

CHARTRE DES BONNES PRATIQUES COVID-19

En raison de l'épidémie de Covid-19 et pour vous accueillir dans les meilleures conditions tout en respectant votre bien-être, nous avons mis en place une chartre des bonnes pratiques Covid-19 pour nos stagiaires et pour nos intervenants.

D'une manière générale

- Nous respectons les distances de sécurité
- Les masques sont recommandés mais ne sont pas obligatoires sauf à 3 moments où la distanciation ne peut pas être respectée : lors du suivi personnalisé, dans la voiture pour la randonnée et lors des massages
- Désinfection de l'air dans les salles communes, d'éveil matinal et salles de massages avec un diffuseur spécifique 1 micron et de l'huile essentielle citron zeste

A votre arrivée

- Prise de température frontale avec le thermomètre "sans contact"

Suivi personnalisé du matin

- Désinfection des mains par l'encadrant et le jeûneur
- Port du masque obligatoire pour l'intervenant et pour le jeûneur
- Prise de température "sans contact" tous les matins

Eveil matinal

- Si le lieu et le temps le permettent, cours d'éveil matinal en extérieur
- Désinfection de l'air de la salle avec diffuseur 1 micron
- Tapis individuel et nominatif mis dans vos chambres
- Désinfection des mains par l'encadrant et les jeûneurs
- Ecart de 1 mètre entre chaque tapis
- Masque conseillé mais non obligatoire

Préparation du bouillon

- La personne qui prépare le bouillon devra se laver soigneusement les mains et porter un masque pendant toute la préparation

Randonnée

- 4 personnes maximum en voiture, 6 maximum en minibus
- Désinfection des voitures 30 minutes avant le départ
- Ouverture 15 minutes avant de toutes les fenêtres des voitures qui partent
- Port du masque obligatoire dans les voitures
- Vitres les plus ouvertes possible pendant le trajet
- A l'arrivée sur le lieu de randonnée : vaporisation d'un désinfectant air, portes et vitres fermées
- Grande aération avant de reprendre la voiture au retour de randonnée

Massage

- Les horaires des massages changent pour avoir le temps d'aérer et de désinfecter entre chaque massage
- Désinfection de l'air des salles de massages avant et entre chaque massage avec diffuseur 1 micron
- Maximum d'aération des salles avant et entre chaque massage
- Entre chaque massage, désinfection des surfaces planes et contacts
- Désinfection des mains par l'encadrant et le jeûneur
- Port du masque obligatoire pour l'intervenant et le jeûneur
- Chaque jeûneur vient avec son plaid ou sa serviette personnelle

Bouillon et conférence

- Désinfection des surfaces planes et contacts (matériel, interrupteurs, poignées, robinets...)
- Désinfection de l'air de la salle avec diffuseur 1 micron
- Chaises à 1 mètre de distance
- Désinfection des mains par l'encadrant et les jeûneurs
- Bouillon dans le distributeur de boissons chaudes
- Masque conseillé mais pas obligatoire (pendant les exposés)