

## COVID-19 MESURES DE PROTECTION EN GYMNASTIQUE Domaine du sport de masse (entraînements)

Version 2.0  
Auteurs: Jérôme Hübscher et Oliver Bur  
Date: 3.6.2020



# 1 Généralités

## 1.1 Contexte

La troisième phase d'assouplissement des mesures prises durant l'épidémie de la COVID-19 prend effet le 6 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 (10 m<sup>2</sup> de surface par personne, distance de 2 mètres dès que possible)
- C** Respect des règles d'hygiène de l'OFSP
- D** Listes des présences 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

#### A | 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. Le groupe d'entraînement doit immédiatement être informé des symptômes.



##### Groupes à risque

Les personnes appartenant à un groupe à risque tel que défini par les directives de l'OFSP (plus de 65 ans ou souffrant d'une maladie préexistante) font l'objet de précautions spécifiques. Elles doivent notamment éviter les lieux de grande affluence. Des horaires d'entraînement spécifiques sont recommandés. Le choix des installations sportives qu'elles fréquentent relève de leur propre responsabilité.

#### B | 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 2 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 dans tous les sports. Prévoir une surface d'entraînement d'au moins 10 m<sup>2</sup> par personne.



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 2 mètres sans mesure de protection.

Pour les sports à contact physique étroit, les groupes 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.



#### C | 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.



## D | 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, fonctionnaires, personnel de nettoyage et livreurs.
- Les accompagnateurs et personnes extérieures (parents, amis, etc.) **n'y ont accès qu'en cas de nécessité.**

## E | 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 notre société de **Max Mustermann**. En cas de question, prière de **le/la** contacter directement (n° tél. **+41 79 XXX XX XX** ou [max.mustermann@vereinxy.ch](mailto:max.mustermann@vereinxy.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:*

- 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 (avec les mesures de protection correspondantes).

### *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 2 mètres.

*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 2 mètres jusqu'à ce que le groupe précédent ait quitté le bâtiment.

Si l'infrastructure dispose d'espaces intérieurs/d'un hall d'entrée suffisamment grands, la salle d'attente peut également être prévue à l'intérieur du bâtiment. Les salles d'attente correspondantes doivent être marquées. Les contacts directs entre les différents groupes doivent être évités.

Le cas échéant, une sorte de sas doit être prévu à l'entrée, par lequel toutes les personnes doivent passer individuellement.

*Information:*

L'affiche de SWISS OLYMPIC (cf. annexe) doit être placardée à l'entrée du bâtiment ainsi que dans d'autres emplacements.

## **5 Communication du concept de protection**

La Fédération suisse de gymnastique publie le concept de protection par écrit à l'intention de ses associations membres, sociétés et fonctionnaires. La communication principale s'effectue par courriel et comprend les listes de diffusion suivantes:

- présidents des associations membres et sociétés,
- responsables info des associations membres,
- secrétariats des associations membres,
- instances responsables des différentes branches sportives,
- instances responsables de la promotion de la relève,
- fonctionnaires et membres des secteurs et groupes spécialisés de la FSG,
- moniteurs et coaches J+S.

En outre, le concept est publié sur les canaux suivants:

- site internet FSG,
- posts sur les réseaux sociaux (Facebook / Twitter) avec lien vers le site internet,
- courrier aux sociétés (courrier d'information, courriel aux présidents de société).

Les associations membres informent leurs sociétés sur le concept de protection ; les dirigeants des clubs communiquent le concept de protection et la manière dont il est mis en œuvre à leurs fonctionnaires, moniteurs, gymnastes et parents.