



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

LIGNES DIRECTRICES POUR LE REDÉMARRAGE DU HOCKEY À BRUXELLES ET EN WALLONIE

Dans le cadre des mesures de déconfinement autour de la crise COVID-19, le Conseil National de Sécurité a décidé (le 24 avril 2020) de relancer progressivement le sport organisé en Belgique. Les activités sportives de plein air seront à nouveau autorisées par étapes à partir du 4 mai 2020.

Pour les sports d'équipe, y compris le hockey, **sous réserve de nouvelles instructions éventuelles du gouvernement**, ce devrait à nouveau être possible à partir du 18 mai 2020. Il s'agira d'un **démarrage progressif et limité**, qui doit être strictement encadré :

- sans spectateurs ou parents/accompagnateurs dans le club ou le long du terrain (sauf ceux mandatés par le comité du club);
- dans le respect des règles d'hygiène et de distanciation sociale (1,5m hors du terrain) et sportive (au minimum 5 m sur le terrain);
- enfin, le matériel (à l'exception des sticks et de l'équipement des joueurs) nécessaire aux séances d'entraînement ne peut être touché QUE par les entraîneurs.

En outre, il est recommandé d'utiliser des masques buccaux avant et après les sessions d'entraînement, et pour les entraîneurs, également pendant l'entraînement.

Afin d'éviter un retour en arrière par rapport aux directives du Conseil National de Sécurité, **nous demandons à tous les clubs, joueurs et parents de suivre SCRUPULEUSEMENT les directives et conseils urgents donnés par la LFH ci-dessous et de respecter les règles et accords imposés**. Il est de notre responsabilité à tous de veiller à la santé de chacun ...

Ces recommandations urgentes peuvent bien sûr changer si de nouvelles directives sont promulguées par le Conseil National de Sécurité.

Pour en savoir plus, consultez les pages suivantes...



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY
KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

LIGNES DIRECTRICES POUR LE REDÉMARRAGE DU HOCKEY À BRUXELLES ET EN WALLONIE

INSTRUCTIONS POUR LES CLUBS

- ✘ Prévoyez une zone de « kiss & ride » sûre et pratique, pour déposer les enfants au club.
- ✘ Le clubhouse (à l'exception des toilettes), ainsi que les vestiaires et autres espaces sont FERMÉS. L'accès aux dug-outs doit être fermé avec de la rubalise. Affichez des posters clairs reprenant les lignes directrices. Des modèles de posters sont disponibles sur le site de la LFH.
- ✘ Les services de restauration (bar clubhouse, bars au bord du terrain, restaurant, salles de réunion, ...) et la terrasse sont FERMÉS. Toutes les places assises DOIVENT être inaccessibles.
- ✘ Il est INTERDIT d'organiser des ventes de boissons, de nourriture ou d'autres matériels au sein des installations du club ou à proximité immédiate du club. Les distributeurs automatiques DOIVENT être fermés avec du ruban adhésif.
- ✘ Mettez à disposition du produit désinfectant de nettoyage et du gel hydro-alcoolique et affichez les règles d'hygiène dans plusieurs zones des installations (aux entrées et sorties - WC).
- ✘ Assurez-vous que les équipements de premiers secours et un défibrillateur externe automatique (DEA) soient disponibles/accessibles à tout moment. Accrochez des affiches claires pour savoir où les trouver.
- ✘ Adaptez votre planning d'entraînement de manière à ce qu'il y ait un espace de 15 minutes entre chaque séance d'entraînement, pour permettre aux joueurs de quitter le terrain avant qu'un nouveau groupe de joueurs n'arrive sur le terrain.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

✂ Pour le bon déroulement de l'entraînement, nous recommandons que les clubs désignent :

 **1 responsable principal** (peut être un membre adulte, un parent ou un superviseur qui est mandaté par le comité du club) :

- ✔ est constamment présent(e) physiquement et clairement reconnaissable (chasuble fluo).
- ✔ dispose d'un masque buccal, à utiliser lorsque la distance sociale (1,5 m) ne peut être respectée (par exemple en cas de blessure).
- ✔ a la responsabilité finale de l'infrastructure (terrain(s), clubhouse, parking, ...) et du personnel du club (entraîneurs, responsable des WC, parents-assistants, ...).
- ✔ a le droit de faire interrompre l'entraînement à tout moment, ou de renvoyer quelqu'un chez lui/elle, si les règles ne sont pas respectées.

