

**RECOMMANDATIONS SANITAIRES TEMPORAIRES  
DE LA DIRECTION DE LA SANTÉ À L'ATTENTION DES  
ÉTABLISSEMENTS OFFRANT DES ACTIVITÉS  
SPORTIVES ET DES ACTIVITÉS DE  
BIEN-ÊTRE DE TYPE WELLNESS**



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

version du 30/10/2020

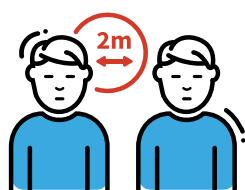
Conformément à l'article L. 312-1 du Code du travail, l'employeur est obligé d'assurer la sécurité et la santé des salariés dans tous les aspects liés au travail et, dans le cadre de ses responsabilités, il est tenu de prendre les mesures nécessaires pour la protection de la sécurité et de la santé des salariés, y compris les activités de prévention des risques professionnels, d'information et de formation ainsi que la mise en place d'une organisation et de moyens nécessaires.

Conformément à l'article L. 313-1 du Code du travail, il incombe à chaque salarié de prendre soin, selon ses possibilités, de sa sécurité et de sa santé ainsi que de celles des autres personnes concernées du fait de ses actes ou de ses omissions au travail, conformément à sa formation et aux instructions de son employeur.

En cas de non-respect des recommandations indiquées ci-dessous, les salariés peuvent contacter le travailleur désigné qui est en charge de la mission de protection des salariés, en son absence le médecin du travail dont dépend leur entreprise et en cas de problèmes persistants la Division de la Santé au Travail et de l'Environnement de la Direction de la Santé sous le numéro : **247-85587**.

*Ces consignes s'adressent à tous les établissements autorisés à offrir des activités sportives et des activités de bien-être de type wellness.*

## GÉNÉRAL : LES GESTES BARRIÈRE À ADOPTER PAR TOUS



- Appliquer les principes de distanciation sociale: les employeurs, salariés et visiteurs sont tenus de respecter une distance d'au moins deux mètres entre eux ;
- Porter un masque en présence de plus de quatre personnes, dans un lieu fermé ou en plein air ;
- Se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon ou le cas échéant utiliser une solution hydro-alcoolique ;
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir ;
- Saluer sans se serrer la main et sans se toucher ;
- Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter dans une poubelle à commande non-manuelle ;
- Dans la mesure du possible, le partage d'effets personnels (bouteilles d'eau ...) est à éviter ;
- Eviter de toucher les cartes d'abonnement des usagers ;
- Utiliser régulièrement une solution hydro-alcoolique après les transactions commerciales ;
- Permettre l'accès à un point d'eau, à du savon et à des serviettes en papier jetables afin que les salariés ainsi que les visiteurs puissent se laver les mains. Si l'employeur se trouve dans l'impossibilité d'offrir un accès à un point d'eau, il

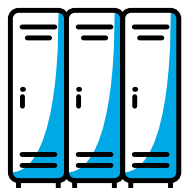
doit fournir des solutions hydro-alcooliques aux salariés ;

- Afficher une méthode efficace pour le lavage de mains comme celle prescrite par l'Organisation mondiale de la santé ([https://www.who.int/gpsc/tools/Five\\_moments/fr](https://www.who.int/gpsc/tools/Five_moments/fr)); des affiches rappelant l'importance de l'hygiène des mains, de l'étiquette respiratoire et de la distanciation sociale devraient être installées aux endroits stratégiques ;
- Réorganiser les postes de travail et répartir les salariés, de telle manière qu'une distance d'au moins deux mètres les sépare ;
- Lorsque possible, privilégier les barrières physiques entre les individus.
  - o Par exemple, si la distanciation de deux mètres entre les personnes n'est pas possible, installer une séparation physique avec un matériau qui peut être nettoyé et désinfecté fréquemment (ex. : panneau d'acrylique de type « Plexiglas » ou analogue) pour protéger les employés et les visiteurs.
  - o Autrement, favoriser des mesures de distanciation sociale, telles que limiter le nombre de visiteurs pour respecter en tout temps la distanciation de deux mètres entre les personnes.



