



CONFÉDÉRATION AFRICAINE DE HANDBALL
**RECOMMANDATIONS MÉDICALES POUR LA
REPRISE DES ACTIVITÉS DE HANDBALL**

CONTEXTE ET JUSTIFICATIONS

Depuis plus de 6 mois, la maladie du nouveau Coronavirus a été déclarée pandémie à portée internationale par l'OMS, venant ainsi couper court à toutes les activités de handball de part le monde entier. Ainsi, sur le plan continental, de nombreuses compétitions ont été reportées voire annulées à l'instar du TQO 2020 Dames & Messieurs, du Championnat des Juniors (U20) et de la jeunesse (U18) Masculine et bien de formations des entraîneurs et arbitres.

Avant la pandémie COVID-19, le handball était devenu un jeu très rapide tant sur le plan tactique, physique que technique ; des exigences sur le plan arbitral plus accrues et des techniciens d'encadrement plus que doués. Ces éléments de performance étaient le fruit des années de révolution de règles de jeu et des formations des arbitres, entraîneurs et autres techniciens à la bonne gestion du jeu.

D'après les experts, le virus va certainement continuer de circuler dans les communautés durant une période encore indéterminée mais le niveau d'antan du Handball doit rester intact. Alors, comment reprendre les activités de handball en évitant que ce dernier ne soit un vecteur de transmission du virus ?

Les présentes recommandations ont pour objectifs de scruter les activités ordinaires du handball (formations, entraînements, soins médicaux, matchs,...) dans les différents espaces consacrés (vestiaire, espace d'entraînements et de jeu, salle de réunions...) pour éliminer le maximum de transmission de virus. Elles concerneront donc l'instance faîtière du handball africain et ses fédérations membres comme entités unitaires mais aussi comme organisatrices de compétitions internationales.

Avant la mise en œuvre des présentes recommandations, il serait nécessaire de s'appuyer sur les plans nationaux de riposte contre la COVID-19.



SOMMAIRE



01. RECOMMANDATIONS A LA CAHB

Page 7 - Page 10



02. RECOMMANDATIONS AUX PAYS ORGANISATEURS DE COMPÉTITIONS CAHB

Page 12 - Page 17



03. RECOMMANDATIONS AUX FÉDÉRATIONS MEMBRES

Page 17 - Page 26





I. RECOMMANDATIONS À LA CAHB

Pour la reprise de ses activités lors des compétitions, la CAHB doit exiger de son personnel un test PCR COVID-19 4 jours avant le départ dans une structure agréée par le Gouvernement de ressort (les tests massifs de contrôle seront réalisés avant toute accommodation sur les sites d'hébergement). La CAHB doit formuler à son personnel et experts, les recommandations suivantes :

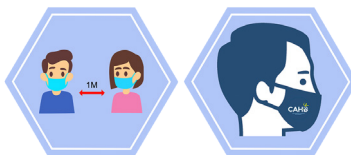
1. Formations, séminaires et réunions

- Favoriser autant que possible les formations et autres assemblées en ligne;



- Pour les réunions physiques, exiger le port du masque, la distanciation sociale et la

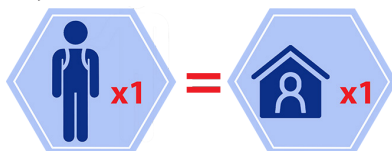
limitation de la durée passée ensemble (**Maximum 45min**);



- Pour les formations théoriques, privilégier la formation en ligne et pour les phases pratiques privilégier la formation de petits groupes (maxi 6 personnes y compris les formateurs) et la limitation du temps (maxi 45min).

2. Hébergement des officiels

- L'hébergement des officiels, y compris des arbitres, doit se faire en chambre single;



- Désinfection 2 fois/semaine de toutes les chambres;



- Proscrire les regroupements de convivialité dans les chambres.

3. Organisation du travail au bureau

- Limiter le nombre de postes de travail à 3 maximum par pièce en considérant le volume de la salle et en prévoyant la distanciation sociale;
- Exiger le port de masques à tous les usagers et au personnel en service;



- Exiger aux usagers l'application des gels hydro alcooliques disposés à l'entrée à chaque espace de travail CAHB;

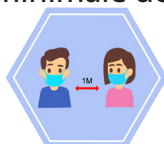


- Désinfecter 1 fois/jour les salles de travail CAHB pendant la compétition ou 1 fois/semaine au siège de la CAHB.



