



Aux Conseils d'Administrations LIFRAS et NELOS
Aux Commissions de l'Enseignement LIFRAS et
NELOS
A tous les plongeurs

Bruxelles, le 27/10/2020

—
Chers plongeurs,
Chères plongeuses,

Depuis notre dernier courrier du 21 octobre, la situation a encore évolué. La LIFRAS, sur base des instructions gouvernementales, a décidé de suspendre toutes les activités sportives pendant (au moins) un mois.

Aujourd'hui, la plupart si pas tous les sites de plongée et des piscines à Bruxelles et en Wallonie sont fermés. Ce n'est pas encore le cas en Flandre, mais nous partons de l'hypothèse que les autorités en Flandre prennent une décision similaire ou identique à court terme. Par ailleurs, la plongée en Zélande n'est quasi plus possible pour nous, vu [l'obligation de quarantaine de 10 jours à l'arrivée aux Pays-Bas](#). Les voyages dans d'autres destinations de plongée sont tout aussi compliqués voire impossible, que ce soit en France ou ailleurs. On en arrive donc, de facto, à un arrêt complet de la plongée en Belgique pendant un minimum de 4 semaines... et malheureusement, ce sera peut-être bien plus.

Pour rappel, la COVID 19 peut provoquer une maladie (quasi)asymptomatique, mais quand même avec des lésions pulmonaires significatives.

Pour toutes ces raisons, nous recommandons à tous les Membres (y compris apnéistes, hockeys et autres nageurs) de nos Ligues d'effectuer à nouveau 3 plongées (ou séances) de réadaptation lorsque ce sera de nouveau autorisé. Notre avis du 22 septembre dernier reste valable pour décrire

1. Les limites recommandées pour ces trois plongées de réadaptation;
2. Les conditions de reprises de la plongée après infection à la COVID 19.

Dans l'intervalle, et bien sûr dans le respect des réglementations actuelles et des désormais bien connus « gestes barrières », nous insistons sur l'importance de conserver autant que possible une activité physique, de manière à maintenir une condition physique aussi bonne que possible et un retour à la plongée sans problème. Les clubs de sports sont fermés, mais il reste possible de faire du vélo (seul ou en famille), du jogging, même simplement une promenade est déjà un bon début.

Prenez bien soin de vous bien en ces temps difficiles,


Pour la Commission Médicale,
Dr Olivier GOLDBERG
Président

Lifras asbl - Rue Jules Broeren 38 - 1070 Bruxelles - Tél. : +32(0)2/521.70.21 - Fax : +32(0)2/522.30.72

