

# **La Grônarde VS COVID-19**

## **Concept et mesures de protection**

basé sur le concept de la Fédération Suisse de gymnastique et adapté à la Grônarde

### **Préambule**

Ce concept est basé intégralement sur le concept de la Fédération Suisse de gymnastique et a été adapté pour la Grônarde.

# 1 Généralités

## 1.1 Contexte

La quatrième phase d'assouplissement des mesures prises durant l'épidémie de la COVID-19 prend effet le 22 juin 2020 ; l'interdiction de rassemblement dans l'espace public sera assouplie dans le strict respect des règles de distance et d'hygiène et moyennant un traçage des contacts étroits.

Les nouvelles étapes de déconfinement pour les entraînements et activités physiques au sein des organisations de sport autorisent une reprise plus large des activités sportives sous réserve des directives sanitaires et épidémiologiques de l'Office fédéral de la santé publique.

Le présent concept s'appuie sur les nouvelles directives cadres pour les concepts de protection dans le sport de l'OFSP/Swiss Olympic ; il indique la manière dont les entraînements de gymnastique (domaine du sport de masse) peuvent avoir lieu dans le cadre des mesures de protection générales existantes.

Les sociétés proposant des branches sportives n'appartenant pas aux branches sportives gymniques doivent également observer les concepts de protection établis par l'association faîtière concernée (volleyball, unihockey, handball, etc.).

Sur la base du présent concept de protection, chaque société doit établir son propre concept à coordonner avec le concept de protection de l'exploitant des installations sportives. Ce concept individuel n'est pas soumis à l'approbation des autorités mais ces dernières sont habilitées à interdire une activité sportive ou à fermer une installation en cas d'absence de concept de protection ou de concept de protection insuffisant.

## 1.2 Objectifs

L'objectif consiste à mettre en œuvre la normalisation progressive des activités physiques et des entraînements en gymnastique tout en observant les directives sanitaires et épidémiologiques de l'Office fédéral de la santé publique.

La responsabilité de la mise en œuvre des mesures de protection est du ressort des organisations, comités directeurs, organisations, coaches J+S, moniteurs et gymnastes concernés.

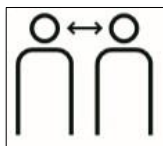
## 2 Principes de base dans le sport

Les présentes mesures de protection s'appuient sur les principes de base visant à empêcher la propagation du coronavirus. Ces principes sont les suivants :

- A** Pas de symptômes à l'entraînement
- B** Garder les distances (distance de 1.5 mètres dès que possible)
- C** Respect des règles d'hygiène de l'OFSP
- D** Listes des présences, tenue par les moniteurs pour tracer les éventuelles chaînes d'infection.
- E** Désignation d'une personne responsable, respect du concept de protection de la société



A



B



C



D



E

*Le présent document est rédigé sous la forme masculine mais comprend la forme féminine.*

### 3 Explications

#### AI Pas de symptômes à l'entraînement

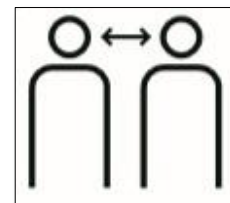
##### Symptômes

**Les gymnastes et moniteurs présentant des symptômes ne sont pas autorisés à participer aux entraînements.** Ils doivent rester à la maison, voire être isolés. Ils doivent contacter leur médecin et suivre les instructions de ce dernier. **Les gymnastes / moniteurs présentant des symptômes sont tenus d'informer immédiatement la responsable technique, Mme Géraldine Chablais au +41 79 601 04 71.**



#### BI Garder ses distances

Lors du trajet aller, de l'arrivée sur l'installation sportive, dans les vestiaires, lors des discussions, lors de la douche, après l'entraînement et lors du trajet retour ; dans toutes ces situations et situations similaires, continuez de garder une distance de 1.5 mètres avec les autres personnes et de renoncer à la traditionnelle poignée de main. C'est uniquement lors de l'entraînement à proprement parler que les contacts corporels sont à nouveau autorisés.



Lors des activités sportives impliquant obligatoirement un contact corporel étroit, il convient d'organiser les entraînements de telle manière qu'ils se déroulent exclusivement en groupes fixes et que la liste des participants soit dressée. Par contact étroit s'entend un contact durable (plus de 15 minutes) ou le non respect répété de la distance de 1.5 mètres sans mesure de protection. Il incombe aux moniteurs de décider de la répartition des groupes.

La monitrice gardera dans la mesure du possible ses distances avec les gymnastes. La sécurité des gymnastes devra cependant être assurée et les contacts physiques sont donc autorisés dans ce cas. Les exercices à deux seront évités dans la mesure du possible. S'il est nécessaire de les garder, il ne faudra pas changer les binômes pendant l'exercice.



