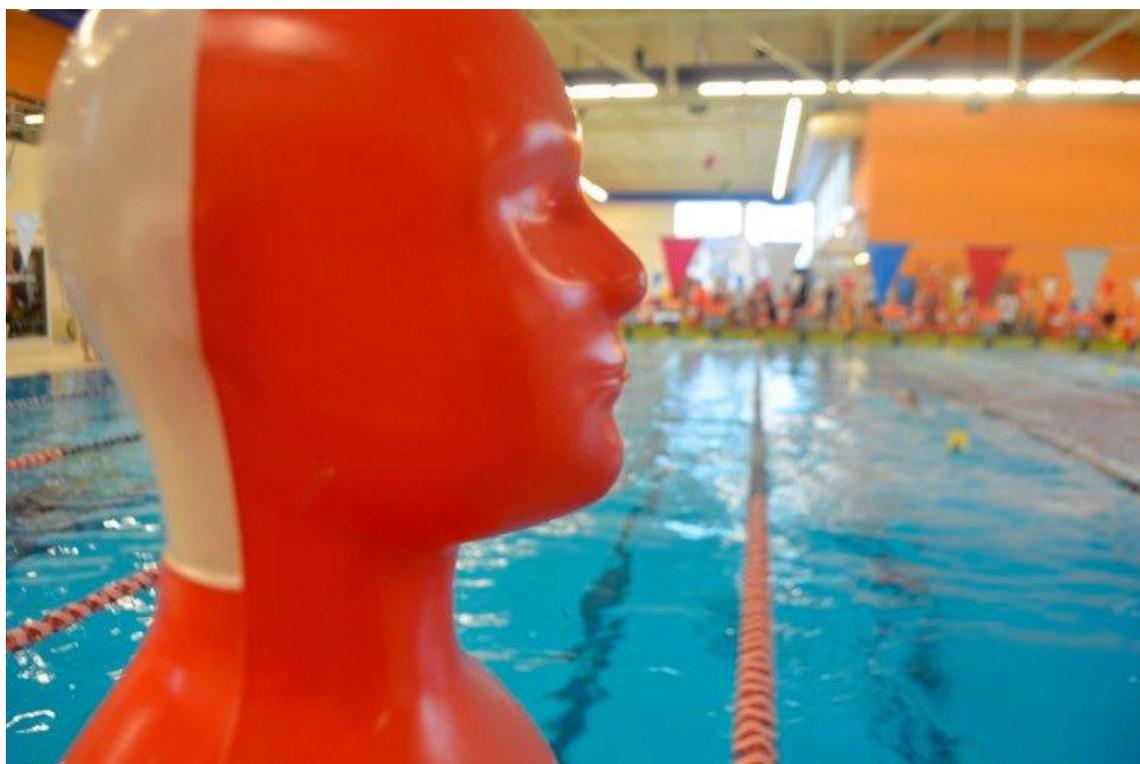


GUIDE DE RELANCE
DU SAUVETAGE SPORTIF
EN CONTEXTE DE PANDÉMIE DE LA COVID-19
MISE À JOUR — 4 JUIN 2021



INTRODUCTION

La COVID-19 continue de poser des défis importants et amène à repenser tous les domaines d'activités, dont le sport. La période de transition suivant l'épidémie sera longue et les entraîneurs ainsi que les athlètes seront invités à mettre en œuvre toutes les mesures possibles pour respecter les normes de la santé publique, dont les exigences de distanciation physique et d'hygiène.

La Société de sauvetage a préparé ce document en se basant sur les dernières informations disponibles à ce jour provenant de diverses sources d'information, notamment celles des autorités de la santé publique. Ce document est mis à jour périodiquement au fur et à mesure que la situation évolue.

Ce document a pour but de fournir des informations et des conseils quant aux meilleures pratiques. Il incombe toutefois à chaque club d'évaluer les risques dans son environnement particulier et d'établir les procédures de sécurité appropriées pour minimiser ces risques, tout en suivant les conseils et les instructions des divers organismes de sports et du gouvernement du Québec. En outre, il appartient à chaque individu d'évaluer ses risques personnels en consultation avec les professionnels de la santé et de déterminer le résultat de ses décisions et de ses actions.

La Société de sauvetage travaille activement avec plusieurs partenaires du milieu sportif et aquatique, dont la Fédération de natation du Québec (FNQ), afin de préparer cette reprise des activités. L'ensemble des guides de la relance pour le milieu aquatique seront disponibles sur le site de l'Association des responsables aquatiques du Québec : <http://www.araq.net>.

La Société de sauvetage vous remercie de votre motivation à organiser des entraînements sécuritaires et de qualité. Ensemble, faisons bouger les sauveteurs, peu importe l'âge et le niveau.

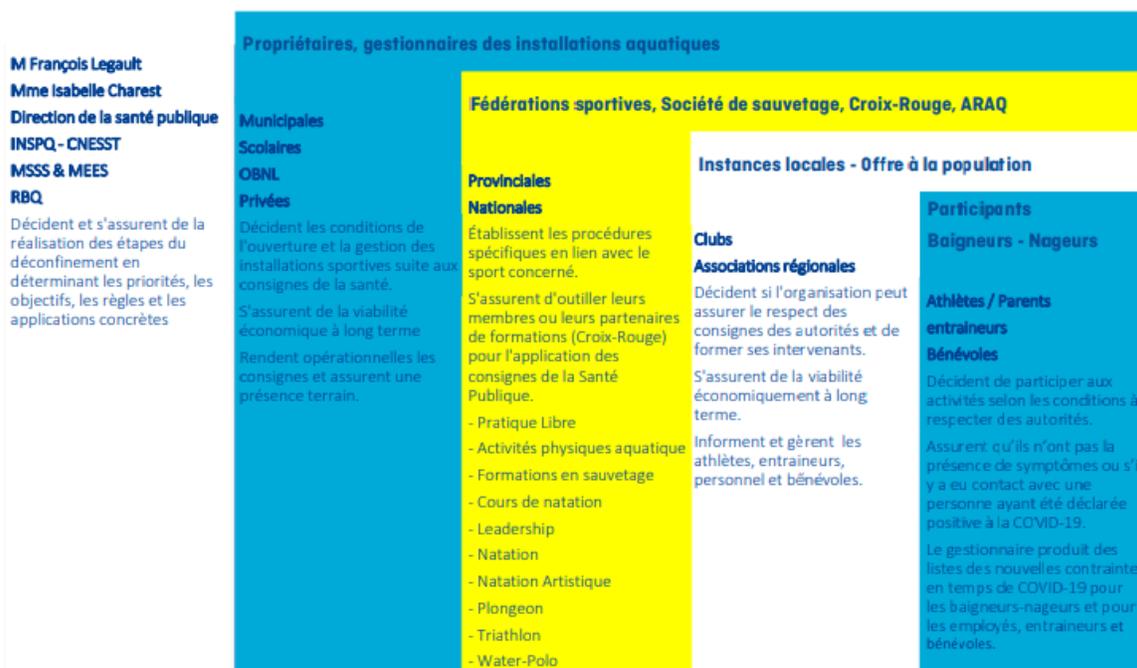
Aux fins de la présente et afin d'alléger le texte, la forme masculine désigne aussi le féminin, lorsqu'il y a lieu.

