**POINTS DE**

**VIGILANCE**

**L’attention des encadrants et des pratiquants doit être attirée si :**

**- le pratiquant ne parvient pas à faire un exercice normalement simple,**

**- le pratiquant a des courbatures inhabituelles après des exercices simples,**

**- le pratiquant est essoufflé plus rapidement que d’habitude,**

**- le pratiquant a la sensation que son cœur bat trop vite ou irrégulièrement,**

**- le pratiquant a perdu brutalement le goût et/ou l’odorat,**

**- le pratiquant présente une toux sèche,**

**- le pratiquant a une fréquence cardiaque anormalement élevée.**

L’apparition de ces signes impose l’arrêt immédiat de l’activité du pratiquant et une visite chez le médecin qui jugera de l’opportunité de pratiquer **un test de dépistage**. Au moindre doute, il est possible de faire **un test RT/PCR**, une ordonnance n’étant pas nécessaire.

En cas de fièvre, le pratiquant restera chez lui.

**En cas de présence d’un cas avéré de Covid-19 positif, veuillez prévenir immédiatement par mail à** [**hbmeximieuxdt@gmail.com**](mailto:hbmeximieuxdt@gmail.com)**, car le club a l’obligation d’informer ses pratiquants qui ont été en contact avec la personne, ainsi que l’Agence Régionale de Santé.**

**Nous vous demandons donc de respecter le port du masque, les gestes barrières et les distanciations préconisées par le gouvernement.**

**L’équipe dirigeante du HBM**