

# PIROUETTE SEPTEMBRE 2020

*ÉDITION SPÉCIALE*

LA  
“NOUVELLE GYM”  
EN SITUATION COVID



Secteur  
Récréatif

 **Daniel Lachance**  
Pharmacien

 **uniprix**  **uniprix**  **uniprix**

Complexe Santé Montmagny 5, boul. Taché Ouest  
Centre-ville Montmagny 79, av. de la Fabrique  
Galeries Montmagny 101, boul. Taché Ouest

**418 248-5595**

LIVRAISON GRATUITE



 **IRIS**

Cette première parution nous permet de souhaiter une excellente saison gymnique à tous.

Pour nos nouveaux lecteurs, nous sommes heureux de vous présenter notre journal interne à parution mensuelle. PIROUETTE est :



- ❖ Un outil d'information à propos des différentes activités de Magny-Gym à venir, ainsi que des résultats de celles déjà passées.
- ❖ Un excellent moyen de communication pour encourager nos gymnastes et pour faire connaître davantage le monde gymnique.
- ❖ L'information y est centralisée le plus possible, assurez-vous de prendre le temps de le lire SVP. Souvent, nous y incluons des dates à respecter et des actions importantes à poser.
- ❖ Une version électronique sera disponible sur notre site web et notre page Facebook à chaque parution.
- ❖ Soyez sans crainte, les prochaines parutions ne seront pas aussi volumineuses. 😊

**Bonne lecture!**



## UN MOT DE LA DIRECTION

La santé et la sécurité de nos athlètes, de leur famille et de notre personnel sont de la plus haute importance. Alors que nous reprendrons les activités dans le contexte de la pandémie de la COVID-19, chaque décision, règle et procédure est mise en place dans l'intérêt de la sécurité et de la santé de tous les participants.

Les règles et procédures sont adaptées selon les directives ministérielles et de la Santé publique qui sont en constante évolution. Nous évaluerons constamment et ajusterons la situation en conséquence. Magny-Gym devra respecter les directives tout en minimisant autant que possible l'interruption de la « vie gymnique ».

Nous comprenons que certaines politiques et solutions ne feront pas le bonheur de tous nos membres. Bien que nous fassions de notre mieux pour créer un environnement optimal pour que chaque enfant puisse pratiquer « sa gym » en toute sécurité, nous sommes conscients de la prise de décision parfois difficile qui s'y rattache. Nous sommes également conscients que la distanciation physique imposée puisse avoir un effet sur l'ambiance et l'aspect social...

Compte tenu des informations qui vous sont et seront fournies, nous vous demandons de respecter les règles et procédures établies. Étant club membre de Gymnastique Québec, nous devons obligatoirement s'en tenir à notre plan de relance déjà approuvé. Nous sommes certifiés « COVID » et sans ce certificat, aucun cours n'est permis, aucune assurance n'est valide.

Nous mettrons tout en œuvre pour prendre soin de nos athlètes et de notre personnel en ajustant notre façon de faire afin d'assurer la continuité de la « NOUVELLE GYM » mais aussi la viabilité financière du club. Nous aurons bien évidemment besoin de la collaboration de tous pour y arriver alors, merci de nous aider, car en allant tous dans la même direction, nous y parviendrons !

# INFORMATONS

## SESSION AUTOMNE 2020 :

*(session de 10 semaines)*

- **Pour les cours du dimanche** : du 4 octobre au 6 décembre
- **Pour les cours du jeudi** : du 1<sup>er</sup> octobre au 3 décembre
- **Pour les « COURBETTE »** : du jeudi 1<sup>er</sup> octobre au dimanche 6 décembre

Il se peut par contre que dame nature soit de la partie. Aucun cours ne sera repris s'il est annulé en raison de mauvaises conditions climatiques ou autre cas de force majeure.