CHAÎNE DÉCISIONNELLE

Il y a plusieurs étapes avant de conclure qu'un athlète peut pratiquer son sport. À partir des consignes du gouvernement du Québec pour l'autorisation de la relance du milieu aquatique, plusieurs partenaires auront des décisions importantes à prendre dans le contexte de la pandémie. Les objectifs sont de :

- S'assurer de faire vivre des expériences sécuritaires et optimales, mettant en confiance la population québécoise à la reprise des activités aquatiques.
- Assurer la viabilité financière des organisations québécoises du milieu aquatique.

Instances gouvernementales



Il est donc important de connaître les niveaux décisionnels de chacun des acteurs. Plusieurs rencontreront des défis organisationnels et de disponibilités des ressources humaines, financières et matérielles. Il est alors possible que les calendriers d'ouverture des installations ou des organisations ne se réalisent pas au même moment à travers le pays. Il faut donc s'adapter à la nouvelle réalité. Chacun a la responsabilité d'évaluer ses capacités et son niveau de risque dans un nouveau contexte hors du commun.

PRÉCISIONS SUR LES MESURES COVID-19 PRÉSENTEMENT EN VIGUEUR

Pour connaître le palier d’alerte régionale en vigueur dans laquelle vous vous situez, consultez la [Carte des paliers d’alerte](#).

Les phases de déconfinement des activités sportives sont dictées par le Gouvernement du Québec. Tous les intervenants de milieu aquatique ont le mandat d’appliquer les consignes dictées par la Santé publique et de les faire respecter.

Pour les informations à jour, veuillez-vous référer au site du Gouvernement du Québec sur la reprise des activités en lien avec la COVID-19 au :

- <https://www.quebec.ca/>
- <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>
- <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/systeme-alertes-regionales-et-intervention-graduelle/cartes-paliers-alerte-covid-19-par-region/>
- <https://www.quebec.ca/tourisme-et-loisirs/activites-sportives-et-de-plein-air/directives-specifiques-loisir-sport/>

En complément, vous trouverez à l’adresse suivante le document de référence pour la gestion de la logistique avant et après une activité :

- <https://vadoncjouer.ca/wp-content/uploads/2021/03/V5-outil-de-travail-relance-du-sport-avant-et-apr%C3%A8s.pdf>

**IL EST IMPORTANT DE PRENDRE CONNAISSANCE ET D’ASSIMILER LES
TABLEAUX SUIVANTS QUI DICTERONT VOTRE CADRE D’ACTIVITÉS EN
FONCTION DE LA ZONE OÙ VOUS VOUS TROUVEZ.**



REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES POUR LA SAISON ESTIVALE





27 mai 2021

REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES POUR LA PÉRIODE ESTIVALE

ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

- Maximum de **50 participants** par groupe (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- **Contacts brefs**
- Compétitions et tournois permis

- 50 spectateurs par plateau sportif
- Possibilité de tenir des **événements extérieurs** sportifs et récréatifs dans le respect des directives concernant les festivals et les événements

ACTIVITÉS INTÉRIEURES

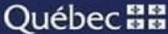
- Maximum de **25 participants** par groupe (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- **Contacts brefs**
- Compétitions et tournois permis
- 25 spectateurs par plateau sportif

Pour les salles d'entraînement

- Port du couvre-visage recommandé lors de l'assistance rapprochée, sauf pour les membres d'une même résidence.
- Registre des clients obligatoire
- Encadrement obligatoire pour les activités de groupes

Pour assurer la sécurité de tous, une distanciation physique de 2 m doit être maintenue en tout temps durant la pratique des activités et les consignes applicables concernant le port du couvre-visage doivent être respectées.

[Québec.ca/paliersalerte](https://quebec.ca/paliersalerte)







27 mai 2021

REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES ET RÉCRÉATIVES POUR LA PÉRIODE ESTIVALE

ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

Dès le 11 juin

Activités supervisées et avec contacts brefs :

- Maximum de **25 participants** par groupe (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Parties autorisées pour les sports d'équipes et les sports avec contacts brefs
- Compétitions et tournois interdits
- Activités non supervisées peuvent toujours se faire en groupe de 12 personnes maximum ou entre occupants de deux résidences différentes

Dès le 25 juin

- Maximum de **25 participants** par groupe (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Activités avec contacts brefs
- Tournois et compétitions permis
- Possibilité de tenir des **événements extérieurs** sportifs et récréatifs dans le respect des directives concernant les festivals et les événements

ACTIVITÉS INTÉRIEURES

- **Activité sans contact**
- Groupe de **12 participants** (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST)
- Ouverture de toutes les installations (y compris les salles d'entraînement)
- Compétitions et tournois interdits
- Aucun spectateur

Pour les salles d'entraînement

- Assistance rapprochée interdite, sauf pour les membres d'une même résidence
- Registre des clients obligatoire et les consignes applicables concernant le port du couvre-visage doivent être respectées lors des déplacements
- Encadrement obligatoire pour les activités de groupes

Pour assurer la sécurité de tous, une distanciation physique de 2 m doit être maintenue en tout temps durant la pratique des activités et les consignes applicables concernant le port du couvre-visage doivent être respectées.

