



Protocole sanitaire

RENTRÉE 2020/2021

PROTOCOLE SANITAIRE MJC LÉZIGNAN-CORBIÈRES

VERSION AU 14/09/2020

CONTEXTE

La situation sanitaire du pays, liée au coronavirus Covid-19, a conduit à la fermeture des établissements recevant du public (ERP) de mars à juin 2020. Quand cela a été possible, un maintien du lien avec les adhérents s'est fait par l'intermédiaire d'appels téléphoniques, de mails, de l'utilisation des réseaux sociaux, de tutoriels, d'envois d'exercices ou de conseils, etc....

Si le confinement s'est relativement bien passé, la situation a laissé des traces. Notre cœur d'activité est le lien social, c'est pourquoi nous considérons que la transmission se fait par des échanges humains (rien ne remplace le contact direct) et que nous devons privilégier un redémarrage en présentiel pour le maximum d'activités et de services.

Afin de reprendre petit à petit nos activités, ni telles qu'avant, ni tout à fait autrement, nous œuvrons à une reprise évolutive, de nos accueils et dans le respect des prescriptions émises par les autorités sanitaires.

Le présent document précise les modalités pratiques de réouverture et de fonctionnement de la MJC à partir d'aujourd'hui dans le respect des prescriptions transmises par les autorités sanitaires. Il est destiné à tous les actrices et acteurs de la MJC et ses partenaires. Ce protocole repose sur les prescriptions émises par nos différents Ministères de tutelle (Éducation Nationale, Jeunesse et Sport, des Solidarités et de la Santé) ainsi que de la Préfecture de l'Aude à la date du 04/09/2020, de la Médecine du Travail, du CNEA (Conseil National des Employeurs Associatifs) et des préconisations de la Mairie de Lézignan-Corbières.

La mise en œuvre des prescriptions nécessite une collaboration très étroite entre tous les acteurs de l'association : personnels, intervenants, usagers, adhérents et partenaires.

Notre protocole repose sur cinq fondamentaux :

1. La définition de cas suspect et de cas avéré
2. Le maintien des distances de sécurité et la stricte application des gestes barrières.
3. Le port du masque
4. L'organisation des locaux et espaces, le nettoyage et la désinfection
5. L'information et la communication

Notre volonté est de maintenir un lien. Si la situation nous invite à nous poser des questions, et nous offre l'occasion de nous réinventer, nous ne pourrions le faire qu'en présence et à l'écoute de tous.

Des alternatives à distance seront organisées quand cela est possible.

Un des premiers principes est la responsabilité de chacune et chacun dans un cadre défini.

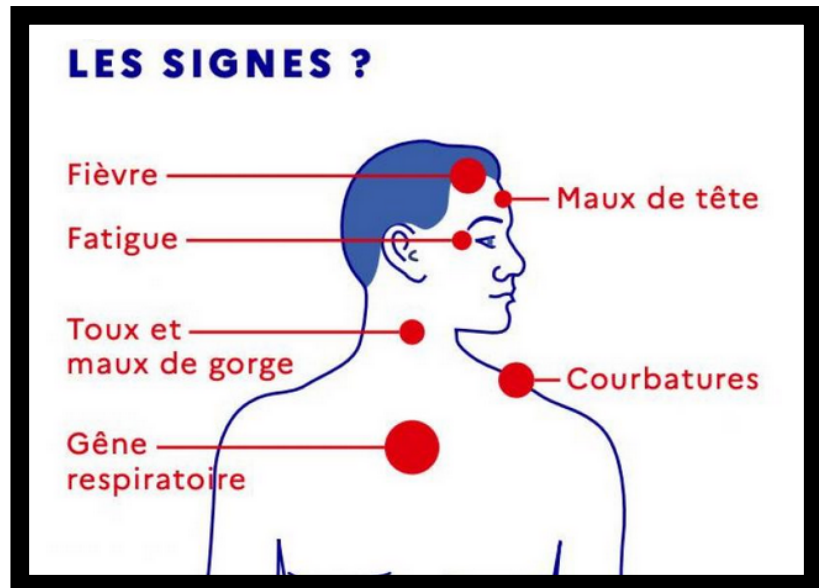
1/ Cas suspect ou avéré

Chacune et chacun jouent un rôle essentiel en s'engageant, notamment, à ne pas venir soi-même ou amener les enfants à la MJC en cas d'apparition de symptômes évoquant une Covid-19 chez la personne ou dans sa famille.

