

NATSU GEÏKO au JIYUSEIKAN DOJO

Préconisations sanitaires à prendre avant de se rendre au dojo

- Je ne suis pas dans un foyer ayant un cas de COVID-19 déclaré depuis moins de 15 jours
- Si j'ai eu le COVID-19 et ai été hospitalisé, je dois d'abord consulter un médecin avant ma reprise d'activité
- J'ai un bon état de santé général et ne présente aucuns symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ...)
- Si j'ai eu des symptômes faisant suspecter une infection COVID-19 (fièvre, rhume, toux, douleur thoracique, fatigue, perte de goût ou d'odorat, diarrhées, ...), ces symptômes ont débuté depuis plus de 15 jours et ont pris fin depuis 72h minimum
- Prendre sa température avant de quitter le domicile
- Se doucher et avoir les cheveux lavés
- S'assurer que sa tenue de pratique a bien été lavée (Ju-Jitsugi)
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés
- Etre allé aux toilettes

Source : Plan de déconfinement FFJJ 2020/COVID-19

Mesures d'hygiène au dojo

- Je me désinfecte les mains en entrant au dojo
- Je m'inscris sur la liste des participants
- Je mets tous mes effets personnels dans mon sac après m'être changé
- Je me lave les mains ou les désinfecte juste avant de monter sur le tatami
- Je respecte, comme toujours 😊, les consignes données par mon professeur à la lettre
- Je lave mon kimono après chaque cours
- Les accompagnants ne se rendent pas aux vestiaires et respectent les gestes barrières