[Québec.ca/paliersalerte](https://quebec.ca/paliersalerte)



MESURES LOISIRS ET SPORTS POUR L'ÉTÉ 2021

	ZONE ROUGE	ZONE ORANGE	ZONE JAUNE	ZONE VERTE
	EXTÉRIEUR			
POPULATION GÉNÉRALE*	<ul style="list-style-type: none"> • Activités sans contact¹ • Maximum : occupants de deux résidences ou groupe de 8 participants (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST) • Tournois et compétitions interdits • Aucun spectateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités sans contact¹ • Maximum : occupants de deux résidences ou groupe de 12 participants (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST) • Tournois et compétitions interdits • Aucun spectateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités avec contacts brefs² (sporadiques et de courte durée) • Maximum : occupants de deux résidences ou groupe de 12 participants (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST) • Tournois et compétitions interdits • Aucun spectateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités avec contacts brefs² (sporadiques et de courte durée) • Maximum : groupe de 50 participants (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles) • Ligues⁴, tournois et compétitions⁵ permis • Maximum de 50 spectateurs sur un même plateau sportif à libre accès
	<p>> Dès le 11 juin</p> <p>Les mesures en vigueur dans chaque zone s'appliquent mais avec ces assouplissements :</p> <p>Pour les activités supervisées³ et sans contact¹</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maximum : groupe de 25 participants (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles) • Ligues⁴ et parties autorisées selon les directives sanitaires liées au palier de couleur. • Compétitions et tournois interdits • La présence de spectateurs n'est pas recommandée 		<p>> Dès le 11 juin</p> <p>Les mesures en vigueur dans chaque zone s'appliquent mais avec ces assouplissements :</p> <p>Pour les activités supervisées³ et avec contacts brefs² (sporadiques et de courte durée)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maximum : groupe de 25 participants (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles) • Ligues⁴ et parties autorisées selon les directives sanitaires liées au palier de couleur. • Compétitions et tournois interdits • La présence de spectateurs n'est pas recommandée. 	
	<p>> Dès le 25 juin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ligues, tournois et compétitions⁵ permis selon les mesures des paliers d'alerte applicables aux rassemblements extérieurs dans un lieu public. • Possibilité de tenir des événements publics extérieurs⁶ sportifs et récréatifs (incluant les compétitions et les tournois⁵), accueillant des spectateurs assis avec places fixes assignées d'avance, debout ou assis sans places assignées ou sur des sites constitués d'installations temporaires circulant le long d'un parcours ou d'un circuit. Les organisateurs de ces événements doivent se référer aux directives concernant les festivals et événements : https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/plan-deconfinement/festivals-evenements 			
	INTÉRIEUR			
	<ul style="list-style-type: none"> • Activités sans contact¹ • Seul, à deux ou avec les occupants d'une même résidence (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST pour les personnes seules ou les occupants d'une même résidence) • Installations ouvertes : patinoire, piscine et lieux pour la pratique du tennis et du badminton • Tournois et compétitions interdits • Aucun spectateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités sans contact¹ • Seul, à deux ou avec les occupants d'une même résidence (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST pour les personnes seules ou les occupants d'une même résidence) • Installations ouvertes : toutes (incluant les gyms)⁷ • Tournois et compétitions interdits • Aucun spectateur <p>Pour les salles d'entraînement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Port du couvre-visage obligatoire en tout temps pour tous • Assistance rapprochée interdite, sauf pour les membres d'une même résidence • Registre des clients obligatoire. • Cours de groupe interdits 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités sans contact¹ • Groupe de 12 participants (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST) • Installations ouvertes : toutes (incluant les gyms et les lieux pour la pratique des jeux de quilles, de billard et de fléchettes) • Activités de groupe obligatoirement supervisées • Tournois et compétitions interdits • Aucun spectateur <p>Pour les salles d'entraînement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Assistance rapprochée interdite, sauf pour les membres d'une même résidence. • Registre des clients obligatoire. • Encadrement obligatoire pour les activités de groupes. • Le port du couvre-visage est obligatoire lors des déplacements 	<ul style="list-style-type: none"> • Activités avec contacts brefs² (sporadiques et de courte durée, incluant les sports de combat) • Groupe de 25 participants² (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles) • Installations ouvertes : toutes (incluant les gyms et lieux pour la pratique des jeux de quilles, de billard et de fléchettes) • Ligues⁴, compétitions et tournois permis (incluant les sports de combat) • Maximum de 25 spectateurs sur un même plateau sportif à libre accès <p>Pour les salles d'entraînement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Port du couvre-visage recommandé lors de l'assistance rapprochée, sauf pour les membres d'une même résidence. • Registre des clients obligatoire