4. Organisation du travail des officiels de table

- Exiger le port de masque (labellisé CAHB) pour tous les officiels sur la table;
- Exiger le matériel de travail personnel (feuilles, sifflet, chrono, stylos, gels hydroalcooliques...);
- Disposer les sièges à une distance minimale de 1m chacun de l'autre;

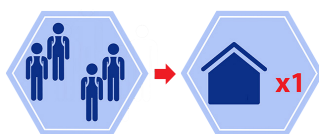


- Exiger les badges à usage unique par match pour les officiels d'équipe;
- Désinfecter les mains après manipulation des cartons verts (TTO).

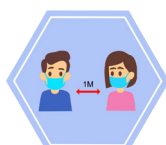


5. Organisation du travail des arbitres

- Limiter la présence des arbitres dans leur vestiaire à 2 paires maximum;



- Proscrire l'usage commun des kits de communication des arbitres ou à défaut permettre aux arbitres de siffler sans kits;
- Exiger le port du masque en absence de travail d'arbitres sur l'aire de jeu;
- Faire respecter la distanciation sociale dans les gradins, les bus de transport et lors des tests physiques des arbitres.



6. Organisation générale des compétitions

La CAHB favorisera autant que possible des schémas de compétitions avec un nombre minimal des équipes pour une durée souhaitée de 07 jours tant que durera la pandémie avec des risques élevés.





II. RECOMMANDATIONS AUX PAYS ORGANISATEURS DE COMPÉTITIONS CAHB

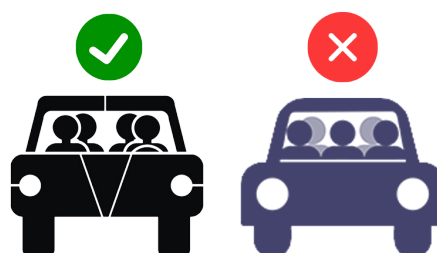
Les pays organisateurs doivent assurer une sécurité permanente autour des officiels CAHB et des délégations en vue d'éviter toute sortie non autorisée ou l'intrusion des visiteurs externes au sein des délégations.

Pour l'hébergement des délégations, les pays organisateurs veilleront à la réquisition des hôtels pouvant abriter une seule catégorie d'athlètes (Dames ou Messieurs) sans toute autre forme de clientèle (touristes nationaux ou étrangers, congrès ou séminaires,...)

Avant toute chose, s'enquérir du plan national de riposte contre la COVID19 puis appliquer autant que possible les mesures suivantes :

1. Transport des délégations et officiels

Limiter le nombre de passagers dans les voitures/ bus (dans les voitures de tourisme 3 dont 1 en avant, dans les bus de manière à laisser des places inoccupées entre les individus);



- Exiger le port de masque à tous (passagers et chauffeurs);
- Désinfecter les mains (avec les gels et solutions hydroalcooliques) avant tout accès aux facilités de transport;



- Désinfecter les bus et les voitures après chaque voyage (transport d'un point à un autre);



- Eviter l'arrivée sur le même site et au même moment des différents véhicules de transport;



- Afficher les Numéros verts COVID 19 dans tous les véhicules de transport.



2. Sites d'hébergement des athlètes

- Disposer les gels hydroalcooliques et les numéros verts dans toutes les chambres;



- Désinfecter au quotidien toutes les chambres (si chambre double) et au moins 2fois/semaine (si chambre single).



3. Sites d'hébergement des officiels

- Disposer les gels hydroalcooliques et les numéros verts dans toutes les chambres;



- Hébergement des officiels dans des chambres single;



- Désinfecter toutes les chambres au moins 2fois/semaine.



