



دليل الجامعة التونسية للجودو
استئناف نشاطات الجودو بعد الحجر الصحي

دليل العودة التدريجية للنشاط الرياضي بعد الحجر الصحي

للجامعة التونسية للجودو

1. قائمة الخلية الفرعية للمتابعة والتنسيق صلب الجامعة:

عدد	الاسم واللقب	الصفة بالجامعة	المهام بالخلية	رقم الهاتف	البريد الإلكتروني
01	عبدالرزاق التركي	المدبر الفني الوطني	المنسق	55563079	turkijudo@yahoo.fr
02	المولدي بن حمة	العلاج الطبيعي	المتابعة الصحية	55537182	
03	فايز الحمامي	مستشار فني وطني	المتابعة و التكوين	97556847	
04	ميسم البعزاوي	مستشار فني وطني	متابعة تمارين المنتخبات	20204466	
05	مكرم عياد	مدرب وطني جهة القبروان	متابعة تمارين المنتخبات الجهوية و النوادي	28466601	
06	محمد الكيلاني	رئيس رابطة الوسط	متابعة النوادي	98294856	
07	السيد الدامي	مدرب وطني جهة الجنوب	متابعة تمارين المنتخبات الجهوية و النوادي	28786444	
08	محمد مقتي	رئيس رابطة الجنوب	متابعة النوادي	58312419	
09	عبدالمجيد سعدان	رئيس رابطة الوسط	متابعة النوادي	26986525	
10	ياسين بالي	رئيس رابطة الشمال	متابعة النوادي	98931994	
11	سمير الغضبانتي	منسق بالجامعة	تنسيق	99074109	

11. برنامج الإستعداد لتنفيذ التدابير الصحية للوقاية من الكورونا:
 (1) تكوين الإطارات الفنية والمسيرين والأعوان التابعين للجامعة

عدد	أسم ولقب المستفيدين	مكان التكوين	موعد التكوين
01	عبدالرزاق التركي	مقر الجامعة	السبت 16 ماي 2020 الساعة الحادية عشر
02	المولدي بن حمة		
03	فايز الحمامي		
04	ميسم البعزوي		
05	البشير الخياري		
06	أنيس لونيفي		
07	صلاح الرقيق		
08	شمس الدين لحمر		
09	سمير الغضباني		
10	ياسين بالي		

(2) التدابير الصحية للوقاية من الكورونا عند استغلال المنشآت الرياضية:

المنشأة الرياضية: قاعة الجودو				
المستلزمات الصحية للوقاية	التدابير الصحية الخاصة بالتجهيزات	التجهيزات الرياضية التابعة	التدابير الصحية الخاصة بالفضاء	الفضاء المستغل
<p>مقياس حرارة صالح عند وصول اللاعبين</p> <p>بالنسبة للعملة: قفزات ذات إستعمال واحد</p> <p>كمية من مادة Javel لتطهير كل المرافق الصحية</p> <p>كمامات لكل العملة</p> <p>سائل معقم متوفر في كل أنحاء القاعة</p> <p>ألة رش</p> <p>صابون سائل</p> <p>cytéal antiseptique لتنظيف و تعقيم البساط</p>  <p>بالنسبة للاعبين و الإطار الفني: سائل معقم خاص بكل لاعب</p> <p>مناشف ورقية</p> <p>كمامات متوفرة لكل اللاعبين و كل الاطار الفني</p>	<p>تهونة القاعة بطريقة متواصلة</p> <p>تعقيم كل التجهيزات</p>	<p>- التعقيم اليومي لكل المعدات قبل و بعد كل تمرين</p> <p>- لا يتجاوز عدد اللاعبين في كل حصة الأربعة و مدرب واحد معا إحترام مسافة من 3 إلى أربعة أمتار بين كل المتواجدين بالقاعة</p> <p>- كل لاعب مطالب بتعقيم يديه قبل إستعمال أي لألة تقوية</p> <p>منع حضور أي شخص خارج العملة أو الإطار الفني</p> <p>مسافة السلامة الصحية</p> <p>- الحد من عدد الممارسين</p> <p>- لبس القناع بالنسبة للإطار الفني</p>	<p>قاعة تقوية العضلات</p>	<p>قاعة الجودو</p>
<p>مقياس حرارة صالح عند وصول اللاعبين</p> <p>بالنسبة للعملة: قفزات ذات إستعمال واحد</p>		<p>- التعقيم اليومي لكامل البساط قبل و بعد كل تمرين</p>		