En cas de symptôme ou de fièvre (37,8°C ou plus), la personne ne doit pas se rendre à la MJC. Les personnels procèdent de la même manière.

La MJC se réserve le droit de procéder, sur l'ensemble de ses sites de pratiques, à la prise de température, selon les règles en vigueur, pour les enfants de moins de 11 ans non masqués.

En cas de test positif à la COVID19 dans les 7 jours qui suivent un passage dans nos locaux ou activités il sera demandé à la personne concernée de nous le faire savoir afin d'établir la liste d'éventuels cas contacts qui seront invités à rester isolés et à faire un test sept jours après la dernière rencontre avec la personne infectée.



Pour les autorités sanitaires, on est un «cas contact» et on doit faire un test lorsqu'on a fréquenté sans protection (masque) une personne contaminée pendant 15 minutes à moins de deux mètres quand on est à l'intérieur ou à moins d'un mètre en extérieur.

Cas suspect ou avéré quel impact sur le fonctionnement de la MJC ?

CAS N°1 >>> UNE ACTIVITÉ COMPTE UN CAS AVÉRÉ DE COVID (CONFIRMÉ PAR TEST) :

- l'activité sera suspendue pendant 7 jours (de date à date). La période annulée sera rattrapée au cours de la saison 2020/2021.
- la MJC communiquera la liste des cas contacts à l'ARS qui devront se faire tester (pour rappel est considéré « cas contact » une personne ayant fréquenté, sans masque le cas contaminé pendant au moins 15 minutes dans la même pièce à moins de deux mètres et à moins d'un mètre à l'extérieur).

CAS N°2 >>> UNE ACTIVITÉ COMPTE UN CAS CONTACT :

- il sera demandé au cas contact de ne pas venir à l'activité pendant sept jours le temps d'effectuer le test et d'obtenir les résultats.
- l'activité est maintenue normalement pour les autres adhérents en respect du présent protocole.

2/ Maintien de la distanciation physique et stricte application des gestes barrières

La règle de distanciation physique, dont le principe est le respect d'une distance minimale d'un mètre entre chaque personne, permet d'éviter les contacts directs, une contamination respiratoire et/ou par gouttelettes.

L'organisation mise en place à la MJC doit permettre de décliner ce principe dans tous les contextes et tous les espaces (accueil, espace bar, salle de restaurant, réunions, séances assises, salles d'activités, couloirs, sanitaires, etc...).

Les prescriptions sanitaires insistent sur la nécessité de faire respecter cette distance minimale tout en tenant compte de la difficulté que cela peut représenter.

Pendant la pratique sportive non-masquée certaines activités seront limitées en nombre de pratiquants et la distance entre les adhérents pourra être portée à 2 mètres.



Les gestes barrières rappelés ci-contre, doivent être appliqués **en permanence, partout et par tout le monde**. Ce sont les mesures de prévention individuelles les plus efficaces, à l'heure actuelle, contre la propagation du virus. Le personnel permanent et les animatrices et animateurs d'activités rappelleront ces gestes notamment aux enfants si nécessaire.

Face au Coronavirus, il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage :



3/ Port du masque

A partir de l'âge de 11 ans, sur l'ensemble des sites de pratique de la MJC (hormis pendant le temps de pratique sportive), pour les personnels, les usagers des locaux, les résidents du CIS et les adhérents le port du masque anti-projection, également appelé masque « grand public » **est obligatoire**.

La MJC mettra donc à disposition de ses personnels permanents ainsi qu'à l'ensemble des animatrices et animateurs des clubs en contact direct avec le public :

- des masques dits « grand public » de catégorie 1 à raison de 1 masque pour 4 heures de présence
- ou des masques lavables 20 fois. Pour les salariés un service de lavage des masques par la MJC sera proposé.

Les adhérents, résidents et usagers devront venir avec leur propre masque respectant les normes préconisées.

Pour les enfants de moins de 11 ans et selon l'activité, le port du masque n'est pas recommandé mais les enfants peuvent en être équipés s'ils le souhaitent et s'ils sont en mesure de le porter sans risque de mésusage. L'avis du médecin référent déterminera les conditions du port du masque pour les enfants présentant des pathologies. Il appartiendra aux parents de fournir des masques à leurs enfants et une attestation nous demandant que l'enfant porte le masque en permanence (sauf pour le sport).

