

Judo-Club Le Samouraï Bernex  
Chemin de Saule 120  
CH-1233 Bernex  
+41 22 757 35 72

Florian DUBATH  
+41 78 698 61 28  
comite@lesamourai.ch

# Judo-Club Le Samouraï Bernex

## Concept de protection pour les entraînements dès le 24 août 2020

Version : 24 août 2020

Auteur : Florian DUBATH





Le *Judo-Club Le Samourai Bernex* tient à ce que ses membres et leurs proches respectent, en tout temps, les exigences et les recommandations des autorités que ce soit dans et hors du club.

## **Conditions cadres**

Suite aux décisions du Conseil Fédéral concernant l'assouplissement des mesures dans le domaine du sport, un concept de protection doit être instauré. Le présent concept de protection est basé sur celui de la Fédération Suisse de Judo et Ju-Jitsu qui a été validé par l'OFSP.

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 discipline.

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.

Les 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 ni à se présenter au club. Elles doivent rester à la maison, voire être isolées, et contacter leur médecin dans les meilleurs délais. En cas d'apparition de symptômes après l'entraînement, il est impératif d'informer, au plus vite, l'entraîneur ou le responsable du concept de protection du club.

### **2. Garder ses distances**

Lors du trajet aller, de l'arrivée dans l'installation sportive, dans les vestiaires, lors des discussions, après l'entraînement et lors du trajet retour – dans ces situations ou d'autres similaires, gardez encore une distance de 1,5 mètre avec les autres personnes et renoncez aux poignées de main ou « high five ». Lorsque la distance ne peut être garantie, il est nécessaire de porter un masque ou d'installer une séparation appropriée (par exemple un plexiglas). Les contacts corporels sont seulement autorisés, dans tous les sports, au moment de l'entraînement à proprement parler.

### **3. Se laver soigneusement les mains**

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. Du désinfectant sera mis à disposition à l'entrée du dojo.



#### 4. Établir des listes de présence

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. 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). Le club est libre de décider de la forme.

#### 5. Désigner une personne responsable au sein du club

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 club, il s'agit de Florian DUBATH, le président du club. Si vous avez des questions, veuillez le contacter directement (Tél. +41 78 698 61 28 ; comite@lesamourai.ch).

#### 6. Prescriptions spécifiques

En ce qui concerne notre club, les dispositions suivantes sont appliquées :

- Les personnes de plus de 12 ans entrant dans le bâtiment doivent porter un masque.
- Seuls les membres suivant l'entraînement peuvent entrer dans le bâtiment et dans le dojo (pas de spectateur,...). Pour des questions de sécurité, les enfants peuvent être accompagné-e-s jusqu'au dojo.
- Désinfection / nettoyage des mains à l'entrée du dojo (en cas d'allergie, le membre vient avec un savon adapté)
- L'accès au vestiaire étant fortement limité, nous demandons, dans la mesure du possible, aux participant-e-s de venir déjà changé-e-s (tenue propre !)
- Désinfection / lavage des mains à l'arrivée dans le dojo
- La porte d'entrée du dojo reste ouverte pendant les entraînements (elle est ouverte/fermée par le moniteur présent)
- Le dojo est aéré avant et après les entraînements
- Le tatami et le dojo sont désinfectés régulièrement
- En cas d'utilisation des douches, la personne la désinfecte après utilisation

Bernex, le 24 août 2020

Le Comité

Directives générales pour le sport  
après l'assouplissement des mesures

# Spirit of Sport

signifie maintenant ...



Respect des  
**règles d'hygiène**  
de l'OFSP



**Respect des distances**  
(garder 1,5 m de distance si possible)



Respect du  
**concept de protection**  
des clubs et des exploitants  
d'installations sportives



**Manifestations sportives**

- avec max. 1000 athlètes
- avec max. 1000 spectateurs
- groupes de max. 300 personnes si une distance de 1,5 mètre ne peut pas être assurée



Participation aux  
entraînements/compétitions  
**sans symptômes**



Entraînements de sports avec contact physique étroit

**en groupes fixes**  
(recommandation)



**Listes de présence**  
(traçabilité des contacts proches –  
Contact Tracing)



Valable dès le 22 juin 2020



