



## CI Pallas Autodéfense

**Ce concept de protection est valable à partir du 13.09.2021 et se base sur les nouvelles recommandations du Conseil fédéral et sur les directives cadres pour les concepts de protection dans le sport.**

À partir du lundi 13 septembre 2021, un certificat COVID pour les personnes de plus de 16 ans sera exigé pour les installations culturelles et récréatives, ainsi que pour les manifestations sportives en salle. **Cette restriction ne s'applique pas aux groupes cohérents de 30 personnes maximum qui s'entraînent régulièrement ensemble dans des locaux séparés, mais cela nécessite une collecte stricte des données à chaque session d'entraînement. Il n'y a aucune restriction dans la zone extérieure.**

Les sports de contact tels que l'autodéfense peuvent être pratiqués à l'intérieur avec des groupes cohérents de 30 participants au maximum sans certificat. Dans les locaux où les activités sportives ne sont pas pratiquées (vestiaires, zones d'entrée, etc.), le port du masque reste obligatoire. Il est toujours obligatoire de tenir une liste de contacts et de mettre en place un concept de protection valable.

### Mesures de protection

- Si vous avez plus de 12 ans, veuillez porter le masque de protection dès votre entrée dans l'ensemble de l'établissement.
- Chaque personne partage la responsabilité de réduire autant que possible la propagation du virus. Par conséquent, nous nous appuyons sur le principe d'auto-responsabilité et de solidarité.
- **La liste de contacts est obligatoire!**
- L'apport d'un kit d'hygiène personnelle (désinfectant pour les mains et masque respiratoire) est obligatoire pour tous.
- En cas de signes de maladie, restez chez vous, faites-vous dépister immédiatement et informez le responsable immédiatement en cas de test Covid 19 positif.



**En ce qui concerne la mise en œuvre des cours Pallas, la spécialiste se conforme strictement aux exigences de la Confédération, du canton, de la commune et du client, ou du lieu où se tient le cours (école, salle d'arts martiaux, dojo, etc.).**

## Le Conseil fédéral étend l'utilisation du certificat

08.09.2021

A partir du **13 septembre**, le certificat COVID sera obligatoire aux endroits suivants (dès 16 ans):

### Restauration à l'intérieur



Restaurants et bars



Discothèques et salles de danse

### Culture, sport et loisirs à l'intérieur



Musées et bibliothèques



Lieux de loisirs



Zoos



Casinos



Centres de fitness et établissements sportifs



Entraînements\*



Piscines couvertes et parcs aquatiques

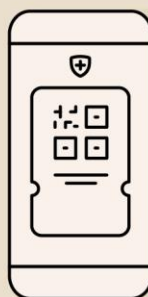


Répétitions de musique et de théâtre\*

\*Exceptions: répétitions ou entraînements en groupes fixes (max. 30 personnes), manifestations religieuses ou servant à la formation d'une opinion politique et groupes d'entraide (max. 50 personnes).



**Lieu de travail:** les employeurs peuvent intégrer le certificat dans leur plan de protection à certaines conditions et après consultation du personnel.



Le certificat COVID est disponible pour les personnes vaccinées, guéries ou ayant un **résultat de test négatif**, sous forme papier ou sur une application.

### Manifestations à l'intérieur\*



Représentations théâtrales ou séances de cinéma



Événements sportifs



Concerts



Événements privés hors domicile (p. ex. mariages)

### Grandes manifestations à l'extérieur



Manifestations de plus de 1000 personnes



**Hautes écoles:** la décision de rendre le certificat obligatoire relève des cantons et des hautes écoles.

Cette liste n'est pas exhaustive. Informations détaillées dans l'ordonnance COVID-19 situation particulière.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra  
Swiss Confederation

Bundesrat  
Conseil fédéral  
Consiglio federale  
Cussegl federal  
Federal Council

Restez en bonne santé.

Ruswil, le 14 septembre 2021

Romy Bucher  
Présidente

**CI Pallas** Autodéfense pour femmes et jeunes filles