

# COVID-19

## INFORMATION



### Information sur la COVID-19

Chers membres, l'équipe de Québec Performe communiquera régulièrement avec vous au sujet de la pandémie et son impact sur la pratique du sport. Nous entrons dans une période critique et nous vous demandons de suivre nos recommandations afin que nos jeunes puissent continuer à pratiquer leur sport.

Merci beaucoup de votre collaboration.

## NOUVELLES

Le Club de gymnastique Québec Performance est en constantes discussions avec les diverses instances gouvernementales afin d'être à jour dans les consignes de la santé publique. La sécurité de nos membres et employés est une préoccupation omniprésente depuis la création de notre organisation et encore plus depuis l'arrivée de la pandémie. Nous prenons très au sérieux la situation et respectons l'ensemble des consignes.

Comme la Ville de Québec a atteint le Palier 4 – Alerte maximale (rouge), nous devons faire des ajustements afin de respecter certaines consignes. Pour le moment, notre sport se base sur les consignes de l'état d'alerte Palier 3 – Alerte (zone orange)

### Séparation des palestres en 4 zones

Afin de respecter la règle concernant les rassemblements de 25 personnes nous allons séparer la palestre de Rochebelle et de l'Arpidrome en 4 zones (plateaux). Ainsi, nous pourrions accueillir environ 85 gymnastes à l'heure tout en respectant la distanciation. Cet aménagement a été approuvé par la Fédération de gymnastique du Québec qui a le mandat d'encadrer la pratique du sport sécuritaire.

*NB – La règle du rassemblement de 25 personnes ne tient pas compte de la grandeur des différents plateaux, c'est pour cette raison que seules les palestres de Rochebelle et de*

*l'Arpidrome sont touchées par ces ajustements d'espace.*

## Horaire des arrivées-départs des groupes

Pour les palestres de Rochebelle et de l'Arpidrome, nous avons réalisé un horaire d'arrivées et de départs progressifs afin de diminuer la congestion dans les aires communes. Consultez ce document pour connaître les heures concernant LE groupe de votre enfant.

### [HORAIRE ARRIVÉE - DÉPART : GROUPE COMPÉTITIF DE SOIR - ROCHEBELLE](#)

### [HORAIRE ARRIVÉE - DÉPART : GROUPE COMPÉTITIF DE SOIR - ARPIDROME](#)

## Port du masque en tout temps pour nos employés

Nos employés porteront le masque de procédure non seulement lors des manipulations, mais en tout temps pendant, les entraînements.

## Le co-voiturage

Nous recommandons fortement d'éviter le co-voiturage entre les différentes familles.

Ces consignes seront effectives à partir du 29 septembre 2020 pour une durée indéterminée. Nous sommes conscients que cela demande une réorganisation pour nos membres, mais il est nécessaire de faire preuve d'ouverture d'esprit afin que vos enfants puissent poursuivre la pratique de leur passion. En espérant que nous aurons de bonnes nouvelles prochainement pour retourner à un semblant de vie normale.

## LA COVID-19 - RAPPEL

Merci de votre collaboration et de votre patience et voici un rappel des informations en lien avec la COVID-19 qui étaient dans l'infolettre.

### Accueil des athlètes avant le début de l'entraînement

Un employé ou bénévole est posté à la porte d'entrée des différents sites, 10 minutes avant le début des cours. Il s'assure que les mesures sanitaires sont appliquées en posant les quatre (4) questions de contrôle proposées par le gouvernement et en invitant l'enfant à se laver les mains. Les entraîneurs attendent les gymnastes dans le gymnase.

### Procédures en cas de doute

Afin de maintenir le bon déroulement des entraînements, nous vous demandons de bien suivre les procédures de la santé publique suivantes: .

- Si votre enfant a été en contact avec une personne testée positive, svp nous informer et aller faire tester votre enfant.
- Si votre enfant a des symptômes : faire le test d'autoévaluation proposé par le gouvernement : [Outil d'autoévaluation des symptômes de la COVID-19](#)

- Vous pouvez aussi consulter le tableau récapitulatif suivant : [Les enfants et la COVID-19](#)
- Écrire à l'entraîneur de votre enfant et au chef de secteur du site. Nous aurons besoin de la date de la dernière présence de votre enfant au gymnase ainsi que le suivi de la situation avant le retour au gymnase de votre enfant.

#### **Chef de secteur - Beauport et Charlesbourg**

Josée-Anne Beaudet  
581-981-1496 poste 102  
jabeaudet@gymqcperfo.com

#### **Chef de secteur - La haute-Saint-Charles et Sainte-Foy**

Myriam Lambert-Dumas  
581-981-1496 poste 110  
mlambertdumas@gymqcperfo.com

## BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Nous faisons appel à vos services pour nous aider dans cette période de pandémie. Les heures de bénévolat seront déduites sur l'inscription de votre enfant.

### **Agent d'accueil aux membres secteur compétitif de soir**

**Du lundi au vendredi 17 h à 18 h - Rochebelle et Arpidrome**

Tous les soirs de semaine, du lundi au vendredi de 17 h à 18 h, nous avons besoin d'une personne pour accueillir les jeunes. Elle s'assurera que les mesures sanitaires soient appliquées en posant les quatre (4) questions de contrôle proposées par le gouvernement et en invitant l'enfant à se laver les mains. Merci de remplir ce formulaire afin de nous donner vos disponibilités.

[Formulaire d'inscription - Agent d'accueil aux membres - secteur compétitif](#)

### **Agent d'accueil aux membres secteur récréatif**

**Les samedis et dimanches de la session d'automne 2020**

Nous avons besoin de bénévoles pour nous aider à l'accueil des groupes, les samedis et dimanches de la session d'automne. La tâche principale est de gérer les entrées et les sorties des membres du secteur récréatif à l'Arpidrome et à Rochebelle. Merci de remplir ce formulaire afin de nous donner vos disponibilités.

[Formulaire d'inscription - Agent d'accueil aux membres - secteur récréatif](#)

### **Technicien informatique**

Nous avons besoin d'une personne formée en informatique qui apportera son soutien en cas de problèmes informatiques dans nos bureaux administratifs. Si vous êtes intéressés communiquez avec [ebastarache@gymqcperfo.com](mailto:ebastarache@gymqcperfo.com).

## Photographe semi-professionnel

Vous avez une bonne expertise en photographie et le matériel nécessaire du bon photographe, nous vous invitons à communiquer avec Élyse Bastarache :  
ebastarache@gymqcperfo.com

# MERCI DE VOTRE COLLABORATION !

## SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



Aimez la [page Facebook du Club de gymnastique Québec Performance](#) afin d'être à l'affût des changements de dernière minute (jour férié, fermeture en cas d'urgence, etc.) et des nouveautés!



QUÉBEC PERFORMANCE | 581-981-1496 | 750 rue de la Sorbonne |  
[www.gymquebecperformance.com](http://www.gymquebecperformance.com)