#### C I Respect des mesures d'hygiène

Se laver les mains est une mesure d'hygiène cruciale. Se laver soigneusement les mains avec du savon avant et après l'entraînement permet de se protéger soi-même et les autres.

Les gymnastes et les monitrices se désinfecteront les mains avant d'entrer dans la salle de gymnastique et en sortant. Du gel sera mis à disposition à l'entrée de la salle. Les gymnastes ne s'échangent pas leur matériel. A la fin du cours, la monitrice désinfectera tout le matériel utilisé pendant son cours à l'aide du désinfectant mis à disposition par la société. Les gymnastes utilisent leur propre gourde. Le nom du gymnaste y est noté.

La monitrice s'assurera également que les règles d'hygiène sont respectées pendant le cours et rappellera aux gymnastes les gestes barrières.



#### D I Dresser la liste des participants

Sur injonction des autorités sanitaires, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés durant 14 jours. Pour simplifier le traçage des personnes, la société dresse une liste des présences pour chaque entraînement. La personne responsable de l'entraînement est chargée de tenir une liste exhaustive et exacte ainsi que de la remettre à la personne responsable du plan coronavirus (voir point 5). La société est libre de décider de la forme sous laquelle elle souhaite tenir ces listes (par exemple : doodle, application, Excel, etc.).



##### Restrictions d'admission :

- Les installations d'entraînement sont ouvertes uniquement aux personnes nécessaires à la pratique de la gymnastique. **Durant les heures d'entraînement, l'accès à la salle (= bâtiment) est autorisé uniquement aux moniteurs, gymnastes**, personnel de nettoyage.
- **Les accompagnateurs et personnes extérieures (parents, amis, etc.) ne sont pas autorisés à rentrer dans les locaux.**

## EI Désignation d'une personne responsable, respect du concept de protection

Toute organisation prévoyant reprendre les entraînements doit désigner une personne responsable du plan coronavirus qui sera chargée de veiller au respect des dispositions en vigueur. Il s'agit pour la Grônarde de Géraldine Chablais. En cas de question, prière de le/la contacter directement (n° tél. **+41 79 601 04 71** ou [info@lagronarde.ch](mailto:info@lagronarde.ch)).



*La personne responsable du plan coronavirus:*

- est chargée de la mise en œuvre et du respect du concept de protection,
- informe les personnes concernées (fonctionnaires, entraîneurs, athlètes, parents, etc.) des mesures prises et des processus définis,
- fait office d'interlocuteur à l'interne et à l'externe,
- s'assure que les règles de comportement de Swiss Olympic (affiche) soient placardées à l'entrée du bâtiment ainsi qu'à d'autres endroits.

*Les moniteurs:*

- sont responsables de la tenue du registre des présences pour chaque cours
- soutiennent la personne responsable du plan coronavirus et planifient les entraînements dans le respect des cinq points A-E,
- apportent leur aide/soutien actif que lorsque cela est absolument nécessaire.

*Tout le monde:*

- s'en tient aux règles de distanciation et aux mesures d'hygiène en vigueur,
- se montre solidaire et applique les règles du concept de protection en faisant preuve d'un degré élevé de responsabilité.

## 4 Compléments

### Arrivée vers/départ depuis le lieu d'entraînement

Pour se rendre à l'entraînement, il convient d'éviter si possible d'emprunter les transports publics et de préférer les moyens de transport individuels (voiture, vélo, moto, etc.), voire de venir à pied. Si possible, éviter également le covoiturage afin de respecter la règle de distanciation des 1.5 mètres.

**Afin de limiter au strict minimum le temps de présence dans les vestiaires, les participants viennent déjà équipés de leur tenue de sport (sauf les chaussures de salle qui doivent être mise une fois dans le vestiaire !)**

**L'entrée dans les vestiaires se fait uniquement sur ordre d'un moniteur, les participants aux cours attendent devant l'entrée.**

*Organisation:*

Lors du passage d'un groupe d'entraînement à l'autre, les personnes du groupe d'entraînement suivant attendent généralement devant l'infrastructure dans une salle d'attente définie conformément à la règle de distanciation de 1.5 mètres jusqu'à ce que le groupe précédent ait quitté le bâtiment.

**Les contacts directs entre les différents groupes doit être évités.**

**Information:**

Ce document doit être placardée à l'entrée du bâtiment, dans d'autres emplacements ainsi que sur le site internet de la Grônarde [www.lagronarde.ch](http://www.lagronarde.ch).