



30 avril 2020

Concept de protection pour la reprise des cours de yoga en groupes et individuels

Le concept de protection a été élaboré selon les conditions cadre concernant les concepts de protection pour les activités sportives par le Département fédéral pour les sports DDPS en collaboration entre les deux associations professionnelles Yoga Schweiz Suisse Svizzera et le Schweizer Yogaverband.

Le concept de protection sera communiqué par les deux associations aux membres par écrit et publié sur les sites internet respectifs. La responsabilité de la mise en œuvre du concept de protection sur place incombe aux responsables des studios de yoga. Nous ne pouvons pas effectuer de contrôle et comptons sur la solidarité et la grande responsabilité individuelle des membres.

Résumé des principes généraux

- Respect des règles d'hygiène de l'OFSP
- Distanciation sociale
- Grandeur des groupes selon les prescriptions officielles
- Protocole des participants pour déduire une possible chaîne d'infection
- Respect des prescriptions spécifiques de l'OFSP pour les personnes particulièrement vulnérables
- Transports, arrivée et départ

Règles d'hygiène

Les mesures de protection recommandées par l'OFSP sont clairement affichées dans l'espace d'entrée. Le matériel de communication peut être commandé gratuitement auprès de l'OFSP ou télécharger sur le site <https://ofsp-coronavirus.ch/telechargements/>. Du désinfectant, des serviettes en papier et les poubelles recommandées par l'OFSP avec cou vercle sont à disposition

- Du désinfectant est à disposition à l'entrée pour que les participant-e-s puissent d'abord se désinfecter les mains lorsqu'ils entrent dans la studio de yoga
- Avant et après les séances de yoga les zones sensibles comme poignée de porte, interrupteurs d'ascenseur, toilettes, etc. sont désinfectées par les enseignant-e-s de yoga. Si possible, il s'agit d'éviter le contact avec ces zones sensibles, c'est-à-dire les portes sont déjà ouvertes, sont ouvertes, respectivement fermées par les enseignant-e-s de yoga.
- Les participant-e-s sont priées d'amener leurs propres tapis de yoga ou tissus.

- Les enseignant-e-s de yoga renoncent durant la séance de corriger/toucher les participant-e-s et restent sur leur propre tapis.
- Le service de boissons, tisanes ou eau n'est pas permis. Les participant-e-s apportent leur propre boisson selon besoin.
- Les lieux sont bien aérés d'une manière régulière.

Respect des règles de distance

- Les participant-e-s sont prié-e-s de venir au cours de yoga déjà habillé-e-s.
- Dans les vestiaires, la place est limitée correspondant au nombre de personnes pour que les règles de distances puissent être respectées.
- Le nombre de participant-e-s est limité, dépendant de la taille de la salle. Une distance de 2m par personnes est respectée. Les personnes bougent sur leur tapis. De plus, les pratiquant-e-s bougent d'une manière synchronisée ce qui permet de ne jamais s'approcher de plus de 2m avec le nez ou la bouche.
- Par personne une surface minimale de 10 m² est calculée. L'enseignant-e doit marquer au sol la place pour les tapis de yoga. Exemple : avec un studio de 100 m², 2 x 5 personnes peuvent être présentes. Les deux groupes de personnes ne doivent pas se mélanger. Tout le monde ne doit pas entrer et quitter la salle en même temps.

Protocole des participant-e-s

- Les noms, adresse, e-mail et numéros de téléphone de chaque participant-e-s sont enregistrés. Ainsi, on peut a posteriori savoir qui a participé à quelle séance de yoga. Des chaînes d'infection peuvent être retracées.

Personnes particulièrement vulnérables

- Les personnes particulièrement vulnérables sont priées de suivre les prescriptions de l'OFSP et de s'abstenir de venir au cours de yoga.
- Les participant-e-s aux cours présentant des symptômes de maladie et d'allergies (éternuements) sont prié-e-s de rester à la maison .

Transport, arrivée et départ du studio de yoga

Les participant-e-s habitent ou travaillent en majorité près des studios de yoga.

- Les participant-e-s sont prié-e-s de venir en transport individuel ou à pied. Les transports publics devraient si possible être évités.
- Les participant-e-s repartent de la salle de yoga les uns après les autres en respectant les distances de sécurité. Ils sont priés de respecter les distances de sécurité également en dehors du studio de yoga.