 **1 responsable WC**, pendant l'entraînement des joueurs jusqu'aux U12 inclus (peut être un membre adulte, un parent ou un superviseur mandaté par le comité du club) :

- ✔ dispose d'un masque buccal, à utiliser lorsque la distance sociale (1,5 m) ne peut être respectée (par exemple en cas de blessure).
- ✔ est clairement reconnaissable (chasuble fluo).
- ✔ est chargé de veiller au respect des règles d'hygiène et de la distance sociale de 1,5 m (file d'attente, 2 personnes maximum dans le bloc sanitaire en même temps).
- ✔ est responsable de la désinfection régulière des installations sanitaires.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA



Des parents-assistants, lors des entraînements des joueurs jusqu'aux U12 inclus (peuvent être des membres adultes, des parents ou des superviseurs mandatés par le comité du club) :

- ✔ 1 parent-assistant par équipe, qui est clairement reconnaissable (chasuble fluo).
- ✔ prévenez à l'avance les parents des membres de l'équipe, qui est le parent-assistant pendant l'entraînement.
- ✔ avertit les parents si leur enfant présente des symptômes de fièvre et/ou de problèmes respiratoires ou sensation d'oppression et leur demande de venir chercher l'enfant immédiatement.
- ✔ dispose d'un masque buccal, à utiliser lorsque la distance sociale (1,5 m) ne peut être respectée (par exemple en cas de blessure).
- ✔ est responsable de la désinfection des mains des joueurs de son équipe avec du gel hydro-alcoolique, à l'entrée du terrain au début de la séance d'entraînement.
- ✔ donne des instructions aux enfants de son équipe : les enfants doivent laisser leur matériel de hockey (housses, sac à dos, gourdes ...) sur le bord du terrain à 5 m de distance les uns par rapport aux autres.
- ✔ donne à son équipe des directives claires sur l'hygiène, sur la distanciation sociale (1,5 m) et sur la distanciation sportive (au minimum 5 m pendant l'entraînement sur le terrain).
- ✔ accompagne avant l'entraînement les joueurs de son équipe sur le terrain, jusque chez l'entraîneur.
- ✔ accompagne les enfants de son équipe, s'ils doivent aller aux toilettes pendant l'entraînement.
- ✔ donne des instructions aux enfants de son équipe pour qu'ils ramassent leur matériel de hockey et quittent le terrain calmement, ensemble avec leur parent-assistant.
- ✔ est responsable de la désinfection des mains des joueurs de son équipe avec du gel hydro-alcoolique, à la sortie du terrain à la fin de l'entraînement.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

 **1 responsable de terrain (un par terrain)** pour l'hygiène / la désinfection sur le terrain (peut être un membre adulte, un parent ou un superviseur mandaté par le comité du club → pour les clubs de moins de 500 membres, une même personne peut assumer le double rôle de responsable principal et de responsable de terrain) :

-  est constamment présent sur et autour du terrain et est clairement reconnaissable (chasuble fluo).
-  est là pour donner les instructions et fournir le matériel (gel hydro-alcoolique, posters, routing, balles, cônes, ...) pour son terrain et vérifie cela à chaque nouvelle journée d'entraînement.
-  dispose d'un masque buccal, à utiliser lorsque la distance sociale (1,5 m) ne peut être respectée (par exemple en cas de blessure).
-  veille à ce que tout se passe bien selon les règles, sur et autour de son terrain.
-  est responsable des entraîneurs et du respect des règles de la distanciation sociale (1,5 m) et de la distanciation sportive (au minimum 5 m) pendant l'entraînement sur son terrain.
-  est responsable de la désinfection régulière de la zone d'accès de son terrain.

 Occupation de terrain pour les jeunes (jusqu'aux U12 inclus)

-  Maximum 6 joueurs + 1 entraîneur par $\frac{1}{4}$ de terrain
-  Maximum 12 joueurs + 2 entraîneurs par $\frac{1}{2}$ terrain
-  Maximum 24 joueurs + 4 entraîneurs par terrain

 Occupation de terrain pour les adolescents et adultes (à partir de U14)

-  Maximum 9 joueurs + 1 entraîneur par $\frac{1}{2}$ terrain
-  Maximum 18 joueurs + 2 entraîneurs par terrain

 Laissez un maximum les portes et grilles d'accès ouvertes, pour éviter que celles-ci ne soient touchées par trop de mains.

 Si possible, essayez de faire en sorte que l'entrée et la sortie du terrain se fassent par des routes/accès séparés, pour que les gens se croisent le moins possible.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

- ✘ Indiquer la direction du flux de trafic au moyen d'affiches.

