

**FSG Champagne**  
**Société de gymnastique**  
Chemin du Closel 1  
1424 Champagne

079.412 54 50  
secretariat@fsg-champagne.ch  
www.fsg-champagne.ch



Publication sur [www.fsg-champagne.ch](http://www.fsg-champagne.ch)

A l'attention des membres, des moniteurs et du comité de la FSG Champagne  
Pour information : Commune de Champagne

## **FSG Champagne – Société de gymnastique**

### **Concept de protection pour les entraînements dès le 31 août 2020**

*Basé sur les mesures de protection en gymnastique de la FSG – sport de masse – pour les entraînements et le concept de protection standard Swiss Olympic - éditions du 22 juin 2020  
Sous réserve de nouvelles mesures édictées au niveau fédéral, cantonal ou communal.*

Version : 18 août 2020

Auteur : Corinne Martin – Présidente et responsable du plan coronavirus

### **Nouvelles conditions cadres OFSPO/Swiss Olympic**

Depuis le 6 juin 2020, les entraînements sont à nouveau autorisés dans tous les sports, sous réserve du respect des concepts de protection propres à chaque club. Le 22 juin, de nouvelles modifications sont entrées en vigueur. Pour les activités sportives nécessitant un contact physique étroit et constant, il est recommandé d'organiser l'entraînement par groupes fixes. On parle de contact étroit lorsque des personnes restent longtemps (plus de 15 minutes), ou de manière répétée, à une distance de moins de 1,5 mètre les unes des autres, sans mesure de protection.

### **Objectifs**

L'objectif consiste à mettre en œuvre la normalisation progressive des activités physique et des entraînements en gymnastique, tout en observant les directives sanitaire et épidémiologiques de l'OFSPO.

### **Concept de protection pour les entraînements de la FSG Champagne dès le 31 août 2020**

Conformément aux prescriptions de la Fédération Suisse de Gymnastique (FSG), le concept de protection de notre société s'appuie sur les nouvelles directives cadres pour les concepts de protection dans le sport de l'OFSPO/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 protections générales existantes.

### **Mise en œuvre du concept de protection de la FSG Champagne (voir points 1 à 6)**

La responsabilité de la mise en œuvre des mesures de protection est du ressort de la responsable du plan coronavirus, des moniteurs et de tous les gymnastes concernés dans tous les groupes de la FSG Champagne.

## Les cinq principes suivants doivent être respectés lors de nos entraînements :

### 1. Pas de symptôme à l'entraînement

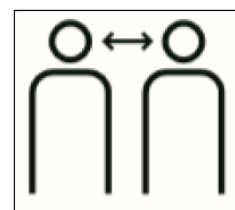
Les gymnastes et moniteurs présentant des symptômes de maladie -ou dont un des membres de leur entourage direct vivant sous le même toit présente des symptômes de la maladie - ne sont PAS autorisés à participer aux entraînements. Ils doivent rester à la maison, voire être isolés. Ils doivent contacter leur médecin et suivre les instructions de ce dernier. La responsable du plan coronavirus de la société doit immédiatement être informée en cas de symptômes d'un des membres de la société ou si l'un des membres de la société devait se voir mis en quarantaine !



**Groupes à risque :** Pour les gymnastes appartenant à un groupe à risque, tel que défini par les directives de l'OFSP, le choix de participer à un des cours collectifs au programme de la FSG Champagne relève de leur propre responsabilité.

### 2. Garder ses distances

Lors du trajet aller, de l'arrivée à la salle de gymnastique, dans les vestiaires, lors des discussions, après l'entraînement et lors du trajet retour – dans ces situations ou d'autres similaires, gardez une distance de 1.5 mètres avec les autres personnes et renoncez aux poignées de main.



**Bien qu'ils soient à nouveau autorisés uniquement au moment de l'entraînement à proprement parlé dans tous les sports, il n'y aura PAS DE CONTACTS PHYSIQUES ETROITS dans les cours proposés par la FSG Champagne jusqu'à nouvel avis ! Par contact physique étroit s'entend un contact physique durable (plus de 15 minutes) ou le non-respect répété de la distance de 1.5 mètres sans mesure de protection.**



Afin d'éviter au maximum le risque de contacts physiques étroits, lors de travail en sous-groupes, ceux-ci doivent être confirmés, donc s'entraîner dans la mesure du possible dans la même constellation. Il incombe aux moniteurs de décider de la répartition des groupes et de la mettre en œuvre.

