



Société Gymnastique Marly
Cp 17
CH-1723 Marly

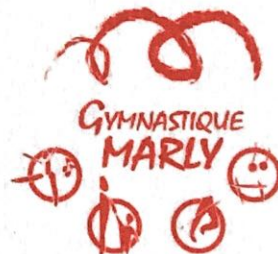
info@gym-marly.ch
www.gym-marly.ch

« Société de Gymnastique de Marly »

Concept de protection pour les entraînements de la SGM dès le 19 avril 2021

Version : dimanche 18 avril 2021

Auteur : Richard Riedo-Alves ; responsable du plan coronavirus



1. Généralités

1.1. Contexte

Le présent concept est basé sur les nouvelles mesures du Conseil fédéral du 14 avril 2021, ainsi que les mesures du canton de Fribourg édictées le 15 avril 2021. 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.

1.2. Objectifs

La responsabilité de la mise en œuvre des mesures de protection est du ressort du comité, des moniteurs et des 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 Taille des groupes
- C Garder les distances (1,5 mètre) et port du masque
- D Respect des règles d'hygiène de l'OFSP
- E Listes des présences pour tracer les éventuelles chaînes d'infection.
- F Désignation d'une personne responsable du concept de protection de la SGM

3. Explications

Les principes suivants doivent être respectés lors des entraînements :

A | Pas de symptômes à l'entraînement

Les **gymnastes et moniteurs présentant des symptômes de maladie ne sont PAS autorisés à participer aux entraînements**. Ils doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin. **Chaque membre ayant développé des symptômes** associés au Covid-19, après avoir participé à un entraînement, **doit prévenir la personne responsable de l'entraînement**, afin que celle-ci puisse en informer le responsable Covid de la société.

B | Taille des groupes (nouvelles mesures)

Taille des groupes

- Enfants et jeunes (2001 et plus jeunes):

La taille des groupes (moniteur et aides **non-inclus**) est **conseillée** à 15 personnes.

- Adultes (2000 et plus âgé):

La taille des groupes (moniteur et aides **inclus**) est **limitée à 15 personnes** par salle et en extérieur.

Groupes fixes

Les groupes d'entraînement doivent rester fixes et donc s'entraîner si possible dans la même constellation. La répartition des groupes et sa mise en œuvre sont du ressort des responsables de section.

La présence de plusieurs groupes de 15 personnes au maximum est concevable à l'air libre. Ceux-ci doivent être en permanence et ouvertement identifiables comme groupes indépendants et que leurs membres ne se rapprochent pas les uns des autres et ne se mélangent pas (ex. groupes de joggeurs en forêt).

C| Garder les distances et port du masque

Enfants et jeunes (2001 et plus jeunes)

Pour les gymnastes de 2001 et plus jeune, **le port du masque n'est pas obligatoire et il est possible de pratiquer tous les types d'activités sportives** (y compris les sports de contact). **Les moniteurs doivent porter le masque en permanence.**

Adultes (2000 et plus âgé) (nouvelles mesures)

Les activités en extérieur sont autorisées, dès lors que le masque est porté **ou** que la distance d'1,5 mètre est respectée (nordic walking, randonnée, jogging, etc.). Tous les sports impliquant un contact physique (sports d'équipe par exemple) sont interdits. Les formes d'entraînements doivent par conséquent être conçues de façon à proscrire les contacts entre les gymnastes et entre les gymnastes et le moniteur. Tout contact rapproché (portés, éjectés, jeux de balles par équipe, etc.) est interdit.

Les activités en intérieur sont autorisées. Le port du masque et le respect de la distance (1,5m) sont toujours obligatoires. La pratique du sport sans masque est autorisée uniquement lorsque le sport ne peut pas se pratiquer avec un masque et sous réserve du respect strict des distances (25m2/pers. pour des activités physiques exigeantes comme les entraînements d'endurance et 15m2/pers. pour des activités stationnaires « calmes » comme le yoga).

Pour tous

- **Avant et après les entraînements**

Hors des entraînements, à savoir lors du trajet aller, de l'arrivée dans l'installation sportive, lors des discussions, après l'entraînement et lors du trajet retour (ou d'autres situations similaires), **gardez vos distances (1.5m) et le port du masque est obligatoire** (pour les plus de 12 ans) et renoncez aux poignées de main ou « high five ».

- **Transport vers et depuis l'entraînement**

Renoncer si possible à emprunter les transports publics et préférer les arrivées/départs au moyen de transports individuels (vélo, moto, voiture, etc.) ou à pied. Renoncer au covoiturage (règle de la distanciation sociale).