## FORMATION DES GROUPES ET HORAIRES

Comme nous ne pouvons accueillir plus de 3 groupes d'enfants par plage horaire;

Comme nous devons restreindre le nombre de gymnastes par groupe ;

Nous demandons à tous une grande compréhension et collaboration en cette session plus que particulière. Nous souhaiterions tous vous satisfaire et, malgré les nombreux facteurs qui doivent être pris en compte, sachez que nous mettons tout en œuvre pour offrir un service de qualité.

## NOS ENTRAÎNEURS



Les entraîneurs forment une équipe dynamique, le plus possible à l'écoute de vos besoins. Si nécessaire, n'hésitez pas à les contacter. Veuillez prendre un « rendez-vous » à l'avance.

*Une bonne communication parents/entraîneur sera un atout majeur dans la réussite de chaque gymnaste. En cas de besoin, l'entraîneur communiquera avec vous par téléphone. Si, de votre côté, vous avez besoin de discuter avec l'entraîneur, veuillez écrire à [magnygym.info@gmail.com](mailto:magnygym.info@gmail.com) en indiquant les coordonnées pour vous rejoindre facilement.*

## **VÊTEMENTS D'ENTRAÎNEMENT**

Pas de vente de vêtements neufs prévue au calendrier, du moins pour l'automne. Encouragez nos commerçants locaux ou visitez les boutiques en lignes pour vous procurer des nouveaux maillots ou cuissards.

## ***NOTIFICATION DES ABSENCES***

Dès que vous savez que votre enfant sera absent à un cours, **merci de nous le signifier à l'avance** sur notre groupe privé Facebook ou par téléphone (418-248-2370, poste 4741) si la journée même.

## ***CAMPAGNE DE FINANCEMENT « BINGO RICHELIEU »***



Vous recevrez sous peu une feuille de pré-vente de cartes pour le BINGO spécial Magny-Gym ainsi que la procédure à suivre pour participer à ce bingo qui aura lieu le dimanche 15 novembre sur NOUS TV & CIQI 90,3 FM à 18h00. Une activité originale et sécuritaire dans le confort de votre foyer. Les profits de cet événement seront remis à notre club. L'argent amassé avec cette activité permettra de payer une partie des frais de location de nos deux espaces (la palestre à Casault et le sous-sol de l'église St-Thomas). Participez en grand nombre! *En 2019, c'est 2 123 cartes qui ont été vendues!*

## ***FORMULAIRE À SIGNER « RECONNAISSANCE DE RISQUES »***

Si ce n'est pas déjà fait, merci de signer le « formulaire de reconnaissance de risques » qui vous a été transmis par courriel ou remis lors de l'inscription.

# BOUTIQUE GYM

- **En inventaire :**

(payable en argent  
comptant)

**Tape : 4,00 \$**

**Sac Magny-Gym brodé au nom de la gymnaste : 25,00 \$**

**Épinglette Magny-Gym : 3,25 \$**

**Protège-mains : 50,00 \$ (hotshot) 75,00 \$ à velcro**

**Gelpack Magny-Gym : 6,00 \$**

**Poignets élastiques : 10,00 \$**

**T-Shirt Magny-Gym : 15,00 \$**

**Chandail Hoody Magny-Gym : 25,00 \$**

## PAYEZ PAR VIREMENT BANCAIRE

**Paiement direct idéalement via ACCÈS D**

**INTERAC accepté** pour ceux qui ne sont pas avec Desjardins. Utilisez **seulement** l'adresse courriel [magnygyminfo@gmail.com](mailto:magnygyminfo@gmail.com)

**\*\*\*N'OUBLIEZ PAS D'INDIQUER LE # DE FACTURE OU LE PRÉNOM DE L'ENFANT!\*\*\***

**Voici les informations dont vous avez besoin**

**Transit : 20108**

**Institution : 815**

**Folio : 0176743**

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions. Une procédure plus détaillée est disponible au besoin.