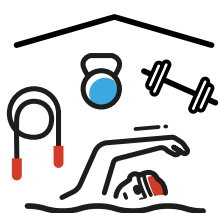
- Garantir que dans les files de personnes une distance d'au moins deux mètres soit respectée entre chaque personne ;
- Éviter tout contact physique entre les salariés et les visiteurs ;
- Éviter, dans la mesure du possible, les échanges de main à main d'argent, cartes bancaires, cartes de fidélité, coupons de réduction, marchandise, etc. ;
- Privilégier le paiement par cartes idéalement sur des terminaux fixes, qui n'ont pas besoin d'être manipulés, et les paiements par téléphones portables ; les paiements en liquide restent toutefois possibles ;
- Pendant les périodes de repas :
  - o Assurer un lavage des mains avant et après le repas ou mettre en place un distributeur de solutions hydro-alcooliques à l'entrée de l'espace où les salariés peuvent prendre leur repas ;
  - o Les salariés peuvent prendre leur repas dans les réfectoires des cantines à condition que chaque table n'accueille qu'un nombre maximal de quatre personnes et que les tables placées côte à côte soient séparées d'une distance d'au moins 1,5 mètre. Le port du masque est obligatoire pour le personnel servant le repas ;
  - o Ne pas échanger tasses, verres, assiettes, ustensiles ; laver la vaisselle à l'eau chaude avec du liquide vaisselle ;
- Organiser les tâches de sorte que les livreurs et fournisseurs puissent déposer les marchandises à l'entrée de l'établissement pour éviter les allers et retours de travailleurs d'autres entreprises dans les locaux ;
- Tenir les opérations de manutention à l'écart des autres aires d'activité de l'entreprise dans la mesure du possible.

## VESTIAIRES ET DOUCHES



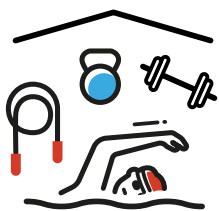
- Il est fortement recommandé de limiter l'accès aux vestiaires et douches à un maximum de 4 personnes présentes simultanément afin de garantir une distanciation de deux mètres entre chaque personne de manière permanente ;
- Le port de masque ne s'applique pas aux personnes faisant utilisation des douches à condition que la distanciation d'au moins deux mètres soit appliquée.

## ACTIVITÉS SPORTIVES



- La pratique de toute activité sportive en groupe de plus de 4 acteurs sportifs est interdite. Les entraîneurs ne sont pas compris dans ce seuil de 4 ;
- Il est fortement recommandé de limiter à 3 groupes de 4 sportifs, les activités simultanées dans un lieu fermé (hall sportif, centre omnisport ou autre) et à 6 groupes de 4 sportifs, les activités simultanées en plein air (terrains de football, piste d'athlétisme en plein air...);
- En présence d'un hall sportif divisible en 3 zones, la limite de 3 groupes de 4, soit 12 sportifs, s'applique par zone. En présence de plusieurs terrains de jeu dans un hall sportif couvert, la limite de 4 s'applique par terrain de jeu.
- Les entraînements et compétitions (championnats) de la division la plus élevée de la discipline sportive respective au niveau senior (hommes/femmes) et des équipes nationales senior (hommes/femmes) de la fédération sportive respective peuvent se dérouler normalement, sans tenir compte du seuil de 4 ;
- Pour toutes les autres catégories (jeunes et seniors de divisions inférieures), la règle des groupes de 4 est d'application ;
- Pendant l'exercice d'une activité sportive (entraînement ou compétition), ni le port de masque, ni les mesures de distanciation ne s'appliquent aux sportifs ;
- Pour le personnel encadrant (entraîneurs...), le port du masque est obligatoire à tout moment, aussi bien dans un lieu fermé qu'en plein air ;
- Un nombre maximal de 100 spectateurs est autorisé lors des activités sportives, sans compter ni les acteurs sportifs, ni leurs encadrants ;
- Les spectateurs doivent se voir assigner des places assises en observant une distance minimale de deux mètres et en portant le masque, ces conditions sont cumulatives;
- L'obligation de se voir assigner des places assises ne s'applique pas aux manifestations sportives, essentiellement en plein air, où le public circule (p.ex. cyclo-cross, cross country...);
- Le partage d'effets personnels (bouteilles d'eau etc.) est à éviter ;
- Toute restauration autour d'une activité sportive (buvettes...) est interdite ;
- Comme la circulation sur la voie publique est interdite entre 23 heures et 6 heures du matin, il y a lieu d'organiser et de planifier les événements et compétitions sportives en fonction, afin de respecter les dispositions relatives au couvre-feu.

## ACTIVITÉS SPORTIVES SUR ÉQUIPEMENTS (DE TYPE FITNESS)



- Les équipements doivent être espacés de telle manière afin que leurs utilisateurs puissent respecter une distance de deux mètres entre eux en tout temps ;
- De manière générale, les cours collectifs "indoor" ne sont pas recommandés en raison du risque de production d'aérosols dans un espace confiné; si des cours sont toutefois organisés, la règle de quatre sportifs s'applique ;
- Après chaque utilisation d'équipements, les équipements doivent être nettoyés moyennant un produit désinfectant.