Maintenant que nous pouvons à nouveau nous entraîner ensemble grâce aux assouplissements des mesures, nous aimerions bien entendu que cela reste ainsi. Cela ne sera possible que si tous les clubs et tous les joueurs respectent les règles et les accords. Nous sommes tous responsables de la santé de chacun et comptons plus que jamais sur l'engagement de tous !

ATTENTION !

- ✘ Ces directives peuvent être modifiées ou ajustées à tout moment, selon les décisions du Conseil National de Sécurité.
- ✘ Chaque organisation est tenue de respecter strictement les règlements officiels du Conseil National de Sécurité. Vous pouvez trouver les règlements ici : www.info-coronavirus.be/fr/.
- ✘ Sachez que votre club peut être contrôlé à tout moment par la police pour vérifier le respect de ces règles.

PLAY IT SAFE!



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

LIGNES DIRECTRICES POUR LE REDÉMARRAGE DU HOCKEY À BRUXELLES ET EN WALLONIE

INSTRUCTIONS POUR ENTRAÎNEURS

- ✂ Préparez bien votre entraînement. Assurez-vous que le matériel est prêt sur le terrain, lorsque les enfants y entrent. Suggestion : pourquoi ne pas faire un zoom ou un WhatsApp call avec votre/vos groupe(s) à l'avance, pour préparer encore mieux la session d'entraînement.
- ✂ Exercices d'entraînement :
 - 🏒 Prévoyez uniquement des exercices au sein de chaque groupe, et non des exercices intergroupes/-équipes
 - 🏒 Les petits matchs ne sont PAS admis
- ✂ Type d'exercices :
 - 🏒 Exercices individuels - physique : course, renforcement musculaire, étirements.
 - 🏒 Exercices individuels - technique : agilité.
 - 🏒 Passing, à 3 joueurs maximum : tir/push/flat/sleep.
 - 🏒 Tirs au goal, avec 3 joueurs maximum et sans jeu défensif : tir/push/flat/sleep.
 - 🏒 Des consignes et des exemples d'exercices sont disponibles sur le site de la LFH.
- ✂ Lavez-vous/désinfectez-vous les mains avant de quitter votre maison.
- ✂ Il est recommandé de porter un masque buccal.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

- ✗ Vérifiez si vos joueurs connaissent les mesures d'hygiène générales au début de l'entraînement.
 - 🧑‍🦲 Désinfection des mains lors de l'entrée sur le terrain.
 - 🧑‍🦲 Garder la bonne distance :
 - ✓ En dehors du terrain : gardez toujours une distance d'**au moins 1,5m**.
 - ✓ Sur le terrain : gardez toujours une distance d'**au moins 5m**.
 - 🧑‍🦲 N'utiliser et ne toucher que son propre matériel : stick, protège-dents, gourde, jambières.
 - 🧑‍🦲 Les balles ne peuvent être touchées qu'avec le stick ou le pied.

- ✗ Indiquez (à vos joueurs âgés de plus de 14 ans) que l'exercice est recommandé jusqu'à 80 % de la fréquence cardiaque maximale (pas plus pour l'instant) et veillez à ce que les jeunes joueurs n'exagèrent pas dans l'effort.

- ✗ Vous êtes SEUL responsable de la distribution et de la collecte des balles, et de leur transmission au responsable du terrain à la fin de votre bloc d'entraînement.

- ✗ Vous êtes responsable de l'explication des exercices.

- ✗ Vous êtes responsable de veiller à ce que les enfants suivent les directives.

- ✗ Occupation du terrain pour les jeunes (jusqu'aux U12 inclus)
 - 🧑‍🦲 Maximum 6 joueurs + 1 entraîneur par ¼ de terrain
 - 🧑‍🦲 Maximum 12 joueurs + 2 entraîneurs par ½ terrain
 - 🧑‍🦲 Maximum 24 joueurs + 4 entraîneurs par terrain

- ✗ Occupation du terrain adolescents et adultes (à partir de U14)
 - 🧑‍🦲 Maximum 9 joueurs + 1 entraîneur par ½ terrain
 - 🧑‍🦲 Maximum 18 joueurs + 2 entraîneurs par terrain

PLAY IT SAFE!