<p>كمية من مادة Javel لتطهير كل المرافق الصحية</p> <p>كمامات لكل العملة</p> <p>سائل معقم متوفر في كل أنحاء القاعة</p> <p>آلة رش</p> <p>صابون سائل</p> <p>بالنسبة للاعبين و الإطار الفني: سائل معقم خاص بكل لاعب</p> <p>مناشف ورقية</p> <p>كمامات متوفرة لكل اللاعبين و كل الاطار الفني</p>		<p>- لا يتجاوز عدد اللاعبين في كل حصة الأربعة مع مدرب واحد مع إحترام مسافة من 3 إلى أربعة أمتار بين كل المتواجدين بالقاعة</p> <p>- كل لاعب مطالب بتعقيم يديه و رجليه قبل الأنطلاق ل Tatami</p> <p>وضع علامة على التاتامي لموقع كل رياضي</p> <p>منع حضور أي شخص خارج العملة أو الإطار الفني</p> <p>مسافة السلامة الصحية</p> <p>- الحد من عدد الممارسين</p> <p>- لبس القناع بالنسبة للإطار الفني</p>	
--	--	--	--

1) نشاط الجمعيات والمدارس الفدرالية للرياضات الفردية:

لا يمكن للجمعيات والنوادي العودة الموجهة للتمارين حسب الأصناف إلا أسبوعين على الأقل بعد عودة المرحلة الثالثة لمنتخبات الرياضات الفردية وذلك إثر تقييمها.

كما لا يمكن انطلاق المباريات إلا خلال النصف الثاني لشهر جويلية 2020

1) تكوين الإطارات الفنية والطبية والمسيرين والأعوان الفنيين للنوادي والمدارس الفدرالية لتنفيذ التدابير الصحية للوقاية من الكورونا:

عدد	أسم ولقب المستفيدين	مكان التكوين	موعد التكوين
01	عبدالرزاق التركي	مقر الجامعة التونسية للجودو	السبت 16 ماي 2020
02	المولدي بن حمة		
03	فايز الحمامي		
04	ميسم البعزاوي		
05	البشير الخياري		
06	أنيس لونيقي		
07	صلاح الرقيق		
08	شمس الدين لحر		
09	سمير الغضباني		
10	ياسين بالي		
12	أنور ذياب		
13	فيصل جاب الله		
14	مكرم عياد		
15	محمد الكيلاني		
16	محمد عامر		
17	رياض الصدفي		
18	حمودة الصدفي		
19	رحمة بن محمد		
20	محمد مقني	مقر رابطة الجنوب بصفاقس	تحديد الموعد خلال النصف الثاني من شهر جوان 2020
21	السيد الدامي		
22	فريد الطرابلسي		
23	شكري النفاتي		
24	روضة الشعري		
25	سعاد بوزيان		
26	عبدالسلام عروس		

		الحبيب النفاتي	27
		هيكل الشريف	28
		رمزي الطرابلسي	29

(2) التدابير الصحية الإضافية للوقاية من الكورونا حسب النشاط الرياضي :
أ. المنتخبات الجهوية و منتخبات 2022:

.....	منتخبات 2022	المنتخبات الجهوية	
		15 جوان 2020	موعد الانطلاق
	20	20	عدد الرياضيين
	عدل قيراط يسري شوشان روضة الشعري سعاد بو زيان فريد الطرابلسي محمد عامر	رياض الصدفي شكري النفاتي	اسم المدرب
			رقم الهاتف
	حي الشباب قاعة المنصورة بالقيروان قاعة سكرة بصفاقس	قاعة المنصورة بالقيروان قاعة سكرة بصفاقس	المنشأة الرياضي
	قاعة الجودو بحي الشباب قاعة المنصورة بالقيروان قاعة سكرة بصفاقس	قاعة المنصورة بالقيروان قاعة سكرة بصفاقس	الفضاء
	حي الشباب بالمنزه قاعة المنصورة بالقيروان قاعة سكرة بصفاقس	المنصورة بالقيروان سكرة بصفاقس	العنوان
	تونس القيروان صفاقس	القيروان صفاقس	الولاية

	الجامعة التونسية للجودو 71753122	محمد الكيلاني 98294856 محمد مقني 58312419	البلدية أو الجهة المسؤولة والهاتف
أنظر إلى ملحق دليل الجامعة التونسية للجودو المصاحب			كيفية استغلال المرفق الرياضي طبقا للتدابير الصحية الإضافية للوقاية من الكورونا حسب الرياضة (إضافة رسم بياني)