MESURES LOISIRS ET SPORTS POUR L'ÉTÉ 2021

	ZONE ROUGE	ZONE ORANGE	ZONE JAUNE	ZONE VERTE
POPULATION GÉNÉRALE*	PORT DU COUVRE-VISAGE			
	<p>Port du masque ou du couvre-visage obligatoire pour les personnes de 10 ans et plus, sauf dans les situations suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> · Activité pratiquée par les occupants d'une même résidence · À l'extérieur, lorsque les personnes sont assises à plus de 2 mètres · Lorsque la distance de 2 mètres est maintenue entre les participants de résidences différentes durant toute l'activité · Lors de la pratique d'activités de baignade ou de sports nautiques 		<p>Port du couvre-visage obligatoire pour les spectateurs de 10 ans et plus lorsque l'activité se déroule à l'intérieur, sauf s'il s'agit d'un lieu avec places assises assignées d'avance. Possibilité de retirer le couvre-visage une fois assis à 1,5 mètre de distance des personnes de résidences différentes.</p>	
POPULATION GÉNÉRALE*	GESTION DES INSTALLATIONS			
	<p>Capacité d'accueil</p> <ul style="list-style-type: none"> · Déterminée par les gestionnaires de site selon l'application des mesures de distanciation physique <p>Supervision du lieu</p> <ul style="list-style-type: none"> · À l'intérieur, obligation d'assurer la supervision du lieu de pratique en tout temps par au moins une personne. Celle-ci doit être employée par le propriétaire de l'installation ou désignée par celui-ci. · Vestiaires fermés si la distanciation physique peut être respectée et si le nettoyage est effectué régulièrement dans la journée (sauf pour l'accès à la piscine) · Installations sanitaires ouvertes (toilettes, lavabos) <p>Équipements</p> <ul style="list-style-type: none"> · Possibilité d'emprunter ou de louer de l'équipement si une désinfection est assurée 		<p>Capacité d'accueil</p> <ul style="list-style-type: none"> · Déterminée par les gestionnaires de site selon l'application des mesures de distanciation physique <p>Supervision du lieu</p> <ul style="list-style-type: none"> · À l'intérieur, obligation d'assurer la supervision du lieu de pratique en tout temps par au moins une personne. Celle-ci doit être employée par le propriétaire de l'installation ou désignée par celui-ci. · Vestiaires ouverts si la distanciation physique peut être respectée et si le nettoyage est effectué régulièrement dans la journée · Installations sanitaires ouvertes (toilettes, lavabos) <p>Équipements</p> <ul style="list-style-type: none"> · Possibilité d'emprunter ou de louer de l'équipement si une désinfection est assurée 	
FORMATIONS	<ul style="list-style-type: none"> · Formations des sauveteurs aquatiques autorisées (selon les lignes directrices émises par la Société de sauvetage) · Formations des intervenants (animateurs, entraîneurs, officiels, etc.) autorisées (selon les mesures relatives à la zone de couleur concernée) 			
ACCOMPAGNATEUR	<ul style="list-style-type: none"> · Accompagnateur autorisé lorsque nécessaire (ex. : le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'une personne ayant un handicap). Celui-ci devra alors être comptabilisé dans le nombre de personnes maximal permis. · Une personne ayant un handicap (ou autre clientèle vulnérable) peut être accompagnée au besoin pour pratiquer une activité. Il est proposé que l'accompagnateur soit une personne qui habite sous le même toit. Si cela s'avérait impossible, il est recommandé que la personne ayant un handicap détienne sa Carte accompagnement loisir (CAL) comme preuve du besoin d'accompagnement. Dans ce cas, si la distanciation ne peut être respectée, l'accompagnateur doit porter un équipement de protection, conformément au guide de la CNESST. 			

DÉFINITIONS DES NOTES SUR LES TABLEAUX PRÉCÉDENTS

* **Les mesures déjà en vigueur relatives au milieu scolaire continuent de s'appliquer. Veuillez vous référer à l'adresse <https://www.quebec.ca/education/organisation-activites-scolaires-covid-19> pour connaître les directives spécifiques.**

¹ Le déroulement de l'activité sportive ou de loisir et la nature de celle-ci doivent permettre le respect de la distanciation physique de deux mètres en tout temps, et ce, avant, pendant et après l'activité. Dans le cas contraire, l'activité devra être adaptée. Si de telles adaptations ne sont pas possibles, la pratique de cette activité ne devrait pas être autorisée.

² Autant que possible, la distanciation physique doit être respectée lors de la pratique d'activités physiques ou sportives. Les contacts ou rapprochements de quelques secondes et peu fréquents sont toutefois permis (ex. : durant une partie ou une chorégraphie). Le cumul de ces contacts étroits par personne doit être inférieur à 15 minutes par jour. Des adaptations spécifiques à certaines activités physiques ou sportives peuvent être requises pour limiter les contacts prolongés entre les participants. Ces modalités s'appliquent également aux sports de combat et aux activités nautiques.

³ La supervision est assurée par une personne désignée par l'organisation qui anime l'activité. Cette personne est responsable d'assurer le respect des mesures et consignes sanitaires en vigueur. Dans le cas d'une activité offerte par une association, un club ou une municipalité, il est attendu que les mesures sanitaires appliquées respectent le protocole de reprise des activités de la fédération sportive provinciale ou de l'organisme national de loisir concerné.

⁴ Pour les activités habituelles (parties et ligues) d'une association sportive d'un organisme de loisir, d'une municipalité ou d'une entreprise privée, les organisateurs doivent se référer aux mesures applicables au secteur du sport et des loisirs, notamment en ce qui concerne le nombre de participants par plateau sportif. Pour le nombre de spectateurs qui peut assister à ces activités, les mesures concernant les rassemblements extérieurs dans un lieu public s'appliquent. Un même site peut comporter plusieurs plateaux sportifs (ex. : parc avec plusieurs

terrains de soccer ou de baseball). Un plateau sportif constitue un espace défini, un terrain sportif, une surface de jeu, dont les entrées, les sorties et les aires de circulation sont distinctes et leurs accès bien contrôlés (gymnase, patinoire, piscine, terrain de baseball, etc.).

⁵ Pour la tenue de tournois ou de compétitions, les organisateurs doivent se référer aux mesures applicables au secteur du sport et des loisirs, notamment en ce qui concerne le nombre de participants par plateau sportif. Au sujet du nombre de spectateurs pouvant assister à ces activités, les mesures concernant les rassemblements extérieurs dans un lieu public s'appliquent. Un même site peut comporter plusieurs plateaux sportifs (ex. : parc avec plusieurs terrains de soccer ou de baseball). Par exemple, si l'endroit où se déroule la compétition ou le tournoi comporte 4 plateaux, il sera possible d'accueillir 200 spectateurs et 200 participants, et ce, sans que l'activité soit traitée comme un événement public. Il importe toutefois qu'il y ait un roulement de spectateurs et de participants après chaque partie, pour que ceux-ci aient quitté avant que d'autres prennent place sur chaque plateau. Ainsi, lors d'un tournoi de sport associatif où il peut y avoir des parents ou amis qui viennent observer chaque partie, cette modalité peut s'appliquer, dans la mesure où on ne s'attend pas à un grand achalandage. Notons que les organisateurs de compétitions ou de tournois ne respectant pas le nombre maximal de personnes par plateau sportif ou le nombre maximal de spectateurs permis doivent se référer aux directives concernant les événements extérieurs de sport et loisir (par exemple, lors d'une compétition ou d'une partie qui présente de l'intérêt pour le grand public, est ouverte à tous et est susceptible d'attirer un grand nombre de spectateurs).

⁶ Un événement public extérieur signifie une manifestation de sport ou de loisir ponctuelle réalisée par un promoteur ou un comité organisateur, accessible au grand public, pour lequel le nombre de participants et de spectateurs présents ou anticipés est plus grand que celui permis pour les rassemblements extérieurs dans un lieu public. Il peut prendre la forme d'un championnat, d'une qualification, d'un essai, d'un tour, etc. Les activités d'envergure nationale et internationale sont également considérées comme un événement.