## RÈGLES DE VIE

Assurez-vous que votre enfant...

- ✓ porte déjà ses vêtements de gym à son arrivée au cours; il devra les enlever seulement à son arrivée à la maison;
- ✓ n'ait pas de gomme dans la bouche,
- ✓ soit allé à la toilette avant le début du cours,
- ✓ sache qui vient le chercher à la fin du cours,
- ✓ quitte le vestiaire après avoir récupéré toutes ses choses qui devront être bien identifiées à son nom (gants de barres, poignets élastiques, gourde d'eau, etc.),
- ✓ respecte les règles de vie de groupe établies par l'entraîneur,
- ✓ agisse de façon convenable dans le vestiaire,
- ✓ se présente aux cours les cheveux bien attachés. **ATTENTION, SOYEZ VIGILENTS(ES)!** Portez une attention particulière afin d'éviter la transmission de pouls. **OBLIGATION DE TRESSER** vos cheveux (ou un chignon), ne partagez aucun vêtement, utilisez la lavande si vous soupçonnez quelque chose et même, faites le traitement ... De plus, si une personne est affectée, il est important de nous aviser et souhaitable d'attendre la fin du traitement pour réintégrer les cours, et ce, afin d'éviter la propagation.

### BAZAR VIRTUEL

*NOUVEAU!*



Considérant la situation actuelle, il n'y aura pas de bazar annuel comme à l'habitude. Nous avons donc créé une page Facebook « Bazar Gymnastique » afin que vous puissiez y mettre vos vêtements et articles à vendre et y faire des achats!

***ADHÉREZ À LA PAGE!***

*puisque nous supprimerons les « posts personnels » de vente sur nos pages Facebook du club.*



# LISTE D'ACCESSOIRES ET D'EFFETS PERSONNELS

**Bien identifier**  
chaque article; pas  
seulement avec les  
initiales

- **MASQUE** (*couvre-visage*)
- **Ton « EpiPen »** *si tu as une allergie sévère (qui le nécessite)*
- *Gourde d'eau déjà **remplie à la maison***
- Bouteille personnelle de désinfectant pour mains (de type Purell)
- Papier mouchoir
- Des élastiques et « bobépins » supplémentaires
  
- **Pour les gymnastes qui ont des gants de barres asymétriques :**
  - ✓ Plat de plastique qui ferme étanche (assez grand pour 1/2 bloc de magnésium)
  - ✓ Gants de barres asymétriques et poignets élastiques
  - ✓ Petit vaporisateur d'eau personnel **bien rempli à chaque cours** (pour tes gants de barres)
  - ✓ Mitaines de four pour barre avec sangles (optionnel mais recommandé pour les « COURBETTE »)



# AVANT DE PARTIR DE LA MAISON (SECTEUR RÉCRÉATIF)



- **PARENT : Prendre** la température de son enfant avant de quitter la maison (la température doit être inférieure à 37,8°C ou 100°F). Les parents doivent « effectuer le dépistage » à chaque séance, avant d'amener leur enfant au gymnase;
- Si l'enfant arrive directement de l'école, nous avons un thermomètre sans contact si nous soupçonnons des symptômes;
- Sauf si l'enfant arrive directement de l'école le jeudi, **TOUS** les gymnastes devront mettre leur **maillot** ou autre vêtement de gym à la maison pour les cours du dimanche;
- **Cheveux bien attachés ; IMPORTANT (chignon ou tresse)**
- **S'assurer** d'aller à la toilette **AVANT** de quitter la maison (pour éviter les déplacements) surtout pour les cours du dimanche.
- **NOTEZ** que dans les prochaines pages, lorsque nous parlons du port du masque, cela s'applique aux enfants de 7 ans et plus ainsi qu'à tous les adultes. Les consignes indiquées dans ce document ont été mises en place afin de faciliter la gestion et assurer la sécurité de tous.