Pas de port du masque lors de la pratique sportive, mais port du masque obligatoire pour les déplacements dans l'enceinte de l'établissement.

Le port du masque est également obligatoire dans les temps de déplacements collectifs (covoiturage, bus et minibus).

BIEN UTILISER SON MASQUE

Comment mettre son masque



Bien se laver les mains



Mettre les élastiques derrière les oreilles

ou



Nouer les lacets derrière la tête et le cou



Pincer le bord rigide au niveau du nez, s'il y en a un, abaisser le masque en dessous du menton et ne plus le toucher

Comment retirer son masque



Se laver les mains et enlever le masque en ne touchant que les lacets ou les élastiques



Après utilisation, le mettre dans un sac plastique et le jeter

ou



s'il est en tissu, le laver à 60° pendant 30 min



Bien se laver les mains à nouveau

Le masque est un moyen de protection complémentaire qui ne remplace pas les gestes barrières

4/ L'organisation des locaux et espaces, le nettoyage et la désinfection

Dans la mesure du possible, les salles de la MJC sont ventilées en permanence. Nous laissons au maximum les portes et fenêtres ouvertes. Dans toutes les salles avec un point d'eau du savon sera présent ainsi que des papiers jetables pour s'essuyer les mains. Dans les autres salles, et à l'accueil du gel hydro-alcoolique est à disposition. Chaque jour, il sera vérifié la présence de savon, de papiers jetables, de gel hydro-alcoolique à tous les endroits nécessaires.

En cas de manquement le signaler immédiatement au secrétariat. Pendant la pratique sportive non-masquée certaines activités seront limitées en nombre de pratiquants et la distance entre les adhérents pourra être portée à 2 mètres.

➔ ACCUEIL

Pour les activités se déroulant à l'intérieur, il est demandé à chacune et chacun de respecter les distances physiques et de porter un masque (sauf pour les enfants).

La capacité d'accueil (Hall d'accueil) sera réduite. Il sera demandé aux parents d'attendre au maximum à l'extérieur. Des gobelets jetables cartonnés seront utilisés au bar.

Pendant la période d'inscription il est demandé aux personnes de respecter la distanciation matérialisée au sol dans les files d'attentes.

➔ ACCÈS AUX SALLES / SENS DE CIRCULATION

Les accès aux étages ne seront réservés qu'aux adhérents et usagers.

Les accompagnateurs ne pourront pas monter dans les étages.

Pour les activités en intérieur, l'entrée se fait par la porte d'entrée principale.

La sortie de la salle de spectacle se fera directement par la porte de la salle donnant sur l'extérieur. Les adhérents fréquentant les activités se déroulant au rez-de-jardin utiliseront les issues de secours pour quitter la MJC.

Une signalétique spécifique sera mise en place. La gestion des flux sera assurée par le personnel permanent. Des horaires pourront être un peu modifiés.

L'ascenseur ne sera accessible qu'à une personne maximum.

➔ AGENCEMENT DES SALLES ET ACTIVITÉS EN INTÉRIEUR

Les portes seront au maximum ouvertes afin que les poignées de portes soient le moins souvent touchées. Elles seront pour autant désinfectées régulièrement par la personne responsable occupant la salle. La capacité des salles sera limitée.

Un affichage indiquant le nombre de personnes autorisées en fonction des mètres carrés disponibles et des recommandations officielles sera mis en place à l'entrée de chaque salle.

Dans chaque salle des agencements seront faits en fonction de la nature de l'activité.

Il est recommandé de procéder aux lavages des mains en entrant dans la salle

Il est recommandé de limiter les déplacements dans la salle et dans la MJC.

Le matériel sera individualisé. Il est recommandé aux adultes de prendre leur matériel.

La MJC ne fournira plus de tapis et coussins pour les activités sportives et détente.

Le matériel (pinceaux, crayons, etc.) appartenant à la MJC sera désinfecté par les adhérents utilisateurs entre chaque utilisation.

➔ VESTIAIRES ET SANITAIRES

Il est demandé de prendre ses dispositions avant de venir sur l'ensemble des sites de pratiques. Toutefois les toilettes sont accessibles en respectant les lavages des mains en y entrant et en y sortant. Un produit désinfectant est à disposition des usagers à chaque toilette.