⁷ Les lieux pour la pratique des jeux de quilles, de billard et de fléchettes sont fermés.

POUR CONSULTER LE NAPPERON (28 mai 2021) EN LIGNE, CLIQUEZ SUR LE LIEN SUIVANT :

- <https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/education/mesures-loisir-sport-ete2021.pdf>

Ajustement des mesures de prévention dans les milieux de travail en contexte de déconfinement



Paliers d'alerte

Mesures		Rouge	Orange	Jaune	Vert	Section(s) du guide concernée(s)
Exclusion des personnes symptomatiques		Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Exclusion des personnes symptomatiques des lieux de travail
Télétravail		Obligatoire	Obligatoire	Recommandé	Retour progressif	Distanciation physique
Port du masque de qualité***	À l'intérieur	Port en continu obligatoire* + Distanciation et/ou barrières physiques lorsque possible	Port en continu obligatoire* + Distanciation et/ou barrières physiques lorsque possible	Distanciation OU barrière physique OU port du masque de qualité**	Distanciation OU barrière physique OU port du masque de qualité**	Distanciation physique
	À l'extérieur	Obligatoire lorsque les interactions sont inévitables* + Distanciation et/ou barrières physiques lorsque possible	Obligatoire lorsque les interactions sont inévitables* + Distanciation et/ou barrières physiques lorsque possible	Distanciation OU barrière physique OU port du masque de qualité**	Distanciation OU barrière physique OU port du masque de qualité**	Distanciation physique
Port de la protection oculaire		Obligatoire	Obligatoire	Facultatif, sauf si déjà requis selon les exigences réglementaires applicables	Facultatif, sauf si déjà requis selon les exigences réglementaires applicables	Distanciation physique
Hygiène des mains		Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Hygiène des mains
Étiquette respiratoire		Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Étiquette respiratoire
Nettoyage des outils et des équipements lors du partage		Obligatoire	Obligatoire	Facultatif	Facultatif	Maintien de mesures d'hygiène avec les outils, les équipements et les surfaces fréquemment touchés
Nettoyage et désinfection des surfaces (toilettes, salles à manger)		Obligatoire selon les exigences réglementaires applicables	Obligatoire selon les exigences réglementaires applicables	Obligatoire selon les exigences réglementaires applicables	Obligatoire selon les exigences réglementaires applicables	Maintien de mesures d'hygiène avec les outils, les équipements et les surfaces fréquemment touchés
Nettoyage à chaque quart de travail des surfaces hautement touchées		Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Obligatoire (aucun changement)	Maintien de mesures d'hygiène avec les outils, les équipements et les surfaces fréquemment touchés

- * Pour plus d'informations, consultez les [mesures de prévention dans les milieux de travail pour les régions dans les paliers rouge et orange](#).
- ** Le port du masque de qualité en continu n'est pas obligatoire, mais recommandé. La travailleuse ou le travailleur doit respecter la distanciation physique minimale de 2 mètres OU être protégé par une barrière physique OU porter un masque de qualité.
- *** Les masques de qualité sont :
 - des masques médicaux conformes aux normes ASTM F2100 ou EN 14683 type IIR;
 - des masques attestés par le Bureau de normalisation du Québec (BNQ) en vertu du fascicule d'attestation 1922-900 (site Internet du BNQ);
 - tout appareil de protection respiratoire (APR) muni d'un filtre à particules, comme défini dans la norme Choix, utilisation et entretien des appareils de protection respiratoire (CSA Z94.4-18), tels des APR de type N95 ou P100.

Ajustement des mesures de prévention dans les milieux de travail en contexte de déconfinement



La CNESST offre plusieurs outils afin de soutenir les milieux de travail dans le contexte de la COVID-19. Les mesures proposées dans ses outils s'inscrivent dans une démarche de hiérarchisation des moyens de prévention.

La progression de la couverture vaccinale de la population et la diminution constante des cas de COVID-19 permettent à la CNESST d'entreprendre un ajustement progressif des mesures de prévention dans les milieux de travail.

Les ajustements progressifs sont prévus en fonction des paliers d'alerte (système de couleurs). Cette approche permet d'adapter les mesures en place en fonction du niveau de risque dans la population. Ainsi, les activités des milieux de travail pourront se poursuivre dans des conditions adaptées au contexte, tout en demeurant les plus sûres et les plus saines possible.

Modification de certaines mesures de prévention

Ce document prévoit des modifications aux mesures présentées dans le [Guide des normes sanitaires en milieu de travail – COVID-19](#), aux [guides pour certains secteurs](#) ainsi qu'au document [Mesures de prévention dans les milieux de travail pour les régions dans les paliers rouge et orange](#). Certaines mesures de prévention sont modulées en fonction des paliers d'alerte, comme présenté dans le tableau au recto.

En tout temps, les milieux de travail présentant une éclosion de COVID-19 sont tenus de respecter les mesures recommandées par la [Santé publique](#).

POUR CONSULTER LE NAPPERON CNESST (8 juin 2021) EN LIGNE, CLIQUEZ SUR LE LIEN SUIVANT :

- <https://www.fnq.qc.ca/wp-content/uploads/dc900-1111-affichette-mesureselonpaliersalerte-v3.pdf>

QUESTIONS ET RÉPONSES

Est-il possible d'avoir plusieurs groupes distincts sur un même plateau sportif ? Oui, plusieurs groupes peuvent faire des activités sur un même plateau sportif. Le nombre de groupes admis est déterminé par la capacité d'accueil du plateau sportif. Les différents groupes ne doivent jamais se croiser dans les aires de circulation, dans les vestiaires ou sur les plateaux sportifs. Cependant, deux groupes peuvent être dans les vestiaires en même temps si la distanciation de 2 mètres peut y être respectée et que la circulation permet de ne pas se croiser.

Est-ce qu'un entraîneur peut superviser plusieurs groupes les uns après les autres ? Oui, un entraîneur peut superviser plusieurs groupes de suite en respectant les consignes sanitaires. Toutefois, un entraîneur ne peut changer de groupe au cours d'une même séance. L'objectif est toujours de limiter la transmission du virus advenant un cas d'éclosion.

