

Mesures et consignes relatives à la COVID-19

La santé et le bien-être de nos membres sont au cœur de nos priorités. Invivo s'engage donc à mettre toutes les mesures nécessaires en place pour assurer la sécurité de ses élèves. En retour, nous demandons la collaboration de la communauté afin d'appliquer diligemment les mesures suivantes. Sachez cependant que des consignes supplémentaires peuvent être transmises aux élèves, au besoin, selon les circonstances.

1. Comme l'exige le gouvernement du Québec, si vous **présentez des symptômes, avez reçu un résultat positif, êtes en attente d'un résultat de dépistage** ou si vous êtes considérés comme en **contact étroit avec un cas de COVID-19**, demeurez à la maison. Si l'un de vos proches ou vous-mêmes **revenez de l'extérieur du Canada ou d'une zone chaude**, merci de respecter l'isolement volontaire de 14 jours prescrit par les autorités sanitaires.
2. Nous vous conseillons fortement de **réserver votre place pour le cours auquel vous souhaitez participer** puisque les places sont contingentées à 15 personnes.
3. **Si vous souhaitez nous visiter ou nous rencontrer, il est nécessaire de prendre rendez-vous.** Pour éviter un achalandage trop élevé, nous vous demandons **d'éviter de flâner** dans les aires communes avant et après la séance à laquelle vous participez. La porte d'entrée du centre sera barrée durant les cours et sera débarrée 10 minutes avant le début de la prochaine classe avant d'être barrée de nouveau 10 minutes après le début de celle-ci.
4. **Nous vous suggérons fortement d'arriver au centre prêt. e. s pour la pratique.** Nous vous conseillons aussi, si possible, d'amener votre propre matériel pour le cours. Si vous prévoyez utiliser un traversin, amenez une serviette ou du papier brun que vous pourrez déposer sur celui-ci durant la pratique.
5. Merci de vous **désinfecter les mains** à l'entrée et à la sortie du centre.
6. Le **port du couvre-visage est obligatoire** lors de vos déplacements dans les locaux du centre. Il est possible de l'enlever une fois rendu. e sur votre tapis. En tout temps, nous demandons de **maintenir une distance de 2 mètres** avec les autres élèves ou les membres de l'équipe.
7. **Merci de déposer vos items personnels aux endroits prévus à cet effet**, soit les crochets ou les petits casiers au fond de la salle commune en face des salles d'essayage mis à votre disposition.
8. Chaque élève est **responsable d'aseptiser le matériel qu'il utilise avec le produit désigné à cet effet.** Veuillez prendre note qu'exceptionnellement, durant la pandémie, certains accessoires de yoga ne seront pas accessibles comme par exemple les coussins pour les yeux.
9. En tout temps, nous vous demandons **d'appliquer les mesures d'hygiène et d'étiquette respiratoire** (se laver fréquemment les mains, tousser ou éternuer dans son coude, jeter les mouchoirs usagés directement dans la poubelle après leurs utilisations, etc.).

Merci pour votre précieuse collaboration! 😊