

# CLUB de MARCHÉ

## « Les...PAS...d'amis »

St-Émile, Namur, Lac des Plages et +

( Bienvenue à tous.)

Lieux de départ

ST-ÉMILE.....HÔTEL DE VILLE

NAMUR.....RESTO DU VIEUX MOULIN

LAC DES PLAGES...HÔTEL DE VILLE

AUTRES (DÉPART DE ST-ÉMILE, COVOITURAGE AVEC  
MASQUE OBLIGATOIRE)

Nous **respecterons** les  
règles de distanciations de la  
**SANTÉ** publique du Québec.



## AUTOMNE 2020

MOIS	mardi	Départ de	Heure	AUTRES ACTIVITÉS
SEPTEMBRE	1	Namur	10h	
	8	St Émile	10h	
	15	Lac des Plages	10h	
	22	Namur *dîner possible	10h	<b>** Chez Mick **</b> 455 Chemin Fany, Namur
	29	Mont Tremblant *dîner possible	9 :30	Départ à St Émile ou piste cyclable Tremblant 10h
OCTOBRE	6	St Émile	10h	
<b>DÉFI</b> <b>Cubes Énergie</b>	13	Ripon	9 :30	Départ de St Émile
	20	Lac des Plages	10h	
	27	Namur	10h	
NOVEMBRE	3	St Émile	10h	
	10	Montébello *dîner possible	9 :30	Départ à St Émile ou Gare de Montebello 10h
	17	Lac des Plages		
	24	Namur		
Décembre	1	St Émile		
Vendredi	4	<b>ST ÉMILE</b>	11 :30	<b>Dîner de Noël et remise de prix</b>
	8	Lac des Plages		
<b>SAMEDI</b>	12	Parade pour Noël		<b>St ÉMILE</b> détails à suivre ?

**VISITEZ** notre page **FACEBOOK** pour plus de détails et d'activités .

S'inscrire auprès de [belangermichel@hotmail.com](mailto:belangermichel@hotmail.com) ou appeler Louise Boudreault au 819-426-2116

# **CLUB DE MARCHE « LES...PAS...D'AMIS »**

## **LES CONSIGNES SANITAIRES IMPORTANTES (COVID 19)**

À LIRE ET À RESPECTER SI VOUS DÉSIREZ PARTICIPER À UNE ACTIVITÉ DU CLUB DE MARCHE.

À compter de septembre 2020, vous devrez respecter les instructions suivantes. L'objectif est de poursuivre les randonnées en toute sécurité sanitaire comme exigé par la santé publique du Québec.

Jusqu'à avis contraire, au début de chaque randonnée, des directives spécifiques seront diffusées avant chaque départ.

### **Voici les instructions générales à considérer pour prévenir la contamination.**

Si vous avez des symptômes tels que toux, fièvre, pertes sensorielles telles qu'odorat et goût ou si vous avez été en contact avec une personne infectée au COVID-19, vous devez **OBLIGATOIREMENT** demeurer à la maison.

Au début de chaque activité, chaque randonneur doit avoir en sa possession un désinfectant personnel ( gel hydro alcoolique ) et un masque (pour le départ seulement) Vous devez vous laver les mains avec un produit désinfectant en arrivant.

Vous devez respecter, **EN TOUT TEMPS**, les deux mètres de distance entre marcheurs lors des déplacements et arrêts sauf si vous êtes en couple ou parents.

Vous devez éviter de toucher les rampes ou structures adjacentes lors d'un arrêt.

Le covoiturage est encouragé par groupes de deux personnes. Les personnes assises dans l'habitacle doivent porter un couvre-visage. Le conducteur demande à ce que son passager soit assis à l'arrière, à sa droite, sauf si le ou les passagers sont des gens qui vivent sous le même toit. Autrement, chaque randonneur se rend seul à destination dans son véhicule personnel.

En tout temps, ces mesures peuvent changer et être modifiées en fonction des directives de la Santé publique. Veuillez noter que le Club de Marche « LES...PAS...D'AMIS » n'est aucunement responsable des conséquences dues aux manquements des participants aux règles ci-mentionnées. À défaut d'appliquer ces consignes, vous pourrez être invité à quitter le groupe.

Nous souhaitons que ces mesures soient appliquées avec diligence afin de poursuivre nos activités assurant une "pleine santé" pour tous.

Nous avons hâte de vous retrouver

LE CLUB DE MARCHE « **LES...PAS...D'AMIS** »

**St-Émile, Namur et Lac des Plages.**