4. Vestiaires, aires de jeu & espaces d'entraînements

4.1. Avant les matchs

- Utiliser plusieurs bus pour éviter l'usage des mêmes bus par plusieurs délégations et les désinfecter soigneusement entre les horaires de transport;



- Exiger le port du masque et gants à tous (passagers et chauffeurs) pendant le déplacement;



- Eviter le croisement des équipes lors de leur arrivée au stade. Assurer l'arrivée échelonnée des équipes;
- Permettre aux équipes d'arriver au stade aussi tard que possible;
- Promouvoir l'usage des bouteilles individuelles dans les toilettes (pas de fontaine);



- Utiliser des espaces voisins comme vestiaires supplémentaires, si nécessaire (afin d'assurer la distance de 1,5m). Sinon, des salles plus grandes peuvent être utilisées comme vestiaires pour les équipes;

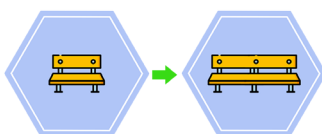
- Lorsque les joueurs pénètrent sur le terrain ou quittent le terrain, ils doivent se désinfecter les mains;



- Envisager les zones plus larges pour la circulation des équipes;



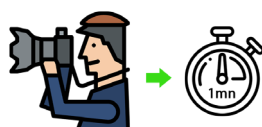
- Proscrire l'accompagnement des joueurs par les enfants sur le terrain;
- Eviter les rassemblements (sauf avis express du Comité Exécutif, pas de cérémonie d'ouverture avec des VIP) et les poignées de main;
- Agrandir les bancs des remplaçants pour maintenir la distance de sécurité;



- Limiter le nombre de personnes dans le stade, y compris les équipes de télévision, les représentants des médias, les volontaires, etc;



- Un temps limité (moins d'1 minute par équipe) sera accordé à la prise des photos d'équipe ; Elle sera assurée par 2 personnels au plus de la Direction de Communication de la CAHB accompagnés des médias accrédités et un personnel de staff de chaque équipe.

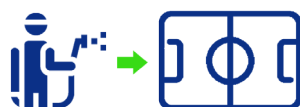


4.2. Pendant les matchs

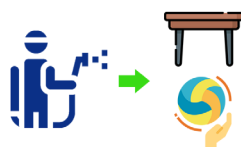
- Sur le banc, des désinfectants doivent être mis à disposition des joueurs et officiels de l'équipe;
- Utiliser les bancs de touche à sièges individuels fixés;



- Prévoir les badges d'officiels d'équipes à usage unique pour chaque match;
- Désinfecter aires d'entrainements et vestiaires à la fin de chaque match;



- Désinfecter ballons, table des officiels et bancs de touche à la fin de chaque match.



4.3. Après les matchs

- Faire libérer le terrain aussitôt que possible;
- Renoncer aux activités sociales et à toute activité n'ayant rien à voir avec l'entraînement ou les matchs de handball;
- Réduire le nombre d'interviews et les réaliser dans le respect des mesures d'hygiène dans une pièce espacée avec un nombre de journalistes/cameramen limité à 10;



- Utiliser les grandes salles comme salle d'attente pour les contrôles antidopage en s'assurant de désinfecter après chaque prélèvement;
- Echelonner le départ des équipes et officiels pour le site d'hébergement;
- Désinfecter et laver soigneusement serviettes, vêtements, sacs, bouteilles d'eau et tout autre objet utilisé ou touché;
- Désinfecter aire de jeu y compris ballons, table des officiels et bancs de touche.



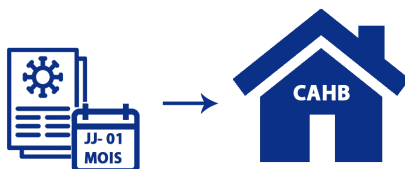
III. RECOMMANDATIONS AUX FEDERATIONS MEMBRES

1. Instructions pour participer aux compétitions de la CAHB

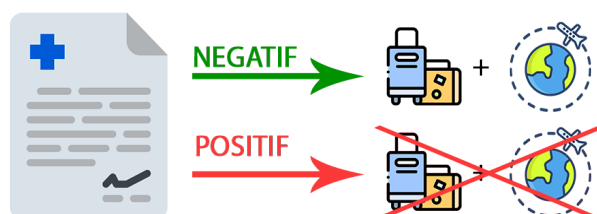
Pour la reprise de ses activités lors des compétitions,

La CAHB exigera à tous les délégations/pays participants ce qui suit :

