

LA PRATIQUE SPORTIVE PENDANT LES PERIODES DE FORTES CHALEURS



RECOMMANDATIONS

POUR LES ORGANISATEURS DE MANIFESTATIONS SPORTIVES



- ✓ Informer les participants et le public des conditions particulières,
- ✓ Informer l'encadrement médical et paramédical des compétiteurs des conditions particulières,
- ✓ Diffuser les recommandations par affichage ou sonorisation,
- ✓ Indiquer les zones rafraichies ou climatisées,
- ✓ Renforcer les équipes de secouristes, formés et équipés pour des interventions auprès des compétiteurs et du public,
- ✓ Augmenter les stocks de boissons fraîches,
- ✓ Décaler les horaires des manifestations,
- ✓ Fermer certains accès au public s'ils sont trop exposés au soleil,
- ✓ Annuler la manifestation si besoin.

POUR LES CLUBS OU ETABLISSEMENTS QUI PROPOSENT DES ACTIVITES PHYSIQUES OU SPORTIVES

EN SALLE :

- ✓ Renouveler, si besoin, l'affichage et les mises en gardes aux sportifs qui se présentent (cf. supra),
- ✓ Surveiller la température des salles et pièces,
- ✓ Prendre contact avec les entraîneurs et enseignants pour les informer des conditions de température dans les salles,
- ✓ Envisager la restriction des horaires d'ouverture (matin et soir) en fonction des niveaux d'alerte transmis par Météo-France,
- ✓ Etre attentif aux signes et plaintes des pratiquants et du public.

EN EXTERIEUR :

- ✓ Renouveler si besoin l'affichage et les mises en gardes aux sportifs qui se présentent (cf. supra),
- ✓ Prendre contact avec les entraîneurs et enseignants pour les informer des conditions de température,
- ✓ Etre attentif aux signes et plaintes des pratiquants et du public (cf. supra),
- ✓ Interdire l'accès aux gradins s'ils sont au soleil,
- ✓ Envisager la restriction des horaires d'ouverture (matin et soir) en fonction des niveaux d'alerte transmis par Météo-France,
- ✓ Envisager la fermeture de l'établissement.

RECOMMANDATIONS POUR LES ENCADRANTS

IL FAUT :

- ✓ Décaler l'entraînement vers des heures fraîches (en matinée ou soirée),
- ✓ Limiter la durée de l'entraînement à 1h à 1h30,
- ✓ Conseiller des douches fréquentes,
- ✓ Vérifier votre stock de boissons fraîches,
- ✓ Vérifier (au besoin à l'aide d'un carnet de notes) les apports en liquide de l'ensemble des sportifs dont vous avez la charge,
- ✓ Commencer les séances d'entraînement par une mise en garde sur les conditions météorologiques.