# EN ARRIVANT À CASAULT

(SECTEUR RÉCRÉATIF)



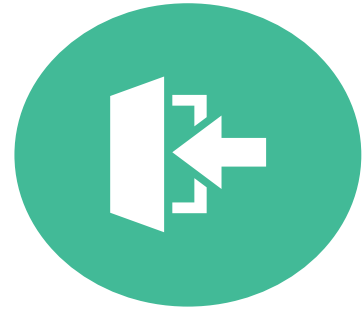
PARENT

- *Idéalement, personne d'autre que les athlètes, les entraîneurs et le personnel ne sera autorisé à entrer à Casault. Nous devons limiter le nombre de personnes à l'intérieur.*
- *Nous demandons donc aux parents de ne pas entrer ni au début ni à la fin du cours sauf pour les enfants de 4 à 6 ans qui en auront besoin. Dès que le cours sera débuté, aucun parent ne pourra rester dans la bâtisse.*
- *Une personne bénévole sera à l'entrée pour ouvrir la porte (#141) qui restera barrée sauf pour vous accueillir. Pour la sécurité de tous, le retard sera un irritant. S'il vous plaît, prendre soin d'être à l'heure.*
- *Les enfants de 7 ans et plus diront « bye » à papa ou maman dans l'auto 😊*
- *Il sera important de ne pas arriver trop tôt ni trop tard pour venir chercher votre enfant afin d'éviter tout croisement avec le prochain groupe. Nous avons prévu 20 minutes entre chaque bloc de cours afin de rendre le tout plus facile. Ce n'est par contre pas si long...*
- *Si vous avez besoin de communiquer une information importante, nous proposons de la noter sur papier ou de dire à votre enfant d'informer l'entraîneur de votre besoin de lui parler. Ainsi, l'entraîneur communiquera avec vous le plus rapidement possible par téléphone. Laisser le # pour vous rejoindre facilement.*

# À L'ENTRÉE

(SECTEUR RÉCRÉATIF)

HALL D'ENTRÉE  
ET CORRIDOR



- Ayant de la difficulté à respecter « **la distanciation** » lors des déplacements, nous DEMANDONS aux gymnastes de garder cette consigne en tête afin d'éviter la proximité sur le trottoir à l'entrée, dans les corridors, dans la palestine... en tout temps;
- **Porter** son masque dans les aires communes = corridors, à l'entrée et à la sortie, pour aller à la toilette et autres (pour les enfants de 7 ans et plus et les adultes).
- Les souliers resteront dans le corridor;
- L'entrée des gymnastes se fera à l'occasion par la porte de la piscine. Nous aurons donc à orchestrer les mesures de distanciation avec les membres du Club de natation lorsqu'ils auront aussi un entraînement. Il suffira de suivre les indications que nous afficherons sur un tableau et sur Facebook.



# À L'ENTRÉE, SUITE (SECTEUR RÉCRÉATIF)



VESTIAIRE  
ET CASIERS

- **À l'entrée** (dans le vestiaire de la gym à Casault)
  - **Station de désinfection** des mains à l'entrée du vestiaire;
  - **Signer** le « registre de fréquentation des lieux ». L'enfant (ou le parent dans le cas d'un enfant de 6 ans et moins) devra répondre à 4 questions :

Présentez-vous des symptômes de la Covid-19 (fièvre, difficultés respiratoires, perte soudaine de l'odorat, du goût, nouvelle toux, congestion nasale empirée "qui ne ressemble pas à des allergies") ? Si oui, parlez-en avec le superviseur bénévole sur place.

Attendez-vous un résultat de test de dépistage pour la Covid-19 ?

Dans les 10 derniers jours, avez-vous été en contact pendant plus de 15 minutes avec une personne qui a reçu un résultat positif à un test de dépistage pour la Covid-19 ?

Revenez-vous d'un voyage dans un pays étranger ? Avez-vous reçu l'indication d'un médecin ou d'une autorité compétente de rester à la maison ?