- Un bulletin de santé qui atteste qu'aucun membre de la délégation n'a été sujet du SARS COV-2 dans un délai de 1 mois avant le début de la compétition. Le document doit être disponible à la CAHB 15 jours avant le départ pour la compétition;



- Un certificat médical officiel de chaque membre de la délégation attestant d'un test négatif au SARS COV-2 4 jours avant le jour de départ pour la compétition (joindre le résultat des analyses, signé d'un médecin avec un numéro d'inscription à l'ordre des médecins). Ce certificat sera requis par les autorités sanitaires ou aéroportuaires à l'arrivée;



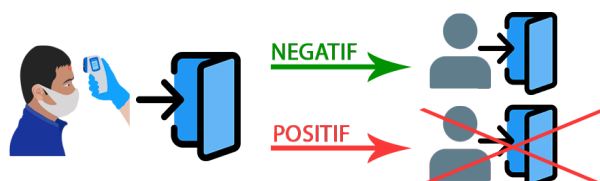
- La présence d'un Médecin au sein de chaque délégation

Par ailleurs, les délégations doivent être informées de ce que :

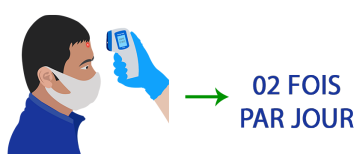
- Les équipes sont responsables du strict respect du protocole sanitaire lors des entraînements et des compétitions;



- Une prise de température par thermomètre à infrarouge sera faite à l'entrée des installations sportives. Les personnes suspectées seront interdites d'accès et signalées aux autorités médicales compétentes;



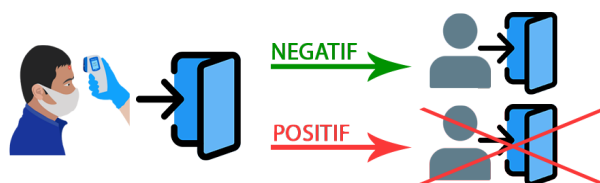
- Une surveillance de la température biquotidienne doit se faire au thermomètre à infrarouge par le staff médical de chaque délégation;



- Les bouteilles d'eau et serviettes doivent être individuelles (chaque joueur a sa propre bouteille d'eau portant son numéro de dossard et sa propre serviette);
- En dehors des personnes actives sur le terrain (joueurs, staff au banc, arbitres et entraîneurs), toutes les autres intervenants doivent obligatoirement porter un masque;



- La prise de température au thermomètre infrarouge sera effectuée à l'entrée de tous les sites de compétitions. Les cas suspects seront interdits d'entrée et réorientés aux équipes médicales appropriées;



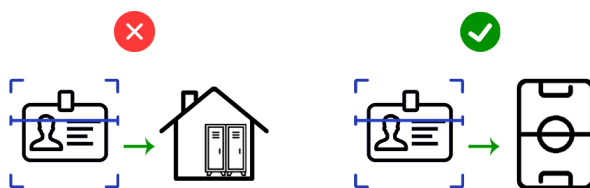
- Les vestiaires, les zones mixtes, l'aire de jeu, les bancs de remplaçants, la table des officiels seront régulièrement désinfectés;



- Une sécurité sera assurée autour des délégations pour éviter toute sortie non autorisée (shopping,...) ou l'intrusion des visiteurs externes au sein des délégations;
- Toutes les politiques nationales exigent un test négatif à leurs ressortissants avant leur retour au pays, les tests au COVID-19 exigibles au retour seront à la charge des délégations participantes.

Avant chaque matchs :

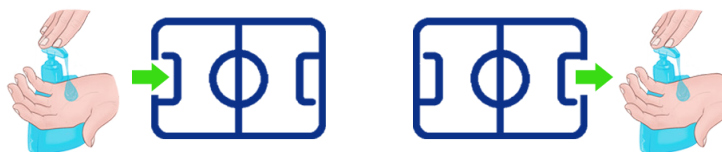
- Les contrôles d'usage d'avant match (accréditations, passeports, badges) seront feront sur le terrain et non dans les espaces fermés (vestiaires, couloirs);



- Le salut d'avant et après match sera suspendu;



- Le temps passé dans les vestiaires doit être limité au minimum nécessaire (environ 30-40 min pour chaque joueur);
- Lorsque les joueurs pénètrent sur le terrain ou le quittent, ils doivent se désinfecter les mains;