Les vestiaires de la MJC, des Gymnases et de l'Athlétic-Club sont pour l'instant neutralisés.

Les adhérents sont invités à venir en tenue adéquate au déroulement de leur activité. Les douches ne pourront pas être prises dans nos établissements.

5/ L'information et la communication

Une inscription au préalable est nécessaire pour pouvoir gérer les présences dans nos établissements. Ainsi, à chaque entrée sur un site de pratique les adhérents, les usagers ou les parents des adhérents devront remplir et signer une feuille d'arrivée précisant l'heure d'entrée dans l'établissement et l'heure de sortie prévisionnelle. Cette démarche n'est pas utile sur le site de l'Athlétic-Club équipé d'un contrôle d'accès par badge.

Le présent protocole sera accessible sur demande et sur notre site web :
www.mjc-lezignan-corbieres.com

Il est également consultable sur le panneau d'affichage dans le hall d'accueil de la MJC, de l'Athlétic et dans chaque salle d'activité et sites de pratiques de la MJC. Les règles de rappel des bonnes conduites seront affichées dans chaque pièce.

Une signalétique spécifique sera apposée sur les différents sites. Les adhérents et usagers sont invités à en prendre connaissance et à la respecter.

➔ RÉFÉRENT(E)S COVID POUR LES TEMPS DE PRATIQUE MJC

Les référents s'assureront que le présent protocole est scrupuleusement respecté par toutes et tous et proposeront des allègements ou renforcements en fonction de l'évolution de la crise sanitaire.

Ils vérifieront également que la signalétique est bien en place ainsi que les stocks des matériel et produits sanitaires (pour la MJC et l'Athlétic). Ils s'assureront que les fiches d'émargement sont dûment remplies et seront consultées pour l'établissement de la liste des « cas contacts » si besoin.

La MJC a nommé des référents COVID :

• SITE CENTRAL DE LA MJC

> *Julien SANS, Catherine CLAUSTRE, Martine CARON, Christiane NASTORG*

• SITE SECONDAIRE DE L'ATHLÉTIC-CLUB

> *Marie-Claire MOULET, Miriam OUIGHLANI, Walid BOUREGBA*

• GYMNASE COUBERTIN > *Isabelle POURGINE, Isabelle BRESSON*

• GYMNASE LÉO LAGRANGE > *Olivier TREMOULET*

• DOJO > *Hamid EL AOUD, Renaud RODRIGUEZ, Sandrine NAVARRO, Delphine TIBIE*

• HALLE AUX SPORTS > *Isabelle POURGINE, Sandrine NAVARRO, Renaud RODRIGUEZ*

• PISCINE INTERCOMMUNALE DE CAPENDU > *Emmanuelle GRACIA, Timothy GRANIER*

Ce protocole général sera complété par des protocoles plus spécifiques à chaque activité en fonction des préconisations des fédérations de tutelle et des décisions municipales ou préfectorales.

Compléments pour les activités sportives

ANNEXE



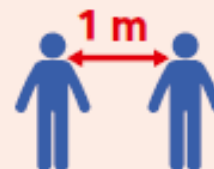


Les bons réflexes à adopter

Respecter les **règles de distanciation**
dans la mesure du possible



Entre chaque
pratiquant en dynamique



Pour les moments statiques
(consignes, briefing, débriefing...),
ainsi que pour les activités
des piscines à l'eau chlorée

Respecter les **règles
barrières**



Se changer et se doucher
à domicile

(Ouverture des vestiaires collectifs
sous réserve des règles de distanciation)

Obligation du
port du masque
dans tous les ERP à partir de
l'âge de 11 ans



Règle des **10 personnes**

(Les obligations de déclaration
pour les 10 personnes ne s'appliquent pas
aux ERP ni à la pratique sportive.
Au-delà de 1 500 personnes,
l'obligation s'applique.)

