignés de la terre, pour que le bateau puisse faire escale rapidement dans un port en cas de suspicion de COVID.

Au moindre problème à bord, le chef de bord en avertit le codir et de préférence un membre du bureau (président – trésorier – secrétaire).

## Questionnaire d'auto évaluation Sanitaire

### En période de Coronavirus

Dans les 14 derniers jours, avez-vous été atteint du Covid-19 ? Ou avez-vous eu une forte suspicion d'avoir été contaminé ?		Oui	Non
Avez-vous présenté ou présentez-vous actuellement un ou plusieurs des signes de la liste suivante :		Oui	Non
Signes généraux :	Fièvre, Température >38°	Oui	Non
	Frissons	Oui	Non
	Maux de tête	Oui	Non
	Fatigue persistante inhabituelle	Oui	Non
	Troubles de l'équilibre - chute	Oui	Non
Signes Respiratoires :	Toux	Oui	Non
	Expectoration (crachats)	Oui	Non
	Essoufflement	Oui	Non
Signes ORL :	Maux de gorge	Oui	Non
	Nez bouché	Oui	Non
	Eternuements	Oui	Non
	Anosmie – perte de l'odorat	Oui	Non
	Agueusie – perte du goût	Oui	Non
Signes oculaires :	Conjonctivite	Oui	Non
	Démangeaisons des paupières	Oui	Non
Signes digestifs bas :	Douleurs abdominales	Oui	Non
	Diarrhées	Oui	Non
Signes digestifs hauts :	Nausées	Oui	Non
	Vomissements	Oui	Non
Douleurs :	Musculaires – courbatures	Oui	Non
	Articulaires	Oui	Non
Problèmes de peau	Urticaire	Oui	Non
	Engelures récentes des extrémités	Oui	Non
Avez-vous ressenti d'autres sensations inhabituelles ?		Oui	Non
Avez-vous la sensation d'être déprimé, sans ressort ?		Oui	Non
Avez-vous une modification importante de votre poids (+/- 3 kg) ?		Oui	Non
Etes-vous /avez-vous été en contact ces 14 derniers jours avec une personne diagnostiquée Covid ?		Oui	Non
Etes-vous /avez-vous été en contact avec une personne présentant l'un des signes mentionnés ci-dessus ?		Oui	Non

**Rappel des facteurs de risque :** âge > 65 ans, immunodépression, insuffisance cardiaque, maladie respiratoire chronique, diabète non équilibré.

Dans le cas d'une réponse OUI à l'une ou a plusieurs de ces questions, il est recommandé de sursoir à l'embarquement et de consulter un médecin qui pourra vous proposer un test de dépistage PCR et éventuellement une sérologie.