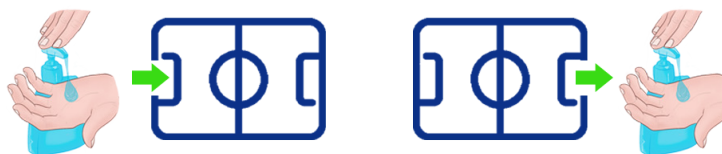


- Lorsque les joueurs pénètrent l'aire de jeu, ils doivent maintenir la distance de sécurité;
- Eviter les rassemblements et les bains de foule



Pendant chaque match :

- Chaque équipe doit disposer de gels hydro-alcooliques et chaque joueur doit se laver les mains avant l'échauffement et avant chaque accès au terrain;



- Chaque joueur doit disposer de sa bouteille d'eau et de sa serviette marquées de son numero de dossard;
- Les joueurs devront éviter de se toucher le visage après avoir touché le ballon ou autre

équipement;



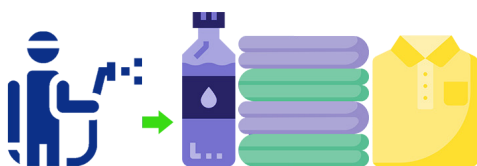
- Éviter de se partager la nourriture, les boissons ou les serviettes.

Après chaque match :

- Eviter le salut entre équipes;



- Quitter le terrain aussitôt que possible;
- Se laver soigneusement les mains ou utiliser des gels de désinfection immédiatement après avoir quitté le terrain;
- Eviter d'utiliser les vestiaires (p. ex. prendre sa douche d'après-match à l'hôtel);
- Désinfecter et laver soigneusement serviettes, vêtements, sacs, bouteilles d'eau et tout autre objet utilisé ou touché.



2. Recommandations pour la relance des activités locales des Fédérations

La reprise de toute physique et sportive nationale est dépendante de la volonté des politiques nationales dans le domaine du sport et de l'éducation physique. A cet effet, les fédérations membres de la CAHB sont tenues de se conformer aux exigences locales. Néanmoins, les recommandations ci après seront vivement applicables aussitôt que les verrous nationaux seront levés.

- Les sélections nationales et les clubs ainsi que leurs différents staffs doivent effectuer

leur test avant toute reprise d'activité;

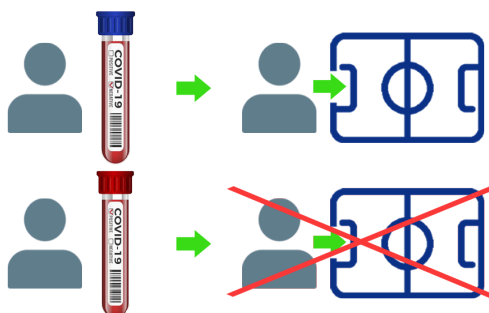
- S'assurer de l'existence **d'un responsable de l'hygiène ayant une formation médicale** pour le respect et l'application des directives nationales et de l'OMS contre la pandémie du COVID-19;
- Les normes d'hygiène les plus strictes doivent être respectées dans les stades;



- Des gels de désinfection et des masques seront mis à disposition dans les stades;
- Tous les joueurs et arbitres devront systématiquement subir des examens médicaux (examen médical d'avant-compétition, numération formule sanguine, électrocardiogramme (ECG), échocardiographie, radiographie du thorax). En plus, le dosage des marqueurs de souffrance du muscle cardiaque (troponine et peptide natriurétique de type B) sera déterminé chez les personnes ayant souffert de la COVID-19;
- Une surveillance médicale rapprochée des joueurs et des arbitres sera effectuée en appliquant un formulaire de questions axées sur les symptômes de la maladie à coronavirus COVID-19, mais aussi sur les symptômes d'atteinte cardiaque;
- Avant de reprendre l'entraînement régulier en équipe, toutes les personnes participant aux opérations d'entraînement doivent se faire tester. À ce titre, au moins **deux tests reposant sur la détection de l'ARN du SARS-CoV-2** doivent être effectués (prélèvement nasopharyngé et/ou oropharyngé + PCR) – de **préférence dans les 5 jours** de la veille du début de l'entraînement (y compris la veille du début de l'entraînement);
- Pour la saison en cours, il est considéré comme approprié d'effectuer des **tests reposant sur la détection de l'ARN du SARS-CoV-2 une fois par semaine**. Ces tests seront toujours effectués le plus tard possible avant le match, mais suffisamment en amont pour que les résultats soient disponibles à temps avant de se rendre dans le stade;



