

## ASQT - Concept de protection

### ***pour reprendre les cours collectifs et individuels en Qigong et Taijiquan***

*approuvé par M. Walter Mengisen, Directeur adjoint BASPO, 30.4.2020.11.04 a.m.*

La Société Suisse de Qigong et de Taijiquan transmet le concept de protection à tous ses membres. Ces derniers ont la responsabilité d'informer tous les participants aux cours sur le concept et de le déposer au lieu même du cours. Les enseignants contrôlent que le concept soit correctement appliqué.

Nom de l'enseignant: \_\_\_\_\_

- Le professeur de Qigong / Taijiquan est responsable des mesures suivantes:
- Les enseignants, formateurs et les participants aux cours présentant des symptômes de maladie ne sont pas autorisés à participer aux leçons. Ils restent à la maison et demeurent en isolation. Ils appellent leur médecin de famille et suivent ses instructions. Le groupe d'entraînement ou de formation doit être informé immédiatement des symptômes de la maladie.
- Toutes les personnes se nettoient régulièrement les mains.
- Toutes les personnes doivent garder une distance de 2m entre chacune d'elles.
- Les surfaces et objets sont nettoyés régulièrement après chaque utilisation et selon les besoins. Surtout s'ils sont touchés par plusieurs personnes.
- La question de savoir si des personnes particulièrement vulnérables peuvent participer au cours doit être discutée individuellement. Une protection spéciale est essentielle lors de la participation.
- Les personnes malades sont renvoyées chez elles et doivent suivre les instructions de BAG concernant l'isolement.
- Des aspects spécifiques de la conception des cours sont pris en compte pour assurer la protection contre les infections.
- Les participants aux cours sont informés des exigences et des mesures mentionnées.

## **1. Réglementation en matière d'hygiène:**

- Si possible, gardez toutes les portes ouvertes.
- Un désinfectant pour les mains doit être mis à disposition. Les participants aux cours sont également invités à apporter leur propre désinfectant.
- Les participants viennent, si possible, dans leur vêtement d'entraînement afin de réduire le temps passé au vestiaire.
- Les participants entrent et sortent du bâtiment, du vestiaire et de la salle de formation individuellement en gardant une distance de 2m entre chacun.
- Les règles d'hygiène doivent être préalablement communiquées aux participants et suspendues dans la zone d'entrée.
- L'avis fédéral d'hygiène doit être affiché dans la zone d'entrée.

## **2. Participants:**

- Les participants présentant des symptômes de maladie n'ont pas le droit de suivre les cours.
- A chaque leçon, le nom, l'adresse et le numéro de téléphone de tous les participants doivent être notés afin qu'une éventuelle chaîne d'infection puisse être tracée si nécessaire.

## **3. Taille de la salle / nombre de participants:**

- Le nombre maximum de personnes par groupe autorisé par le gouvernement fédéral est de 5, enseignant compris.
- Le nombre de participants doit être adapté à la salle afin que la distance minimale de 2 mètres entre chaque personne puisse être maintenue à tout moment.
- Les leçons peuvent également avoir lieu à l'extérieur en respectant les mêmes directives.

## **4. Contenu de la formation:**

Dans la situation actuelle, les enseignants choisissent des exercices nécessitant peu d'espace et n'impliquant aucun contact physique. L'enseignant renonce à toute correction physique sur les participants.

**Supplément** *approuvé par M. Walter Mengisen, Directeur adjoint BASPO, 3.5.2020*

Si la salle d'entraînement est suffisamment grande, par ex. plusieurs groupes de 4 personnes peuvent pratiquer en même temps en respectant les critères suivants:

Le groupe exerçant au fond de la salle entre en premier dans la salle. Chaque groupe de 4 personnes doit disposer d'un espace de 40m<sup>2</sup> chacun. Les groupes doivent être clairement séparés, par ex. par des marquages au sol, des cloisons ou des bancs. L'enseignant n'a pas le droit d'entrer dans l'espace des 40 m<sup>2</sup> réservé à chaque groupe. Le mélange des groupes ou regroupement est défendu.

Les groupes garderont, si possible, la même disposition dans la salle lors des cours suivants.

La pièce doit être bien aérée.