Qui peut agir comme entraîneur et superviser un groupe d'athlètes ? Les entraîneurs attitrés à un groupe doivent avoir les certifications requises et être affiliés à la Société de sauvetage. Un entraîneur ne peut être responsable que d'un seul groupe d'athlètes à la fois. Un parent ou un bénévole ne peut pas agir comme entraîneur et être responsable d'un groupe.

Que faire si un des entraîneurs responsables d'un groupe n'a pas son Sauveteur National (SN) ? Il faut ajouter un sauveteur. Le propriétaire peut également exiger d'ajouter des sauveteurs. Il faut respecter en tout temps les règlements de la Régie du bâtiment et [le règlement de sécurité de la natation en piscine](#). Les entraîneurs et aides-entraîneurs doivent être inscrits dans la base de données de la Société de sauvetage.

Est-ce qu'un entraîneur présent sur le plateau sportif et responsable d'un groupe peut agir en même temps comme sauveteur pour un autre groupe que le sien ? Un entraîneur qui a les qualifications pour être sauveteur peut être responsable de la surveillance de son groupe uniquement. Un entraîneur ne peut donc pas accepter la surveillance de plusieurs groupes.

Qui peut être le capitaine COVID ? Est-il obligatoire de nommer une personne attitrée au respect des mesures sanitaires ? Le propriétaire du plateau sportif et le responsable de l'activité doivent obligatoirement nommer un Capitaine COVID, une personne dédiée au respect des mesures sanitaires. Il peut s'agir d'un entraîneur, d'un parent ou d'un bénévole. Le Capitaine COVID doit être présent sur le plateau pendant l'activité. Il doit être compté dans le ratio de la capacité d'accueil du plateau sportif.

Est-ce qu'un entraîneur peut superviser plusieurs groupes les uns après les autres ? Oui, un entraîneur peut superviser plusieurs groupes de suite en respectant les consignes sanitaires. Toutefois, un entraîneur ne peut changer de groupes au cours d'une même séance. L'objectif est toujours de limiter la transmission du virus advenant un cas d'éclosion.

Existe-t-il du matériel pour nous aider à respecter la distanciation dans la piscine ? Oui, la compagnie Aquam (info@aquam.com) propose des disques de distanciation pouvant être insérés dans les câbles antivagues.

Lorsque les athlètes ont 10 ans et moins, peuvent-ils être accompagnés d'un parent dans les vestiaires ? Oui, les enfants de 10 ans et moins peuvent être accompagnés d'un parent dans les vestiaires et jusqu'au plateau sportif. Le parent doit obligatoirement sortir à l'extérieur par la suite. Il lui est fortement recommandé de retourner dans son véhicule.

Quelles sont les consignes dans la salle de préparation physique ? Veuillez suivre les directives et consignes du responsable de l'installation.

PROTOCOLES DE RÈGLES SANITAIRES

TRANSPORT

Toute personne est fortement encouragée à se rendre sur les lieux de l'entraînement par ses propres moyens privé et ne peut pas utiliser le transport en commun sans le port du couvre-visage. Les transports ne devraient être réalisés qu'avec des personnes habitant sous le même toit. Le transport actif tel que le vélo ou la marche est préconisé. Si les athlètes ne conduisent pas eux-mêmes, ils doivent être déposés à l'extérieur de l'établissement. Les parents doivent être joignables en tout temps et disposés à venir chercher son enfant en tout temps. Les déplacements interrégionaux non essentiels sont fortement déconseillés en provenance ou en direction. Il faut se référer à la zone où l'athlète réside.

PRÉREQUIS INCONTOURNABLES

Chaque propriétaire d'installation et chaque club devront mettre en place des mesures quotidiennes de contrôle de l'accès telles que l'obligation pour toutes les personnes de remplir un formulaire **d'autodéclaration** avant d'accéder au lieu d'entraînement, tenir un registre des heures d'arrivée et de sortie. Le club devra tenir registre de présence en tout temps.

FORMULAIRE D'AUTODÉCLARATION

Toutes personnes devraient répondre « non » aux quatre questions suivantes avant de pouvoir avoir accès à un lieu d'entraînement, qu'il soit en piscines ou non :

1. Est-ce que je présente l'un des symptômes suivants ?
 - Fièvre
 - Frissons ou tremblements
 - Apparition ou l'aggravation d'une toux
 - Difficulté à respirer — essoufflement
 - Perte subite de l'odorat
 - Perte de goût
 - Mal de gorge
 - Mal de tête
 - Douleurs musculaires anormales
 - Douleurs thoraciques
 - Fatigue intense
 - Perte importante de l'appétit
 - Diarrhée maladie gastro-intestinale
2. Ai-je été en contact avec une personne atteinte de COVID-19 ou l'ai-je soignée dans les 10 derniers jours ?
3. Suis-je revenu d'un voyage à l'étranger au cours des 10 derniers jours ?
4. Suis-je en attente d'un test COVID-19 ?

Ne pénalisez pas les athlètes pour l'absence d'entraînement en raison de la COVID-19. Si un athlète ou un membre de sa famille ne se sent pas bien, il doit rester à la maison.

RELANCE DU SAUVETAGE SPORTIF

LIEUX DE BAINNADES

Les installations aquatiques sont partagées par plusieurs types d'usagers tous les jours. Les clubs doivent prendre connaissance et appliquer les recommandations des propriétaires et des gestionnaires d'installations.

Dans un premier temps, les membres du conseil d'administration ainsi que l'entraîneur-chef doivent prendre connaissance du Guide de relance aquatique — Lieux de baignade. Ce document est évolutif : <http://www.araq.net/pages.asp?id=1327>.

Dans un deuxième temps, un membre du conseil d'administration et l'entraîneur-chef doivent rencontrer le responsable aquatique responsable du lieu de baignade afin d'établir le fonctionnement applicable dans l'installation où le club reprendra ses activités.

Dans un troisième temps, tous devront connaître les éléments de sécurité importants à communiquer aux athlètes du club. Il est essentiel d'harmoniser les messages à communiquer ensemble. Le propriétaire, par l'intermédiaire du gestionnaire aquatique, doit présenter son propre plan pour la réouverture de ses installations. Il sera de son devoir de vous le faire connaître.