- **Seules les personnes testées négatives seront autorisées à participer aux activités de handball;**

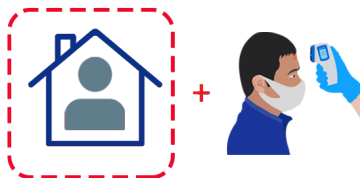


- Les résultats positifs seront communiqués aux autorités sanitaires et la personne concernée sera immédiatement isolée. En plus, une vaste recherche des contacts sera effectuée pour pouvoir procéder systématiquement à d'autres tests et pour imposer les mesures appropriées aux personnes ayant été en contact avec un cas positif;
- **Les joueurs et les arbitres ayant été suivis et traités de la COVID-19, ne doivent pas reprendre l'activité physique sans l'avis favorable d'un cardiologue du sport et seulement après confirmation de leur rétablissement;**
- **Les joueurs suivants ne seront pas autorisés à jouer:**
 - Les personnes vulnérables présentant un risque de développer une forme grave d'infection à cause d'autres problèmes de santé tels que l'hypertension artérielle, une maladie pulmonaire chronique, le diabète, l'obésité, l'asthme ou les personnes ayant un système immunitaire affaibli par une chimiothérapie pour traiter le cancer ou une autre maladie;



- Les joueurs qui présentent des symptômes évidents d'une infection respiratoire et/ou de fièvre avant, pendant ou après l'entraînement. Ces joueurs doivent immédiatement être séparés du reste de l'équipe – et s'isoler si possible. En plus, il faut informer le médecin de l'équipe qui prendra, le cas échéant, les mesures nécessaires.
- Les joueurs qui ont été en contact avec une personne infectée au cours des 14 derniers jours.
- Les joueurs qui ont été personnellement en contact avec des personnes revenant d'une zone à risque, ayant été placées en quarantaine ou ayant été testées positives ou les joueurs dont la famille a été en contact avec une telle personne. Les joueurs qui reviennent eux-mêmes d'une zone à risque.

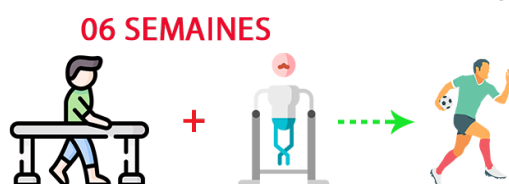
- Une mesure supplémentaire prévoit une quarantaine dans un camp d'entraînement d'au moins 7 jours avant le début de la saison, où des tests réguliers et des contrôles de température corporelle seront effectués;



- Avant et après les matchs, les joueurs, les arbitres et les officiels devront noter par écrit tous leurs personnes contacts. En plus, les contacts privés (membres du ménage) peuvent se soumettre volontairement à un **test PCR**, une fois au début de la saison et une fois à peu près au milieu de la période restant à courir jusqu'à la fin de la saison;
- L'entraîneur de l'équipe est responsable de la réadaptation à l'effort des joueurs et de la reprise de l'entraînement individuel;



- L'activité physique sera reprise graduellement à un dosage initial de l'effort à moins de 50 % de l'effort habituel. L'objectif est d'atteindre la capacité maximale habituelle en un mois;
- Une période minimale de 6 semaines sera mise à profit des entraînements avant la reprise des matchs afin de favoriser une réadaptation progressive;



- Planifier pour la reprise des entraînements, des exercices individuelles en plein air (piste cyclable, aire de jeu non couvert,...) pour aller progressivement vers le contact corporel et la manipulation de la balle;
- Eviter d'utiliser les vestiaires (p. ex. prendre sa douche d'après-match à l'hôtel);
- Désinfecter et laver soigneusement serviettes, vêtements, sacs, bouteilles d'eau et tout autre objet utilisé ou touché.