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY
KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

LIGNES DIRECTRICES POUR LE REDÉMARRAGE DU HOCKEY À BRUXELLES ET EN WALLONIE

INSTRUCTIONS POUR JOUEURS ET/OU PARENTS/ACCOMPAGNATEURS

- ✘ Lavez-vous les mains avant de quitter votre domicile.
- ✘ Venez au club en tenue d'entraînement et rentrez chez vous dans la même tenue (les vestiaires et le clubhouse sont FERMÉS).
- ✘ Venez au club **max. 10 minutes avant** le début de votre entraînement et attendez à l'extérieur du terrain (à 1,5m de distance) que l'entraînement avant le vôtre se termine. Ne montez pas sur le terrain tous en même temps, attendez patiemment votre tour. Pour les joueurs jusqu'aux U12 inclus, le parent-assistant désigné pour votre équipe vous guidera de l'entrée jusqu'au point de rassemblement avec votre entraîneur sur le terrain.
- ✘ Au début et à la fin de chaque entraînement, vous vous désinfectez les mains avec du gel hydro-alcoolique que vous emportez de chez vous. Le club fournira également du gel hydro-alcoolique.
- ✘ Restez à la maison si vous avez l'un des symptômes suivants : rhume, écoulement nasal, éternuements, mal de gorge, toux légère, fièvre - **même sous sa forme la plus légère !**
- ✘ Restez à la maison si quelqu'un de votre entourage a de la fièvre et/ou se plaint de problèmes de respiration ou d'oppression.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY
KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

- ✘ Avant, pendant et après l'entraînement, **NE VOUS SERREZ PAS LA MAIN** et respectez strictement les règles de distanciation sociale. Vous pouvez parfaitement vous saluer d'une manière différente, sans vous donner la main ou sans faire de bisou, c'est-à-dire « sans contact » avec d'autres personnes. Gardez une distance de 1,5 mètre à tout moment.
- ✘ Apportez votre propre matériel : stick de hockey, chaussures, jambières, gant, protège-dents, bouteille d'eau.
 - 🚫 Un joueur ayant oublié son propre stick ou protège-dents, **NE PEUT PAS** s'entraîner et **DOIT** rentrer chez lui.
 - 🚫 Ne touchez qu'à votre propre matériel.
- ✘ Le club se charge du matériel d'entraînement (balles, cônes, ...)
 - 🚫 Seul l'entraîneur peut toucher le matériel d'entraînement avec ses mains, les joueurs uniquement avec le stick.
 - 🚫 Le formateur est chargé de collecter le matériel d'entraînement et de le transmettre au responsable du terrain.
- ✘ Un gardien de but ne peut utiliser que son propre équipement. S'il n'y a pas de gardien de but « régulier » avec son propre équipement, l'entraînement aura lieu **sans gardien de but**.
- ✘ Si vous avez accidentellement touché une personne ou son équipement pendant l'entraînement, désinfectez à nouveau vos mains avec le gel hydro-alcoolique présent.
- ✘ Gardez **toujours une distance d'au moins 5m** entre vous sur le terrain.
- ✘ Apportez toujours des mouchoirs en papier.
 - 🚫 Utilisez-les toujours pour vous moucher et jetez-les dans les poubelles immédiatement après.
 - 🚫 Il est **STRICTEMENT INTERDIT** de cracher sur le terrain et/ou de se moucher sans mouchoir.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

- ✘ Immédiatement après l'entraînement, vous quittez le terrain et le club par l'itinéraire indiqué, dans le calme et avec une distance de minimum 1,5 m l'un de l'autre. Pour les joueurs jusqu'aux U12 inclus, votre parent-assistant vous accompagnera du point de rassemblement sur le terrain jusqu'à la sortie.
- ✘ Lorsque vous quittez le terrain, désinfectez à nouveau vos mains avec du gel hydro-alcoolique!

PARENTS/ACCOMPAGNATEURS

- ✘ Les parents/accompagnateurs déposent leurs enfants dans la zone « Kiss & Ride » et les informent sur les mesures d'hygiène, la distanciation sociale (1,5 m) et la distanciation sportive (au minimum 5 m pendant l'entraînement sur le terrain).
- ✘ Les parents/accompagnateurs ne sont **PAS autorisés** sur le site du club (dans le clubhouse, sur la terrasse, dans les dug-outs ou le long des lignes de touche). Nous recommandons de déposer les jeunes dans la zone « Kiss & Ride », **au maximum 10 minutes** avant le début de leur entraînement et de venir les chercher dès la fin de leur entraînement (le covoiturage est fortement déconseillé).

PLAY IT SAFE!