SYMPTÔMES

Les symptômes d'une contamination à la COVID-19 peuvent être la fièvre, l'apparition ou l'aggravation d'une toux, une difficulté à respirer ou une perte subite de l'odorat sans congestion nasale, avec ou sans perte de goût. D'autres symptômes peuvent aussi apparaître, comme un mal de gorge, un mal de tête, de la douleur musculaire, une fatigue intense, une perte importante de l'appétit et de la diarrhée. **EN CAS DE DOUTE SUR DES SYMPTÔMES DE LA COVID-19, DEMEUREZ À LA MAISON.**

PRÉVENTION

Afin de tenter d'atténuer les risques liés à la COVID-19, voici les mesures d'hygiène à suivre pour la reprise des activités aquatiques au Québec. L'objectif est d'éviter d'être infecté et de propager le virus à d'autres personnes dans la communauté.

Toute personne qui planifie aller dans un endroit public pour pratiquer son sport doit autoévaluer son état de santé avant de se déplacer. En cas de présence de symptômes liés à la COVID-19, la pratique sportive doit être arrêtée. La personne concernée doit alors s'isoler rapidement et se diriger à la section personnes symptomatiques ou malades, disponibles sur le site du Gouvernement du Québec ou téléphoner au numéro dédié : 1-877-644-4545.

DÉCLARATION D'UN CAS DE COVID-19

Si une personne est déclarée positive à la COVID-19, les étapes ci-dessous doivent être suivies :

- Il est improbable que quelqu'un apprenne qu'il a la COVID-19 pendant son activité sportive, car il faut un test pour le dépister.
- La personne qui subit un test de dépistage doit s'isoler à domicile jusqu'à la réception du résultat. Par la suite, elle doit suivre les recommandations de son médecin.
- Idéalement, un membre du conseil d'administration devrait être nommé au préalable pour faire les suivis des cas avec la Santé publique de votre région et la personne déclarée positive.
- Lorsque vous recevez l'information qu'une personne est déclarée positive lors d'une activité de votre organisation, **il est primordial de garder son calme et de ne pas alerter toutes les personnes qui auraient pu se présenter sur les lieux de façon aléatoire. Il faut garder le tout confidentiel. Il faut immédiatement informer le membre du conseil d'administration qui est responsable de la gestion des cas.**
- La journée même, le membre du conseil d'administration devra contacter la Santé publique de votre région afin de les informer de la situation.
- La Santé publique de votre région accompagnera et guidera l'organisation sur les mesures à prendre dans une telle situation.

- Il est possible que la Santé publique de votre région doive investiguer et décider d'un protocole à appliquer selon votre situation.
- L'organisation devra respecter et appliquer les directives de la Santé publique de votre région.
- Prévenir la Société de sauvetage de la situation en écrivant à sauvetagesportif@sauvetage.qc.ca ou 514-252-3100 poste 3561.

La liste des directions de la santé publique de votre région se trouve :

- <https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/documents/liste-directeurs-santepub.pdf>

OBLIGATIONS LÉGALES

Les obligations légales en santé et sécurité du travail, autant pour l'employeur que pour les travailleurs et travailleuses, doivent être appliquées dans le contexte de la COVID-19.

EMPLOYEUR

L'employeur a l'obligation de protéger la santé et d'assurer la sécurité et l'intégrité physique de ses travailleurs. La loi sur la santé et la sécurité du travail (LSST) exige que l'employeur prenne toutes les mesures nécessaires pour y parvenir (article 51). Pour ce faire, il doit, entre autres, mettre en œuvre des méthodes d'identification, de correction et de contrôle des risques. Dans le contexte de la COVID-19, l'employeur doit s'assurer que les mesures de prévention habituellement mises en œuvre sont toujours adaptées. Sinon, il doit les modifier pour protéger les travailleuses et les travailleurs contre les risques de contamination. L'employeur doit également les informer sur les risques liés à leur travail, y compris ceux liés à la COVID-19. Il doit également leur assurer la formation, la supervision et l'entraînement appropriés afin que tous aient l'habileté et les connaissances requises pour accomplir de façon sécuritaire le travail qui leur est confié.

TRAVAILLEUR ET TRAVAILLEUSE

Chaque travailleur a l'obligation de prendre les mesures nécessaires pour protéger sa santé, sa sécurité ou son intégrité physique, et de veiller à ne pas mettre en danger la santé, la sécurité ou l'intégrité physique des autres personnes qui se trouvent sur les lieux de travail (article 49 de la LSST). Pour ce faire, il doit respecter les règles et les mesures mises en application dans le contexte

de la COVID-19, au même titre que les autres règles appliquées dans le milieu de travail. Le travailleur doit aussi participer à l'identification et à l'élimination des risques. S'il voit des risques ou s'il a des suggestions à cet égard, il doit en faire part au comité de santé et de sécurité (s'il y en a un), à son supérieur ou à un représentant de l'employeur.

Le port du masque médical en continu permet de faire en sorte que les activités des milieux de travail puissent s'effectuer dans les conditions les plus sûres et les plus saines possibles <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/coronavirus-covid-19/mesures-controles-supplementaires-exclusions>.

La meilleure source d'information en matière de santé et sécurité au travail demeure la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/trousse.aspx.



INFORMATIONS GÉNÉRALES

AFFILIATION

Tous les services offerts par les clubs devront être faits à des membres affiliés à la Société de sauvetage. Les clubs qui n'ont pas encore complété leur adhésion à la Société de sauvetage doivent le faire immédiatement. Les informations concernant la pandémie et toutes autres communications incluant les services de la Société de sauvetage seront envoyées et offertes aux clubs de sauvetage sportif qui seront membre pour la saison 2020-2021.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Les clubs devront assurer une bonne gestion des communications avec les divers partenaires et revoir au complet les prévisions budgétaires en fonction des sources de revenus et dépenses à la suite de la nouvelle réalité de la pandémie. Aucun élément ne doit être tenu pour acquis. Il faudra s'adapter à la notion de changement, à vivre avec l'incertitude et avec la réalité COVID-19. Les assemblées générales pourront être tenues de façon virtuelle : https://www.associationsquebec.qc.ca/Uploads/RLSQ_Guide_Organisation_CA_AGA_en_ligne_MAJ_Juin2020.pdf.