ب. النوادي والجمعيات

الجمعية	موعد الإنطلاق	عدد الرياضيين	اسم المدرب	المنشأة الرياضية	رقم الهاتف	الرابطة/الولاية	كيفية استغلال*
الجمعية الرياضية لمصنع التبغ بالقيروان	غرة أوت 2020	253	محمد عامر/محمد سفاسفي/عمارة خلفاوي	قاعة المنصورة	25314004	الرابطة الإقليمية الوسط	أنظر الدليل المصاحب
نادي الكترو قدس للحدود بالقيروان		84	عاطف حامدي/محمد سفاسفي/حمودة الصدفي/أحمد قية	قاعة ملعب حمد للعواني	98634520	الرابطة الإقليمية الوسط	
نادي الجودو بالقيروان		71	رحمة بن محمد/بنال الربيعي	قاعة ملعب حمد للعواني	55189252	الرابطة الإقليمية الوسط	
الأفق الرياضي القيرواني		84	عيسى السعيد	قاعة ملعب حمد للعواني	77234335	الرابطة الإقليمية الوسط	
جمعية الجودو بسليمان		56	قيس بن محضي/صابر مشري	قاعة دار الشباب	52371800	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الجمعية الرياضية العسكرية بتونس		56	نضال الدريدي/ياسين عمري/مجدى حسن/محمد علي دالي	قاعة النادي بباردو	71222133	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الجمعية الرياضية للاختصاص الفردي بباجة		47	أشرف المغراوي/ياسر العلوي/أحمد الوشتاتي	قاعة الجودو بباجة		الرابطة الإقليمية لإشمال	
نادي المرأة للألعاب الفردية بسكرة		75	أكرم محجوب/زياد محجوب/ياسين ماجري	قاعة سكرة	23492281	الرابطة الإقليمية لإشمال	
النادي النسائي للجودو بوادي الليل		134	الحسين الطرخاني/هاجر عمارة/كريمة عمارة	قاعة الجودو بواد الليل	71536269	الرابطة الإقليمية لإشمال	
النادي الرياضي لموظفي السجن و الإصلاح		192	أنيس وهابي/زياد جبالي/سمير عباسي/خولة جويني/هيثم شملاي/نبيل محجوب	قاعات خاصة بالنادي	26267626	الرابطة الإقليمية لإشمال	
النادي الرياضي لشرطة المرور		103	نزار قعباب	قاعة خاصة بالنادي ببوشوشة	71506600	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الاجتهاد الرياضي بالبساتين		55	سامي العويني	قاعة الجودو بالمرناقية	99783085	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الأمل الرياضي بالكاف		145	أيمن هميسي/ياسين البودي/أميمة السديري/يامن الشلبي	قاعة المغطات بالكاف	97500818	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الترجي الرياضي التونسي		308	فوزي الفقيه/مولدي الماجري/أمينة فيتوري/وليد سولي	قاعة حي الشباب	71832119	الرابطة الإقليمية لإشمال	
جمعية التضامن الرياضي		20	كمال الدخلي	قاعة دار الشباب بالتضامن	97682559	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الشبيبة النسائية للجودو بالكرم		270	محمد علي بن عبدالله/أيمن شوشان	قاعة معهد الكرم	71986126	الرابطة الإقليمية لإشمال	
الشبيبة الرياضية بسيدي حسين حسين		87	مراد بالحاج / فيصل الصغير	قاعة دار الشباب بسيدي حسين	71590447	الرابطة الإقليمية لإشمال	
أشبال الرياضات الفردية قلعة الأندلس		125	أماني السعيد/ألياس عننتيت	قاعة الجودو بقلعة الأندلس	70559444	الرابطة الإقليمية لإشمال	
ألمبيك بني خيار		20	نرجس بن حميدة	قاعة المغطات ببني خيار	72229210	الرابطة الإقليمية لإشمال	
اتحاد الفرنسيين بالخارج		101	محمد عزيز غزواني/محمد فاضل غزواني	قاعة خاصة بالنادي	71840887	الرابطة الإقليمية لإشمال	
عالم الرياضة	93	عبد الرحيم العايبة	قاعة خاصة بحي الإنطلاقة	70664467	الرابطة الإقليمية لإشمال		
الجمعية القودية بالشابة	202		قاعة دار الشباب بالشابة	22875172	الرابطة الإقليمية للجنوب		