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > JUDO

- L'encadrement et les élèves veillent, avant d'entrer dans les locaux, à s'être douchés, cheveux lavés, ongles coupés et porter un judogi propre. Ils arrivent masqués et ne retirent leur masque qu'en montant sur le tapis en le glissant dans leurs affaires personnelles. Ils déposent leurs sacs dans un endroit prévu à cet effet proche du tapis. Il contient une gourde individuelle, un gel hydro-alcoolique, des mouchoirs et un sachet pour le masque.
- L'encadrement reste masqué en permanence. Pour les inscriptions, les accompagnants sont masqués et respectent la distanciation. Un questionnaire avec certificat sur l'honneur de non-contagiosité et de respect dans sa vie privée des gestes barrières est à renseigner à l'inscription au club. L'encadrement s'assure individuellement que les règles sanitaires sont connues dès l'inscription puis à chaque changement de règles.
- Un registre des présences au dojo est tenu (dirigeants et accompagnants compris pour assurer un suivi des éventuels foyers de contamination).
- Gestes sanitaires à faire respecter de manière systématique : Lavage ou désinfection des pieds et des mains à chaque montée sur le tatami. Gestes barrières Covid-19 : tousser dans son coude, utiliser des mouchoirs à usage unique, se saluer sans se toucher ni s'embrasser. Pas d'échanges de matériel ou de vêtements.
- Le tapis pour les sports « au sol » posant des contraintes fortes (forte restriction sur l'utilisation d'aspirateurs), une désinfection régulière sera assurée.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > NATATION

Durant le trajet en bus Lézignan-Capendu

Le port du masque est obligatoire pour les enfants de plus de 11 ans pendant le trajet en bus. Une prise de température des enfants de moins de 11 ans, selon les règles en vigueur, sera organisée.

A la piscine de Capendu (Protocole communiqué par Carcassonne Agglo)

A l'arrivée, l'utilisateur est informé dès le portail des conditions d'accès à la piscine via le panneau d'information qui présentera le protocole. Un rappel de l'obligation de port du masque, couvrant nez et bouche (conformément au décret du Premier Ministre) sera réalisé. Une séparation matérielle est mise en place afin de différencier devant l'entrée de la piscine les flux entrant et sortant. Un distributeur de gel hydro-alcoolique est mis à disposition des usagers posé sur un mange-debout. Une information précise l'obligation de se laver les mains avec cette solution avant de pénétrer à l'intérieur de l'équipement. Les casiers sont interdits d'utilisation. Des bancs plastiques sont disposés dans les vestiaires le long des casiers afin de permettre aux usagers de se déshabiller.

La désinfection des cabines individuelles (et collectives si utilisées) est réalisée à minima une fois par jour comme indiqué dans l'INSTRUCTION n°DS/DS/2020/100 du 23 juin 2020 du Ministère des Sports.

De chaque côté du bâtiment, 3 vestiaires individuels sont disponibles et 1 collectif. Ce dernier est fermé sauf si son utilisation est nécessaire pour faciliter l'arrivée d'un groupe sous condition du port du masque ou du respect de la distanciation physique prévue au I de l'article 1 du décret 2020-860 (1 mètre entre 2 personnes).

La douche savonnée est obligatoire avant d'accéder au bassin.

Seul l'accueil des baigneurs est autorisé au sein de l'équipement, excepté pour les accompagnateurs d'enfants en bas âge ou de personnes atteintes de handicap qui pourront accéder à l'établissement pour aider le baigneur dans le déshabillage et l'habillage.

Il est demandé aux baigneurs, dans la mesure du possible, d'arriver en maillots, avec un sac pour ranger leurs affaires.

Afin de privilégier la sécurité sanitaire et les règles de distanciations, pendant la durée du cours, aucune personne extérieure aux groupes d'élèves ne sera acceptée dans le bâtiment (hall, vestiaires, bord de bassin). Un accompagnant sera autorisé pour les enfants âgés de moins de 7 ans pour le déshabillage et l'habillage si nécessaire. Les encadrants porteront un masque en permanence.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > RANDONNÉES PÉDESTRE & MARCHE NORDIQUE

- Les randos se font uniquement sur inscription par téléphone auprès de l'animateur la veille entre 10h et 14h.
- Les groupes seront constitués de 20 personnes maximum avec 2 animateurs.
- Rendez-vous sur le parvis de la Médiathèque afin d'éviter les espaces clos, l'animateur ira à la MJC pour prendre les documents à distribuer.
- Obligation pour les randonneurs d'avoir, dans leur sac, un kit covid individuel avec du gel hydroalcoolique.
- Arrêt de la distribution d'en cas lors des randonnées du mardi et du vendredi.
- Co-voiturage autorisé avec masques et en évitant la climatisation mais il ne sera pas organisé par l'animateur.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > DANSES

