



ASSOCIATION ÉVEIL DU SOUFFLE

Siège social : chez Evelyne Royère-Blanchard - Le Saupiquet- 24240 SIGOULES – FLAUGEAC

CONSIGNES SANITAIRES - RENTRÉE 2020

Entrée en vigueur : à partir du 19 Août 2020. Dernière Mise à jour : 4 septembre 2020

SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES

Organisation du club :

- Un responsable Covid-19 est désigné, parmi l'encadrement, chargé de veiller à la mise en œuvre des protocoles sanitaires. Ces consignes sont affichées dans chaque salle. Les enseignants rappellent les consignes sanitaires.
- Un registre détaillé des présences doit être tenu afin de permettre le suivi des pratiquants.
- Il est conseillé de prévoir une période de battement entre les séances pour éviter les contacts entre les différents groupes.

Préconisations sanitaires à prendre par les pratiquants avant de se rendre au cours :

- Avoir un bon état de santé général,
- En cas d'infection au COVID-19, ou des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ...), le pratiquant doit d'abord consulter un médecin avant la reprise des cours,
- La fiche d'inscription est à jour et comprend les coordonnées de la personne pouvant être jointe en cas de problème.
- S'être douché, lavé les cheveux, avoir les mains propres.
- Il est conseillé de venir en tenue de pratique du yoga et/ou du Qi gong.
- Venir avec son tapis de sol, sa couverture, son coussin, des mouchoirs jetables avec une pochette pour les isoler après utilisation, sa lotion hydro-alcoolique, sa gourde. Un sac pour ranger ses vêtements de ville qui ne doivent pas rester dans le vestiaire.

Préconisations sanitaires à faire respecter dans la salle et durant la séance :

- Lavage des mains à l'entrée de la salle (mise à disposition de gel hydro-alcoolique).
- Port du masque obligatoire (à partir de 11 ans) en dehors des temps d'activité physique.
- Respecter les gestes barrières Covid-19 : tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir, utiliser des mouchoirs à usage unique, saluer sans se serrer la main, se laver les mains régulièrement, proscrire tout échange de matériel personnel : tapis, gourdes, serviettes ...
- A chaque entrée, le pratiquant enlève son masque, le range avec ses autres effets personnels dans son sac, se lave les mains à l'aide de gel hydro- alcoolique.
- Vestiaires si mis à disposition selon les salles : une seule personne à la fois dans le vestiaire pour changer de tenue. Les manteaux et vêtements de ville ne devront pas rester dans le vestiaire, chacun aura un sac pour ranger ses effets personnels.
- La distanciation physique doit être d'au moins 2 mètres entre les pratiquants (en ligne ou en quinconce), soit 4 m2 par pratiquant. Le nombre de pratiquants par salle doit respecter cette règle de distance.
- Le professeur est invité à proposer les adaptations pédagogiques spécifiques à la situation de vigilance. La pratique en extérieur est conseillée quand le temps le permet. Il est également attentif aux périodes d'inactivité et évite les regroupements et discussions des pratiquants (non masqués) dans la salle en faisant respecter une distanciation d'au moins 1 mètre.
- Une vigilance particulière est apportée à l'aération et à la désinfection quotidienne des points de contacts (poignées de portes, robinets, interrupteurs) des espaces de pratique et sanitaires. Si les conditions météorologiques le permettent, la porte d'entrée restera entre-ouverte de façon à ne pas avoir à toucher la poignée pour entrer et sortir dans la salle.
- A chaque sortie, le pratiquant remet son masque, se lave les mains à l'aide de gel hydro-alcoolique.

* * *

Merci de respecter ces bonnes pratiques pour le respect de tous