49	خالد الرقيق/أحلام عويشاوي/نجوى بيار	قاعة خاصة بالنادي	74274583	الرابطة الإقليمية للجنوب	الجمعية الرياضية العسكرية بصفاقس
37	خليل صويوة	معهد غنوش	75205454	الرابطة الإقليمية للجنوب	النادي الرياضي للألعاب الفردية بغنوش
88	نورس التريكي/وآل صدقي	معهد بلبابة	29043026	الرابطة الإقليمية للجنوب	نادي الجودو بقباس
100	الناصر المثلوثي/أنور بن محمود/ناللة ذياب	قاعة دار الشباب	74291101	الرابطة الإقليمية للجنوب	النادي الرياضي للألعاب الفردية بمحرس
83	منال الوديني/رمزي الطرابلسي/فريد الطرابلسي/مكرم جابر	قاعة الحديقة الرياضية بصفاقس	74497138	الرابطة الإقليمية للجنوب	النادي الرياضي الصفاقسي
39	محمد الرقيق	قاعة الحديقة الرياضية بصفاقس	24824009	الرابطة الإقليمية للجنوب	الهلال الرياضي الصفاقسي
266	عصام طرابلسي/منتصر ورغمي/حمزة دامي/الحبيب بوقرة	قاعة سكرة بصفاقس	24559831	الرابطة الإقليمية للجنوب	نادي الجودو بصفاقس
15	فرح يحي/صابر الدبابي	قرقنة	28457737	الرابطة الإقليمية للجنوب	قرقنة الرياضية
51	عبد السلام عروس	سيدي منصور	74242000	الرابطة الإقليمية للجنوب	جمعية المجد الرياضية للألعاب الفردية بصفاقس
69	سعاد بوزيان/صبري صرصار/مرسي كشو	قاعة الحديقة الرياضية بصفاقس	22699831	الرابطة الإقليمية للجنوب	سكك الحديد الصفاقسي
342		قاعة سكرة بصفاقس		الرابطة الإقليمية للجنوب	الملعب الرياضي الصفاقسي
18	ناصر ركباني/محمد الحاج عمر	قاعة سكرة بصفاقس	73468108	الرابطة الإقليمية للساحل	الجمعية الرياضية النسائية للجودو
41	الهادي الجوادي/أيوب السالمي	قاعة خاصة بالنادي	73232711	الرابطة الإقليمية للساحل	الجمعية الرياضية العسكرية بسوسة
59	هدى بن دية	المهدية	24602993	الرابطة الإقليمية للساحل	نادي كاب مهدية للألعاب الفردية
61	عبد الكريم عاشور	المهدية	26419696	الرابطة الإقليمية للساحل	النادي الرياضي برج الراس
45	فريد عويني	نادي الشرطة	73233499	الرابطة الإقليمية للساحل	النادي الرياضي لمدرسة الشرطة بسوسة
54	مأمون الجنزري	قاعة العوينات	73220300	الرابطة الإقليمية للساحل	النجم الرياضي الساحلي
172	نبيل شياح	قاعة الجودو	53483316	الرابطة الإقليمية للساحل	الجمعية النسائية بالمكثين
50	المهدي حمد/رمزي بن حسين/عادل بن حسين	قاعة الجودو	73438296	الرابطة الإقليمية للساحل	الشبيبة الرياضة بالمكثين
47	صدقي زنداح	قاعة خاصة بالنادي	73227200	الرابطة الإقليمية للساحل	الوطني السوسي

(*كيفية استغلال المرفق الرياضي طبقا للتدابير الصحية الإضافية للوقاية من الكورونا حسب الرياضة مع إضافة رسم بياني لطريقة الإستغلال إن أمكن ذلك.

البطولات الوطنية المتبقية من الموسم 2019-2020

أخذت الجامعة التونسية للجودو قرار بإلغاء كل المسابقات المتبقية من الموسم 2019-2020 مع الإبقاء على 4 بطولات وطنية نظرا لأهميتها:

1. البطولة الوطنية فردي أصغر و صغريات
2. بطولة تونس للفرق المختلطة أصغر و صغريات
3. بطولة تونس للفرق المختلطة أوسط و وسطيات
4. بطولة تونس للفرق المختلطة أكابر و كبريات

خطة الجامعة للإستئناف التدريجي لأنشطة الجودو

ضمن الهياكل التابعة للجامعة

1. تفاصيل استئناف بروتوكولات النشاط.

استئناف بروتوكول النشاط مع مراعاة الابتعاد الاجتماعي الصارم ، وارتداء القناع ، ومراعات الإجراءات الصحية الصارمة و الواقية من إنتشار الوباء. يسمح هذا البروتوكول بتحقيق العديد من التمارين والسيناريوهات ، من خلال تعديلات تعليمية محددة ، ولا سيما *Tendoku-Renshu* (العمل فقط).