- Les surfaces de contacts usuelles, les équipements (barres, agrès, décors, ...) font l'objet d'un nettoyage / d'une désinfection avant et après utilisation (l'utilisation de lingettes à usage unique est recommandée).
 - Chaque danseur et danseuse doit venir muni de son propre matériel (stylo, carnet, ...) et de sa propre tenue dans un sac spécifique fermé. Tout matériel servant à l'activité doit être personnel et tout matériel collectif devra être systématiquement désinfecté après utilisation. Tout changement de tenue et/ou de chaussures doit être effectué avant d'entrer dans la salle du cours de danse.
 - En début de séance : transmission par l'encadrant des consignes à respecter. Pas de limitation de l'effectif dans le cours, dans le respect des distanciations physiques.
- Accueil des cours dans une salle ERP de type R (structure d'enseignement artistique particulier) : la distance est réduite à 1 mètre.
- En ce qui concerne l'organisation de soirées dansantes, celles-ci ne sont pas autorisées si elles sont ouvertes aux personnes extérieures à la structure. En revanche, elles sont autorisées sans limitation du nombre de participants pour les adhérents/élèves de la structure, dans le respect des consignes sanitaires et de la surface disponible.

Les spécificités

DUOS / GROUPES : si, par nature même, la pratique de l'activité dansée nécessite un contact (pas de deux, portés, travail d'improvisation), la règle de distanciation physique ne s'applique pas.

DANSE PAR COUPLE : un espacement de 2 mètres entre chaque couple est conseillé si l'effectif et la configuration de la salle le permettent, mais n'est pas obligatoire.

PORT DU MASQUE POUR LES PRATIQUANTS : le port du masque n'est pas obligatoire lors de la pratique des activités physiques. Toutefois, lorsque le contact est nécessaire à la pratique d'une activité dansée par sa nature même et que la règle de la distanciation physique n'est pas applicable, nous conseillons le port du masque respiratoire par chaque pratiquant, notamment lorsqu'il y a nécessité de changement de partenaire.

PORT DU MASQUE POUR L'ENSEIGNANT : le masque doit être porté systématiquement dès lors que les règles de distanciation ne peuvent être garanties.

HYGIÈNE DES MAINS : une désinfection régulière des mains sera effectuée tout au long de la pratique de l'activité physique dansée lorsque le contact est nécessaire, surtout s'il y a nécessité de changement de partenaire. Dans ce cas, cette désinfection des mains à l'aide d'une solution hydroalcoolique pourra être conseillée entre chaque changement.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > TENNIS DE TABLE

Avant la séance

- Le nombre de joueurs présents simultanément sera limité et une inscription préalable aux séances demandée.
- Chaque joueur arrive à l'entraînement ou au match avec son propre matériel (raquette, serviette, bouteille d'eau, ...) nettoyé avant et après la séance.
- Il est préférable de déposer ses affaires dans un endroit isolé et de ne pas les déplacer jusqu'à la fin de la séance.
- Tous les joueurs se nettoient les mains en arrivant dans la salle.

Pendant la séance

Les changements de côtés ne sont pas autorisés sauf en match de compétition.

- Les joueurs ne doivent pas s'essuyer les mains sur la table ni souffler sur la balle.
- L'utilisation de petit matériel sera évitée.
- La poignée de main à la fin de la partie n'est pas autorisée. Elle pourra être remplacée par un signe avec la raquette.
- Le port du masque en dehors des phases de jeu est obligatoire pour les 11 ans et plus. La distanciation de deux mètres en dehors des phases de jeu devra être respectée.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > ATHLÉTISME

- Signer le registre de présence à mon arrivée et prévenir par téléphone la MJC si je ne viens pas à l'entraînement.
- Respecter, en dehors du stade ou lors de l'échauffement, un espace de 2m entre les pratiquants, sauf quand la nature même de l'épreuve ne le permet pas.
- Arriver en tenue de sport avec sa réserve d'eau, son masque, son gel hydro-alcoolique et sa serviette.
- Désinfecter le matériel de musculation attribué après chaque utilisateur. Nettoyer ses mains avec du gel hydroalcoolique lors de chaque changement d'appareil.
- Conserver le matériel attribué pendant la séance (engins de lancer, médecine ball, starting block...) et le nettoyer puis le désinfecter avant rangement.
- Même si les vestiaires peuvent être à nouveau accessibles, il est conseillé de continuer à se doucher chez soi. Mettre sa tenue de sport au lavage à 60° si possible et laisser ses chaussures de sport dans l'entrée.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

- Je ne viens pas à l'entraînement si je suis malade.
- J'arrive déjà en tenue sportive propre.
- Je me lave les mains en arrivant ainsi que quand je quitte le gymnase.
- Je respecte les distances (minimum deux mètres entre chaque individu en exercice et un mètre le reste du temps).
- Si je ne me sens pas bien pendant l'entraînement je le signale à l'animatrice.
- Je ne touche pas mon visage pendant l'entraînement.
- Je lave mes affaires en rentrant à la maison.