- **Déposer ses effets perso sur un crochet ou un casier ASSIGNÉ tout en conservant son masque et les mesures de distanciation;**
- **Avec son entraîneur, entrer calmement dans la palestre avec son masque et sa gourde d'eau.**

# DANS LE GYMNASSE : CONSIGNES (SECTEUR RÉCRÉATIF)



- **Se déplacer** selon les consignes de l'entraîneur.
- **Enlever** son masque (pour les enfants de 7 ans et plus).
- **Se désinfecter** les mains à la demande de l'entraîneur.
- **Rester** en tout temps avec son groupe.
- **Éviter** d'entrer en contact avec les autres athlètes et les entraîneurs.
- **Éviter** de se toucher le visage.
- **Tousser** dans son coude - Se laver les mains immédiatement si cela arrive.
- Les « **gorgées d'eau** » se prendront aux engins puisque chaque gymnaste aura sa gourde d'eau dans la palestre. Tu pourras donc boire lors du changement d'engin.
- **COLLATION** : En raison des mesures liées à la COVID, aucun temps n'est accordé pour une collation sauf le jeudi pour les enfants qui arriveront directement de l'école. Ces derniers pourront manger dans le vestiaire avant le cours.



# FIN DU COURS ET DÉPART

(SECTEUR RÉCRÉATIF)



- **Mettre** son masque.
- **Récupérer et ranger** ses effets personnels dans la palestre.
- **Désinfecter** ses mains.
- **En ne touchant à rien, se diriger** vers le vestiaire.
- **Au vestiaire**, tu dois conserver ton masque, tes distances, t'habiller et quitter en t'assurant que tu as toutes tes choses.
- **Pour les enfants de 7 ans et plus, les parents** « reprennent » la responsabilité de leur enfant dès leur sortie de Casault.
- Pour les enfants de 4-6 ans, les parents viendront les aider à s'habiller pour quitter plus rapidement et laisser le temps aux entraîneurs de faire « le nettoyage » avant l'arrivée des enfants de l'autre bloc de cours.
- **Notez** que les départs hâtifs ne sont pas souhaités en raison des contraintes que cela exige. Il faudra en parler à la personne qui supervise en cas de besoin particulier.



# MOYENS DE COMMUNICATION

## Pour info : Courriel

- [magnygym.info@gmail.com](mailto:magnygym.info@gmail.com)

## Pour facturation – paiements – reçus : Courriel

- [magnygym.facturation@gmail.com](mailto:magnygym.facturation@gmail.com)

## Par téléphone (palestre)

- À la palestre pour laisser un message d'absence de dernière minute :  
418-248-2370 poste 4741

## Site Web

- [www.magnygym.com](http://www.magnygym.com)

## Groupe privé Facebook



- Club Magny-Gym  
pour gymnastes et parents de  
gymnastes

## Notre bureau administratif

- Merci de téléphoner pour prendre rendez-vous, car les jours et les heures d'ouverture de ce bureau seront variables  
418-248-2370 poste 4786

# AIDE-MÉMOIRE :

Liste des effets personnels pour les gymnastes

Formulaire « reconnaissance de risques » (que vous avez reçu par courriel, qui devrait être signé et remis)

Fiche d'inscription à compléter (ce qui est déjà fait pour la plupart des enfants) si envoyé par photo, merci de nous apporter l'original

Paiement de la session (qui doit être fait pour le début des cours si pas déjà fait)

Infos à fournir : ex: # et date d'échéance de la carte loisirs si pas déjà fournis

Les moyens de communication à conserver





MERCI BEAUCOUP POUR VOTRE COLLABORATION!

# BONNE SAISON GYMNIQUE

Avec la collaboration, la patience  
et la compréhension de tous, nos  
gymnastes pourront pratiquer leur  
sport favori.

Magny-Gym est toujours vivant! 😊