Durant les cours de la FSG Champagne, les moniteurs maintiennent une distance de 1.5 mètres avec les gymnastes. S'il est impossible de garder cette distance dans certaines situations de nécessité, les moniteurs porteront masque et gants.

Les dimensions de la Grande Salle de Champagne limitent le nombre de participant à 25 au maximum. Certains groupes sont limités à moins pour des raisons de sécurité et de qualité.

### 3. Respect des mesures d'hygiène

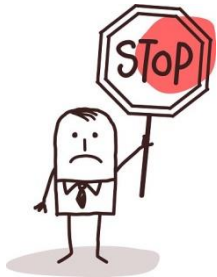
Le fait de se laver les mains joue un rôle clé en matière d'hygiène. Il est donc important de se laver les mains avec du savon ou avec une solution hydroalcoolique, avant et après l'entraînement, pour se protéger soi-même et les autres.

Le matériel utilisé durant les cours sera soigneusement désinfecté avant et après usage. On évitera l'utilisation d'engins et d'engins à main en tissus ou autre matière ne pouvant être désinfectée. Dans la mesure du possible, chaque gymnaste gardera le matériel qu'il utilisera pour lui seul durant la leçon !



#### 4. Etablir des listes de présence

La personne responsable de l'entraînement est chargée de tenir une liste de présence exhaustive et exacte ainsi que de la remettre à la personne responsable du plan coronavirus (voir point 5).



#### **Restriction d'admission :**

*Seules les gymnastes et les moniteurs ont accès à la salle de gymnastique (=bâtiment) ! Les personnes extérieures (parents, amis, etc.) n'y ont accès qu'en cas de nécessité !*

#### 5. Personne responsable au sein de la société et responsabilité collective

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 société, **il s'agit de Corinne Martin**. Si vous avez des questions, veuillez la contacter directement (Tél. +41 79 412 54 50 ou [coxcom@greenmail.ch](mailto:coxcom@greenmail.ch)). Tous les gymnastes, moniteurs et responsable coronavirus s'en tiennent aux règles de distanciation et aux mesures d'hygiène en vigueur. Ils se montrent solidaires et appliquent les règles du concept de protection en faisant preuve d'un degré élevé de responsabilité.



#### **Prescriptions spécifiques : Membres de la FSG Champagne et parents des enfants membres**

- *Eviter si possible d'emprunter les transports publics et le covoiturage pour vous rendre à l'entraînement.*
- *Attendre à l'extérieur de la salle, en respectant les 1.5 mètres de distanciation, que le groupe précédant sorte et que le moniteur responsable de votre groupe vienne vous chercher. Les parents qui accompagnent et viennent rechercher les enfants restent à l'extérieur du bâtiment !*
- *Arriver si possible à l'entraînement en tenue de sport et ne devoir que changer de chaussures.*
- *Au vestiaire, respecter les 1.5 mètres de distanciation, ne pas utiliser les douches de la salle, les WC sont à disposition.*

#### **Prescriptions spécifiques : Moniteurs de la FSG Champagne**

##### **Matériel de protection et d'hygiène**

- *Les moniteurs ont gants et masques à leur disposition et s'en équipe si besoin.*
- *Pour le lavage des mains avant et après le cours, savon et papier jetable sont disponibles.*
- *Les moniteurs disposent de solution hydro-alcoolique et de papier jetable pour désinfecter le matériel qui peut l'être à la fin de chaque cours.*

##### **Contenu des leçons**

- *Les moniteurs prévoient des cours qui bannissent les contacts physiques étroits.*
- *Eviter l'utilisation des agrès pour les groupes où les moniteurs doivent impérativement être proches, voire tenir les gymnastes en permanence pour exécuter un exercice.*
- *Pour le groupe mixte agrès, favoriser l'entraînement au sol. Aux agrès sécuriser au maximum les postes et prévaloir la révision d'acquis sans prise de risque. Le moniteur qui assure porte gants et masque et n'intervient corporellement sur le gymnaste qu'en cas de danger !*

**En cas de contraction du COVID-19, la FSG Champagne ne pourra être tenue pour responsable.**