

Rentrée yogique et COVID-19

Cher.ère.s adhérent.e.s,

Le virus COVID-19 rôde encore, mais les cours de yoga ont pu reprendre en présentiel. Profitons de cette période particulière pour agir en pleine conscience et toujours garder en tête les conséquences de nos actes pour éviter la prolifération du virus.

Au-delà de règles absolues à suivre, la VFF vous apporte des préconisations issues de différentes sources gouvernementales* et faisant souvent appel à du bon sens :

Je suis élève :

- Je porte un masque et je le garde tant que je me déplace, je peux l'enlever une fois sur mon tapis pendant la pratique
- Je me lave les mains ou j'utilise du gel hydroalcoolique en entrant dans la salle
- Au mieux, je viens en tenue de yoga. Si je dois me changer sur place et que j'ai accès à des vestiaires, je garde mon masque, je respecte la distanciation physique de 1m et je respecte les règles d'utilisation du vestiaire en question (jauge de fréquentation, liste nominative horodatée des utilisateurs...)
- Au mieux, j'utilise mon matériel (tapis, brique, serviette, couverture...). Sinon, j'utilise le matériel mis à disposition
- Pendant la pratique, je respecte la distanciation physique de 2m avec mon.ma voisin.e

Je suis professeur.e :

- Je me lave les mains ou j'utilise du gel hydroalcoolique avant et après le cours
- Je porte un masque pendant l'ensemble du cours
- Je mets à disposition du gel hydroalcoolique à l'entrée de la salle
- Je désinfecte les poignées de porte utilisées par mes élèves avant et après le cours
- Je désinfecte le matériel utilisé par mes élèves avant et après le cours
- J'accueille un nombre d'élèves en lien avec les règles de distanciation pendant la pratique, 2m entre chaque pratiquant, soit une surface de 4m² par élève.
NB : Les obligations de déclaration pour le rassemblement de plus de 10 personnes ne s'appliquent pas à la pratique sportive. Au-delà de 1 500 personnes, l'obligation de déclaration préalable s'applique.
- J'aère la salle entre 2 cours
- Au mieux, j'organise un sens de circulation pour éviter que la sortie soit au même endroit que l'entrée. Sinon, je mets en place un temps d'inter-cours suffisamment long pour éviter que les élèves des cours successifs se croisent.
- Pour les salles communales, je me réfère aux règles de fonctionnement définies par la commune

Et aussi quelques bonnes pratiques à partager :

- Afficher les gestes barrières
- Garder un listing des présences par cours (peut être utile en cas de contamination d'une personne)
- Se tenir informer de la situation dans votre département : <https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus> (en bas de page)
- Garder le sourire. C'est toujours plus agréable qu'en visio !

*Sources :

1- <https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14129>

2- Décret n° 2020-860 du 10 juillet 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de covid-19 dans les territoires sortis de l'état d'urgence sanitaire et dans ceux où il a été prorogé :

<https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000042105897/2020-09-15/>

3- Guide de recommandations des équipements sportifs, sites et espaces de pratiques sportive

<https://sports.gouv.fr/IMG/pdf/sportsguideequipementssportifs.pdf>