



Schweizer
Paraplegiker
Vereinigung

Association
suisse des
paraplégiques

Associazione
svizzera dei
paraplegici

Swiss
Paraplegics
Association

Direction

Laurent Prince, Directeur

Contact

Groupe de travail Coronavirus
Tél. +41 41 939 54 00
Courriel spv@spv.ch

À l'att. de

Tous les membres actifs, membres des CT et
des comités de l'Association suisse des
paraplégiques

Nottwil, 30. Oktober 2020
ZD/VENA

Informations concernant le coronavirus

Chers membres de l'Association suisse des paraplégiques,

Au vu de la situation sanitaire, il nous paraît important de vous fournir régulièrement des informations et des recommandations relatives au coronavirus.

1. Comportement général

Le 28 octobre, le Conseil fédéral a adopté de nouvelles mesures et émis des recommandations. Les principales consignes sont les suivantes:

1. Rencontrer le moins de personnes possible. Un maximum de 10 personnes sont autorisées à assister à des événements privés et un maximum de 15 personnes sont autorisées à participer aux activités des clubs culturels ou sportifs, ce qui signifie que la plupart des activités des clubs en fauteuil roulant et de l'ASP ne peuvent plus avoir lieu sous la forme prévue.
2. Pratiquer si possible le télétravail
3. Continuer à respecter les distances et les mesures d'hygiène.

2. Activités culturelles

Les activités culturelles se déroulant à l'intérieur ne peuvent réunir qu'un maximum de 15 personnes portant un masque et gardant la distance conseillée.

Dans ces conditions, nous recommandons de ne pas organiser de manifestations pour la période de l'Avent, de Noël ou de fin d'année impliquant des rassemblements, même si elles sont prévues à petite échelle. De même, les répétitions ou concerts des chorales (y compris les chorales de Noël) sont interdits.

Excursions

Nous vous conseillons également d'annuler les plus grandes sorties du club. Si vous visitez un marché d'automne ou de Noël en groupe ou si vous avez prévu une randonnée en automne, vous devez impérativement respecter l'obligation de porter un masque, même en plein air, lorsqu'il n'est pas possible de rester à distance. Portez également un masque à l'aller et au retour s'il y a plusieurs passagers dans la voiture, dans le car ou dans les transports publics.

Informations concernant les voyages à l'étranger

Actuellement, l'OFSP renonce à formuler des recommandations de voyage ou des avertissements pour des États en particulier. En revanche, il demande aux Suisses de se renseigner sur les [règlementations pour les touristes entrants](#) avant de partir.

Avant et pendant votre voyage, renseignez-vous sur les [conditions de quarantaine](#) en vigueur que vous devrez respecter lors de votre retour en Suisse. Les règles de quarantaine s'appliquent même si le test est négatif.

Division Culture et loisirs

Aux alentours du 9 novembre 2020, l'ASP publiera le catalogue de voyages "ParaVacances 2021". Nous évaluerons au cas par cas si les voyages ont lieu et sous quelle forme en fonction de la situation. Des alternatives ont déjà été prévues pour les premiers voyages à l'étranger (sauf pour les vacances balnéaires) qui pourraient être remplacés par des voyages en groupe en Suisse. Par conséquent, nous enregistrons volontiers les réservations et nous nous tenons à votre disposition pour toute demande de renseignements par téléphone ou visio-conférence.

La division Culture et loisirs annule ces événements:

- Rencontre photos du 8.11.2020
- Loto du 30.1.2021 (aura lieu en avril 2021)
- Toutes les journées de formation pour les bénévoles des voyages en 2020
- Chants libres (jusqu'à nouvel ordre)

3. Sport

Sport pour tous

Activités sportives pour les enfants et les jeunes jusqu'à l'âge de 16 ans:

Aucune restriction sur l'entraînement, que ce soit en intérieur ou en extérieur. Toutefois, compte tenu des nombreux contacts et de la présence fréquente des parents, les compétitions sont interdites.

Activités sportives individuelles ou en groupe de 15 personnes maximum (y compris les moniteurs) à partir de 16 ans:

Seuls les sports sans contact physique sont autorisés. L'entraînement individuel ou technique sans contact physique (par exemple, basket-ball, rugby, Powerchair Hockey, arts martiaux, danse) est permis.

Recommandations de SSFR: les disciplines avec contact physique peuvent adapter leur mode d'entraînement afin de permettre aux sportifs de s'entraîner individuellement ou d'améliorer leur technique. Cela doit se faire dans le respect des directives relatives à l'obligation de porter un masque d'une part, et au maintien de la distance minimale d'autre part (voir le paragraphe suivant).