- **Entre les entraînements**

Lors du passage d'un groupe d'entraînement à l'autre, les personnes du groupe d'entraînement suivant attendent généralement devant l'infrastructure, à l'extérieur devant l'entrée spectateur de la salle de gym à Marly Grand-Pré et sous le préau à Marly Cité en respectant 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 doivent être évités.

- **Aider/assurer**

Tout contact corporel avec les personnes nées en 2000 ou plutôt **est interdit** (sauf danger pour le gymnaste). Les **éléments difficiles** et/ou à risque **ne doivent pas être exécutés** et le moniteur **aide uniquement de manière verbale**. Il est autorisé d'aider et d'assurer les gymnastes nés en 2001 et après. Les moniteurs doivent porter le masque en permanence.

D| Respect des mesures d'hygiène

Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de **se laver les mains** avec du savon, **avant et après l'entraînement**, pour se protéger soi-même et son entourage. Du **désinfectant** est mis à disposition à l'entrée de la salle.

E| Etablir des listes de présence

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, 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 (cf. point F). Le format pour les listes est libre (SportDB, photos, liste papier...). La personne responsable de l'entraînement **doit noter et conserver** la répartition des gymnastes au sein des sous-groupes.

Restriction d'accès

Seules les personnes indispensables à la pratique de la gymnastique se trouvent dans les locaux ; les accompagnateurs et les personnes extérieures (parents, etc.) n'y ont pas accès, sauf en cas de nécessité. Pour les plus jeunes, les parents des gymnastes les amènent à l'entrée de la halle et repartent dès qu'il/elle est entré.

F| Désigner une personne responsable au sein du club

Chaque organisation qui prévoit de reprendre les entraînements doit nommer un(e) responsable du plan coronavirus. Cette personne est chargée de veiller à ce que les règlements soient respectés. Dans notre club, il s'agit de **Richard Riedo-Alves**. Si vous avez des questions, **veuillez le contacter directement par téléphone ou par mail (+41 76 822 36 72 ; richardriedo.sgm@gmail.com)**.

4. Responsabilité des membres de la SGM

La personne responsable du plan coronavirus:

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

Les moniteurs / responsables des entraînements:

- 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. L'aide doit être principalement orale. Les contacts corporels sont toutefois autorisés à l'entraînement pour assurer et aider les gymnastes en cas de besoin,
- s'assure du bon déroulement de l'entraînement, du respect des consignes sanitaires et de la sécurité.

Tous les membres :

- s'en tiennent aux règles de distanciation et aux mesures d'hygiène en vigueur,
- se montrent solidaires et appliquent les règles du concept de protection en faisant preuve d'un degré élevé de responsabilité.

Evidemment, ces mesures exceptionnelles s'ajoutent aux mesures déjà en vigueur habituellement au sein de la société (cheveux attachés, pas de bijoux, etc.). De plus, les autres mesures sanitaires édictées par l'OFSP doivent également être respectées (tousser ou éternuer dans un mouchoir, hygiène des mains, etc.).

Ce concept sera transmis aux responsables des entraînements et sera consultable pour les membres de la SGM sur le site internet de la SGM : www.gym-marly.ch.

5. Mesures spécifiques aux différentes sections

Aux sections auxquelles cela peut s'appliquer

→ Si du sang devait tomber sur le matériel, le membre concerné devra **immédiatement désinfecter la zone**.

Agrès

Matériel à avoir avec soi et distance (nouvelles mesures)

- De la magnésie sera fourni aux gymnastes qui en ont besoin, lors du premier entraînement. Les gymnastes doivent donc **prendre une boîte hermétique à l'intérieur de laquelle ils pourront mettre leur magnésie**. Il est de la responsabilité du gymnaste de prendre sa magnésie à chaque entraînement.
- les gymnastes ont la possibilité de retirer leur masque le temps de faire leur exercice à l'engin puis le remettre à condition d'avoir au minimum 1,5m avec les autres gymnastes.

Pole-dance


Distance (nouvelles mesures)

- Une fois les barres installées dans la salle et que chaque personne est à sa barre, il est possible d'enlever le masque pour les exercices tant qu'il n'y a pas plus que 9 personnes dans la salle.

Marly, le 18 avril 2021

La Société de Gymnastique de Marly

Personne responsable (monitrice, moniteur), signature et date:



18.04.21