



Société de gymnastique d'Hommes de Lausanne

www.gdh.ch

Président : Alexandre GUEX
Champ-Rond 27-1010 Lausanne
Mobile : 079 510 29 08
Mail : alexandre.guex@citycable.ch

Concept de protection pour les entraînements de gymnastique dans les salles de l'Elysée et de la Rouvraie, tous les mardis de 18h00 à 20h00, pour la saison 2020/2021, dès le 8 septembre 2020.

Version : 19 août 2020

Auteur : Alexandre Guex, président de la GDH

Société de gymnastique d'Hommes de Lausanne

Dès le 7 septembre 2020, les entraînements sont à nouveau autorisés dans les salles de gymnastiques de la Ville de Lausanne, misent à notre disposition sous réserve du respect des concepts de protections propres à chaque club. Pour les activités sportives nécessitant un contact physique étroit et constant, l'entraînement doit être organisé de telle sorte qu'il se déroule exclusivement par groupes fixes et avec une liste de présence. On parle de contact étroit lorsque des personnes restent longtemps (plus de 15 minutes), ou de manière répétée, à une distance de moins de deux mètres les unes des autres, sans mesure de protection.

Les cinq principes suivants doivent être respectés lors des entraînements :

1. Pas de symptôme à l'entraînement

Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont pas autorisées à participer aux entraînements. Elles doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin.

2. Garder ses distances

Lors du trajet aller, de l'arrivée dans l'installation sportive, dans les vestiaires, lors des discussions, lors de la douche, après l'entraînement et lors du trajet retour – dans ces situations ou d'autres similaires, gardez encore vos distances avec les autres personnes et renoncez aux poignées de main ou « high five ». Les contacts corporels sont seulement à nouveau autorisés, dans tous les sports, au moment de l'entraînement à proprement parler. L'entraînement doit se dérouler dans un espace d'au moins 10m² par personne, ce qui signifie qu'un maximum de 25 personnes peuvent participer à nos entraînements.

3. Se laver soigneusement les mains et désinfection du matériel

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. Impératif, la désinfection des surfaces, engins, poignées et interrupteurs après utilisation. Les produits nécessaires seront à disposition.

4. Etablir des listes de présences

Sur demande, les contacts étroits doivent pouvoir être attestés aux autorités sanitaires pendant 14 jours. Afin de simplifier le traçage des personnes, le club tient des listes de présence pour tous les entraînements. Le moniteur responsable de l'entraînement est chargé de tenir une liste exhaustive et exacte ainsi que de la remettre à la personne responsable du plan coronavirus (voir point 5). Pour notre Société la liste se tiendra sur un tableau excel.

5. Désigner une personne responsable au sein du club

Chaque organisation qui prévoit de reprendre les entraînements doit nommer un responsable du plan coronavirus. Cette personne est chargée de veiller à ce que les règlements soient respectés. Dans notre club, il s'agit Alexandre Guex. Si vous avez des questions, veuillez le contacter directement : mobile : 079 510 29 08 mail : alexandre.guex@citycable.ch).

6. Prescriptions spécifiques

Les membres qui participent aux entraînements dans nos salles de gymnastique de l'Elysée et de la Rouvraie doivent s'inscrire sur le groupe WhatsApp « Elysée-GDH » ou « Rouvraie-GDH » afin de ne pas dépasser le nombre de 25 personnes autorisées, selon point 2 du concept de protection.

Lausanne, le 19 août 2020

Le président Alexandre Guex

Concept de protection pour les entraînements de la Société de Gymnastique d'Hommes de Lausanne – dans les salles de gymnastiques de l'Elysée et de la Rouvraie, dès le mardi 8 septembre pour la saison 2020/2021