Les activités sportives sont autorisées à l'intérieur des établissements ouverts au public pour autant que le masque soit porté et que la distance de 1,5 mètre soit respectée (par exemple badminton, tennis de table, yoga, pilates, fitness, etc.). Dans les locaux spacieux (par exemple halles de tennis, piscines couvertes, salles), le port du masque n'est pas obligatoire si la place à disposition est suffisante (au minimum 15 m² par personne / 4 m² pour les sports stationnaires comme le yoga).

Les activités sportives de plein air sont autorisées si un masque est porté ou si la distance est respectée (par exemple, handbike). De même, la course en fauteuil roulant, le ski de fond, etc. restent autorisés individuellement ou en groupe, à condition que la distance soit maintenue ou qu'un masque soit porté.

Sport de compétition

Dans le sport de compétition, les compétitions et les entraînements sont autorisés à condition que les athlètes appartiennent à un cadre national d'une fédération sportive (conformément aux directives de Swiss Olympic) et qu'ils s'entraînent soit individuellement, soit en groupe de maximum 15 personnes, soit en tant qu'équipe effective déjà existante.

SSFR: Les entraînements et les compétitions sont toujours possibles pour les athlètes du cadre national de Sport suisse en fauteuil roulant. Nous attendons que Swiss Olympic clarifie les spécifications dans les prochains jours et nous vous informerons dès que les détails seront disponibles.

Dispositions de SSFR: les compétitions de basket-ball, de Powerchair Hockey et de rugby sont suspendues jusqu'à nouvel ordre, mais au moins jusqu'au 30 novembre.

Les entraînements et les compétitions des équipes évoluant dans une ligue largement professionnelle peuvent également continuer (mais la limite est de 50 spectateurs).

Les sportifs d'élite ne sont pas tenus de porter un masque pendant l'activité sportive.

Événements sportifs

Les manifestations de plus de 50 spectateurs sont interdites. Ne sont comprises dans cette limite ni les personnes présentes dans le cadre de leur activité professionnelle (sportifs, membres de l'encadrement, entraîneurs, etc.), ni celles qui contribuent à l'organisation (bénévoles).

Les cantons sont libres de renforcer (mais pas d'assouplir) les mesures du Conseil fédéral sur leur propre territoire. Le cas échéant, les directives cantonales s'appliquent.

Concepts de protection dans le sport

Les concepts de protection existants doivent être adaptés en conséquence. Les concepts de protection devront également prévoir des mesures visant à garantir l'application de restrictions strictes, notamment l'interdiction de se doucher.

SSFR: Nous reconnaissons la validité des concepts de protection Covid-19 des fédérations de piétons pratiquant dans des situations comparables aux nôtres, ainsi que leurs mesures de protection (voir site Internet de SSFR, communiqué du 6.5.2020 et suivants). Suite à l'annonce faite avant-hier par le Conseil fédéral, les fédérations sportives attendent de plus amples informations de la part de l'OFSP et de Swiss Olympic afin d'adapter les concepts de protection. Nous vous informerons à nouveau dès que tous les détails seront disponibles.

Centre national de performance / Médecine du sport

Les journées de test (Testing Days) prévues, les tests de performance, les examens médico-sportifs, ainsi que les consultations et le suivi «rapproché» des entraînements avec les experts du CNP demeurent possibles jusqu'à nouvel ordre. Pour fixer de nouveaux rendez-vous, veuillez contacter directement le service de la médecine du sport.

4. Recommandations concernant les visites au CSP de Nottwil:

- Les consultations au service ambulatoire et stationnaire au CPS sont possibles jusqu'à nouvel ordre. N'hésitez pas à continuer à vous faire soigner si vous avez des problèmes médicaux. Ne remettez pas à plus tard les visites chez le médecin ou les traitements médicaux, car cela pourrait avoir des conséquences à long terme sur votre santé.
- Dans le canton de Lucerne, les visites dans les hôpitaux sont interdites. Dans les cas d'extrême gravité (situations palliatives, patients dans les unités de soins intensifs, urgences, blessés récents/rééducation primaire, etc.), des entrées exceptionnelles peuvent être accordées.
- Les patients du service ambulatoire et les personnes qui les accompagnent peuvent manger au restaurant Centro du CSP (sauf pendant les heures de fermeture de 11 heures à 13 heures).
- Les sportives et sportifs externes ne sont plus autorisés à se restaurer au Centro.

Veuillez noter que certains cantons et gérants d'infrastructures ont adopté des mesures supplémentaires.

Meilleures salutations

Groupe de travail Coronavirus de l'Association suisse des paraplégiques

Laurent Prince
Directeur

Roger Getzmann
Chef du département
Sport suisse en fauteuil roulant

Evelyn Schmid
Cheffe Marketing &
Communication