➔ COMPLÉMENT PROTOCOLE > ATHLETIC CLUB

Recommandations générales

La réouverture de l'Athlétic-Club est autorisée uniquement dans le respect d'un protocole élaboré par la Ministère des Sports. Pour une sécurité optimale, les usagers de la salle sont obligés de se conformer à son strict respect.

Ce protocole tient compte des capacités d'organisation, de ventilation et de respect d'une distance physique suffisante.

Sur les recommandations du Haut Conseil de la Santé Publique, les vestiaires collectifs et les douches, potentiels lieux de contamination restent pour l'instant inaccessibles au public. Seul le sanitaire régulièrement désinfecté est accessible. Un spray désinfectant bactéricide est à disposition des usagers à proximité de la cuvette.

La présence de gel hydroalcoolique est assurée dès l'entrée et à disposition près des machines.

Les usagers devront arriver en tenue adaptée et repartir après leur séance, une paire de chaussures spécifique sera apportée dans un sac pour un usage dans la salle. Chaque bouteille d'eau sera repérée et marquée par son utilisateur. L'utilisateur devra avoir avec lui une serviette propre à présenter à l'entrée.

Lors de la circulation dans les parties communes (sur la zone matérialisée par le carrelage gris) le port du masque est recommandé en évitant le croisement ou le regroupement des personnes (suivre les consignes concernant l'organisation d'un sens de circulation). Dans les circulations la distance physique à respecter sera d'au moins 1 mètre. Pendant la pratique sportive le port du masque est incompatible et la distance physique est portée à 2 mètres.

Musculation & cardio

Les machines devront être espacées de 2 mètres minimum. **A défaut, une machine sur deux sera rendue inaccessible** (si une machine est occupée laisser celle d'à côté libre). Pour le respect de la distanciation la salle de musculation ne pourra pas accueillir plus de 15 personnes simultanément (5 sur le plateau cardio et 10 sur le plateau musculation). Les adhérent(e)s ayant réservé(e)s soit par téléphone à la MJC, soit par l'utilisation de l'application seront prioritaires.

Chaque utilisateur doit désinfecter les machines, les barres et haltères avant et après toute utilisation personnelle.

Fitness

Les cours collectifs sont restreints à quelques personnes suivant la surface dédiée à la pratique collective (2m entre chaque pratiquant en dynamique). La salle de cours accueillera au maximum 25 personnes simultanément. Les adhérent(e)s ayant réservé(e)s soit par téléphone à la MJC, soit par l'utilisation de l'application seront prioritaires. Il est demandé d'attendre à l'extérieur de l'établissement et de ne rentrer qu'à l'appel du prof.

Chaque pratiquant devra apporter son propre tapis de sol qu'il est recommandé de nettoyer régulièrement avant et après chaque cours.

LES BONS GESTES FACE AU CORONAVIRUS : OÙ JETER LES MASQUES, MOUCHOIRS, LINGETTES ET GANTS ?

COVID-19



Ces déchets doivent être jetés dans un **sac poubelle dédié, résistant et disposant d'un système de fermeture fonctionnel.**



Lorsqu'il est rempli, ce sac doit être **soigneusement refermé, puis conservé 24 heures.**



Après 24 heures, ce sac doit être jeté dans le **sac poubelle pour ordures ménagères.**



Ces déchets ne doivent **en aucun cas être mis dans la poubelle des déchets recyclables** ou poubelle «jaune» (emballages, papiers, cartons, plastiques).

Pour les professionnels de santé et les personnes infectées ou symptomatiques maintenues à domicile : suivre les recommandations du ministère des Solidarités et de la Santé pour la gestion de vos déchets.

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000



Maison des Jeunes et de la Culture

25, RUE MARAT 11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES

04 68 27 03 34

info@mjc-lezignan-corbieres.com