2. الإجراءات الصحية التي يجب على كل مدرب إتباعها قبل و خلال و بعد التمارين :
- إدارة النظافة الشخصية من قبل المدرب وموظفي النادي:



3. إدارة النظافة لمواقع الممارسة قبل وبعد كل حصة تمرين تنظيف TATAMI

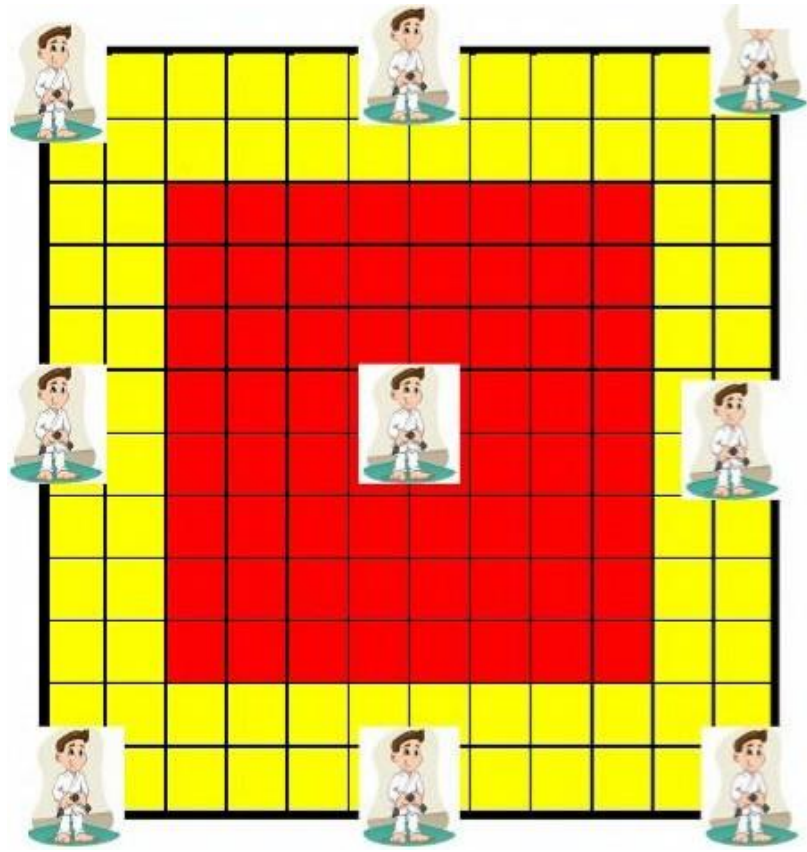


إدارة استقبال اللاعبين قبل دخول دوجو :

- التحقق من أن اللاعب لم يكن على اتصال بشخص مريض أو كان مريض ب COVID 19
- تحقق مما إذا كان الممارس يرتدي ملابس واقية تغطي الجودوجي وقناع على وجهه وفقاً للتوجيهات الصحية
- تحقق مما إذا كان الممارس لديه حقيبة الرياضة مع قرورة ماء خاصة به وغسوله ومناذيله و Zoori
- يمنع منعاً تاماً استعمال حجر الملايس
- وجود ممسحة معقمة بمادة الجافال في مدخل القاعة

ما قبل وبعد حصة التمارين:

- حدد المساحات الشخصية للممارسين مع مراعاة فترات 1 م حتى يتمكن الممارسون من وضع حقائبهم والمضي قدماً في بروتوكول النظافة
-
- يستقبل الجميع التاتامي ثم يجلسون على حافة البساط والساقين إلى الخارج. ثم يقوم بتدليك رجليه بالمادة المعقمة



ENSEIGNANT



Dispositif sanitaire de désinfection (asepsie) du dojo

Composition des Kits de nettoyage (non exhaustif)

- Lingettes désinfectantes
- Bombes aérosol désinfectantes
- Pulvérisateurs de produit désinfectant recommandé par la FTJUDO
- Bidons produit désinfectant recommandé par la FTJUDO
- Papier et chiffons de nettoyage
- Seaux pour nettoyage
- Gants jetables type latex ou nitrile

Fréquences de nettoyage

Type de nettoyage	Type de produit	Zones concernées	Fréquences
Désinfection sol et douche	Produit virucide (qui « tue » le virus)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun	2 fois par semaine selon la zone
Désinfection des points de contact (ex : poignée)	Produit virucide (qui « tue » le virus)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun	2 à 3 fois par jour selon la zone
Nettoyage habituel	Produit classique de nettoyage (ex : anti-tartre, anti-calcaire, désinfectant toilettes et robinetterie)	Douches, vestiaires, sanitaires, espaces commun, zone de rangement du matériel pédagogique	1 fois par jour
Tatami et Matériel pédagogique	Produit recommandé par la FTJUDO	Tatami	Avant et après chaque séance