## PISCINES



- Il est recommandé de limiter la capacité d'accueil des piscines, afin de garantir une distanciation de deux mètres entre chaque personne de manière permanente ;
- En présence d'un bassin de natation de 25 m, il est fortement recommandé de limiter l'accès à 4 nageurs à la fois par couloir. Un bassin de 50 m pourra être divisé en 2 bassins de 25m ;
- Les cours collectifs aquatiques « indoor » ne sont pas recommandés en raison du risque de production d'aérosols dans un espace confiné ;
- Les zones de relaxation intérieures et extérieures seront réaménagées en maintenant une distance minimale de deux mètres entre les transats ;
- Il va de soi qu'en cas de force majeure lorsqu'une personne se trouve en détresse vitale (sauvetage, premiers soins) les règles de protection individuelle et de distanciation ne s'appliquent plus ; au lieu de la pratique du bouche-à-bouche, il est recommandé de privilégier l'utilisation d'un BAVU (Ballon auto-remplisseur à valve unidirectionnel), respectivement d'un insufflateur manuel.

N.B. Aucune étude concernant la survie du SARS-CoV-2 dans l'eau de piscine n'est disponible à l'heure actuelle. L'eau des piscines ne semble pas un lieu propice pour la survie et le développement des virus.

## WELLNESS ET ESPACE BIEN-ÊTRE



Les activités de bien-être de type wellness (sauna, bains à remous, bain turc, jacuzzi etc.) sont autorisées à condition que les principes de distanciation sociale soient appliqués.

## NETTOYAGE DES SURFACES



- Désinfecter le matériel sportif après les activités sportives ;
- Procéder au nettoyage et à la désinfection des sols et des surfaces ainsi que des installations sanitaires et des équipements tel que le prévoit le plan de nettoyage habituel ;
- Nettoyer les espaces de travail, sanitaires, espaces partagés au moins une fois par jour avec un produit d'entretien habituel ;
- Nettoyer les surfaces fréquemment touchées : nettoyer régulièrement avec le produit d'entretien utilisé habituellement, toutes les surfaces touchées par le client ou sa marchandise lors de la transaction (marchandise déposée sur le comptoir, terminal manipulé par le client) ;
- Comme mesure technique préventive, il est recommandé dans les bâtiments fonctionnels qui sont équipés de systèmes de ventilation (VMC) plus anciens, c.-à-d. qui ne fonctionnent pas d'office avec 100% d'air frais, de changer la consigne pour passer à 100% d'air frais (ce changement de consigne est à faire par le technicien de maintenance) ;
- Aérer régulièrement les bureaux, les salles de sport ou autres lieux clos.

## ÉQUIPEMENT DE PROTECTION INDIVIDUELLE



- **Masques:** notons que les masques ou tout autre dispositif permettant de recouvrir le nez et la bouche ne protègent pas le porteur de manière efficace mais protègent les autres personnes des gouttelettes émises par le porteur du masque (toux, éternuement). Si une distance interpersonnelle d'au moins deux mètres ne peut pas être respectée, le port d'un masque ou de tout autre dispositif permettant de recouvrir le nez et la bouche d'une personne physique est recommandé. Il est obligatoire en toutes circonstances pour toutes les activités qui accueillent un public ainsi que lors de tout rassemblement qui met en présence plus de quatre personnes, dans un lieu fermé ou en plein air. Le port ne s'applique pas aux personnes pratiquant un sport pendant l'exercice de l'activité sportive, ni aux personnes faisant utilisation des douches à condition que pour ces dernières la distanciation d'au moins deux mètres soit appliquée. Pour le personnel des établissements sportifs (accueil, caisses, maîtres-nageurs etc.) et le personnel encadrant (entraîneurs...) le port du masque est obligatoire.
- **Solution hydro-alcoolique :** dans la mesure du possible, utiliser des solutions hydro-alcooliques ;
- **Port de gants :** le port de gants risque d'entraîner un faux sentiment de sécurité et la contamination par le contact avec de multiples surfaces sans que les gants ne soient changés. Le port de gants n'élimine pas la nécessité de se laver régulièrement les mains.

## EN PRÉSENCE DE SALARIÉS CONSIDÉRÉS COMME PERSONNES VULNÉRABLES :

Les personnes de plus de 65 ans ou celles qui souffrent déjà d'une des maladies listées ci-après présentent un risque accru de développer des complications sévères. Les maladies concernées sont:



- Le diabète: les diabétiques insulino-dépendants non équilibrés ou présentant des complications secondaires à leur pathologie ;
- Les maladies cardiovasculaires : antécédents cardiovasculaires, hypertension artérielle compliquée, antécédents d'accident vasculaire cérébral ou de coronaropathie, chirurgie cardiaque, insuffisance cardiaque stade NYHA III ou IV ;
- Les maladies chroniques des voies respiratoires : les personnes présentant une pathologie chronique respiratoire susceptible de décompenser lors d'une infection virale ;
- Le cancer : les malades atteints de cancer sous traitement ;
- Les personnes avec une immunodépression congénitale ou acquise :
  - o médicamenteuse : chimiothérapie anticancéreuse, immunosuppresseur, biothérapie et/ou une corticothérapie à dose immunosuppressive,
  - o infection à VIH non contrôlé ou avec des CD4 <200/mm<sup>3</sup>,
  - o consécutive à une greffe d'organe solide ou de cellules souches hématopoïétiques,
  - o liée à une hémopathie maligne en cours de traitement,
  - o les patients présentant une insuffisance rénale chronique dialysée
  - o les malades atteints de cirrhose au stade B ou C de la classification de Child-Pugh.
- Les personnes présentant une obésité morbide (indice de masse corporelle > 40 kg/m<sup>2</sup>) ;
- Les femmes enceintes.

Les salariés considérés comme des personnes vulnérables peuvent travailler, mais leurs employeurs sont tenus de les protéger particulièrement sur le lieu de travail p.ex. en les éloignant le plus possible des autres collaborateurs. L'employeur invite les personnes vulnérables à se manifester auprès de leur médecin du travail pour définir ensemble une solution protégeant au mieux la santé des salariés concernés.

## EN PRÉSENCE DE SALARIÉS PRÉSENTANT DES SYMPTÔMES D'INFECTION



- Appliquer de façon stricte l'exclusion du restaurant des personnes présentant des symptômes d'infection ;
  - o Le salarié doit rester à son domicile. En cas de persistance des symptômes, il doit consulter un médecin par téléconsultation ou, en cas d'urgence, se rendre dans le service d'urgence d'un hôpital ;
  - o L'employeur doit suivre le protocole d'isolement recommandé par la Direction de la santé avant de réintégrer un employé présentant un risque de contagion à son poste de travail.

Si un salarié ou un client commence à ressentir des symptômes sur son lieu de travail, respectivement dans le restaurant, l'employeur doit disposer d'une procédure pour l'isoler dans un local ou lui faire porter un masque chirurgical jusqu'à ce qu'il quitte le lieu de travail pour aller consulter un médecin ;

- Les personnes ayant été en contact étroit (plus de 15 minutes et moins de 2 mètres et sans masque) avec une personne ayant été testée positivement au COVID-19 seront contactées par la Direction de la santé pour être mises en quarantaine pendant la durée de la période d'incubation de la maladie ;
- Les personnes ayant été en contact avec une personne testée positivement au COVID-19 sont prises en charge de la manière suivante :
  - **Exposition à haut risque** (= contact face-à-face pendant plus de 15 minutes et à moins de deux mètres sans port correct de masque OU contact physique direct OU contact dans un environnement fermé avec un cas COVID-19 pendant plus de 15 minutes, sans port correct de masque et sans respecter une distance minimale de deux mètres) : les personnes seront contactées par la Direction de la santé pour être mises en quarantaine pendant 7 jours avec réalisation d'un test de dépistage à partir du 6e jour. En cas de négativité du test, la quarantaine sera levée et la personne continuera une auto-surveillance pendant 7 jours supplémentaires et portera un masque pendant cette période lorsqu'elle sera en contact avec d'autres personnes. Au besoin, un certificat d'arrêt de travail sera délivré par l'Inspection sanitaire. En cas de refus de se soumettre à un test au 6e jour, la durée totale de quarantaine sera de 10 jours. Si la personne présente des symptômes évocateurs d'une infection COVID-19 à n'importe quel moment, elle devra passer en isolement et un test à la recherche du virus sera immédiatement réalisé.
  - **Exposition à faible risque** (= contact face-à-face à moins de deux mètres pendant moins de 15 minutes (avec ou sans masque) ou pendant plus de 15 minutes avec port correct de masque OU contact dans un environnement fermé pendant moins de 15 minutes (avec ou sans masque) ou plus de 15 minutes avec port de masque correct): auto-surveillance pendant 10 jours avec prise de température deux fois par jour et prise en compte d'éventuels symptômes. En cas de symptômes compatibles avec une infection COVID-19, un test à la recherche du virus sera immédiatement réalisé.
- Réintégration de salariés ayant été testés positivement au COVID-19 : le salarié peut réintégrer son poste de travail 10 jours après avoir été testé positivement à condition qu'il ne présente plus de symptômes depuis 48 heures ;
- S'il continue à présenter des symptômes, il doit impérativement consulter son médecin ou un autre médecin via téléconsultation, car il a possiblement des complications de son infection ;
- Il est déconseillé de tester à nouveau les personnes en fin de période d'isolement. Une personne qui a suivi le protocole d'isolement ne présente plus de symptômes depuis 48 heures, elle peut réintégrer son poste de travail peu importe le résultat d'un éventuel deuxième test.