PLAN D'URGENCES

Chaque entraîneur et athlète doit connaître le plan d'urgence de l'installation aquatique qui aura été adopté par le propriétaire des installations en fonction de la nouvelle réalité. Cependant, en eau libre, les entraîneurs doivent eux-mêmes mettre en place un plan d'urgences et le faire connaître aux athlètes.

AFFICHAGE ET COMMUNICATION

- L'affichage des consignes de sécurité sur les lieux d'entraînement devrait être fait par le propriétaire de l'installation. Il est important de bien comprendre l'affichage et le respecter.
- La responsabilité du club est de gérer les communications d'information, les formations, les activités et la gestion de risques auprès de ses membres afin de respecter les consignes de sécurité, atténuez les risques, de limiter la désinformation provenant d'autres sources et mettre en confiance ses membres.

CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs doivent être en règle au niveau de la certification de sécurité aquatique. La Société de sauvetage met à la disposition des clubs son webinaire portant sur le travail en milieu aquatique en contexte de COVID-19. Chaque entraîneur devrait suivre cette formation : <https://sauvetage.qc.ca/fr/formations/formation-webinaire-en-contexte-de-covid-19>.

SANCTION POTENTIELLE

La Société de sauvetage se réserve le droit de sanctionner les clubs et les entraîneurs qui ne respecteront pas les règles et qui pourraient mettre la sécurité des athlètes en danger.

ASSURANCES

Plusieurs questionnements sont soulevés quant aux couvertures d'assurances applicables en période de pandémie et en vue de la reprise des activités. Voici un résumé des points importants :

1. D'abord, il est important de mentionner que la police d'assurance responsabilité civile générale, dont la période de couverture est du 1er décembre au 30 novembre de chaque année, est, et a toujours été en vigueur, même depuis le début de la pandémie. Il n'y a eu aucun arrêt ou suspension des protections d'assurance par l'assureur.

2. Il va de soi que toutes les règles sanitaires et consignes exigées par les autorités gouvernementales, de même que toutes les règles de sécurité et autres, de la Société de sauvetage, doivent être respectées lors de la reprise des activités.
3. Un membre de la Société de sauvetage (ou d'un club) est couvert lorsqu'il pratique le sauvetage sportif, dans un cadre « organisé ». Des lieux tels que les spas, carrières, piscines de condominiums ou piscines privées, etc., ne sont pas couverts par les assureurs.
4. Les gens qui pratiquent une activité à l'extérieur du cadre organisé d'un club seront généralement couverts par leur assurance résidentielle, puisqu'il s'agit d'un passe-temps (sous réserve de certaines activités qui peuvent être spécifiquement exclues par l'assureur résidentiel).
5. Or, et depuis l'entrée en vigueur du programme d'assurance, la pratique libre (ou la pratique récréative autonome) n'est pas couverte par l'assurance responsabilité.

Finalement, dans un souci d'être proactif face aux dangers associés à la pandémie, et afin d'en limiter les risques, il est recommandé de faire signer à chaque athlète, bénévole et toute autre personne en contact avec les athlètes un document sur la reconnaissance des risques de la COVID-19.

Cette pratique est maintenant appliquée par plusieurs fédérations nationales, provinciales et autres entreprises. Pour faciliter l'organisation, il est possible de créer un formulaire en ligne avec signature. Essentiellement, en signant un tel document, l'athlète reconnaît que malgré toutes les précautions prises par l'organisme, les risques de contracter le COVID-19 demeurent. Le document contient également un engagement de s'abstenir de participer aux activités s'il démontre des symptômes liés au COVID.

SOURCES D'INFORMATIONS ADDITIONNELLES

SOURCE	DESCRIPTION	LIEN
INSPQ - Institut national de santé publique du Québec	Centre d'expertise et de référence en santé publique, Lieu de baignade – environnement extérieur et intérieur	https://www.inspq.qc.ca/publications/3004-lieux-baignade-qr-covid19 https://www.inspq.qc.ca/publications/3002-environnement-exterieur-covid19
CNESST - Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail	Sécurité du personnel, Mesure d'hygiène et de protection, Protocole en cas d'éclosion, Soins de base	https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/trousse.aspx https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-autosoins-covid-19/
MSSS - Ministère de la Santé et des Services sociaux MEES - Ministère de l'éducation et de l'enseignement supérieur RBQ – Régie du bâtiment du Québec APSAM - SST	Information concernant la reprise graduelle des activités sportives et camps de jour en lien avec les mesures de ralentissement de la COVID-19, Programme actions concertées pour le maintien en emploi (PACME), RBQ – réglementation sur les lieux de baignade, APSAM - spécifications pour les piscines et installations aquatiques	https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/reprise-graduelle-activites-mesures-ralentissement-covid19/ https://www.quebec.ca/entreprises-et-travailleurs-autonomes/programme-actions-concertees-pour-le-maintien-en-emploi-pacme-covid-19/ https://www.rbq.gouv.qc.ca/covid-19-des-reponses-a-%20vos-questions.html#19293 https://www.apsam.com/theme/risques-biologiques/covid-19-coronavirus/specifications-piscines-installations-aquatiques
Gouvernement du Canada	Soutien aux particuliers, Soutien aux entreprises, Soutien aux secteurs	https://www.canada.ca/fr/ministere-finances/plan-intervention-economique.html
Natation Canada	Information sur la gestion nationale du sport	https://www.swimming.ca/fr/
Fédération de natation du Québec	Information sur la gestion provinciale du sport	https://www.fnq.ca
Croix-Rouge	Assistance et ressources de la Croix-Rouge et plus particulièrement pour les cours de sécurité aquatique	https://www.croixrouge.ca/nos-champs-d-action/interventions-en-cours/covid-19-nouveau-coronavirus
Société de sauvetage – Québec / Canada	Prévention de la noyade, Formation et certification des sauveteurs	https://www.sauvetage.qc.ca/fr/ et https://www.lifesaving.ca/covid-19-fr.php
ARAQ Association des responsables aquatiques du Québec	Information pour les gestionnaires d'installation	http://www.araq.net
RLSQ Relance du sport au Québec	Chroniques pour les assurances, ressources humaines et juridiques Information sur la relance du sport au Québec	https://www.associationsquebec.qc.ca/chronique.php?id_Type=3 https://www.associationsquebec.qc.ca/service-assurances_responsabilite https://www.vadoncjouer.ca/
SPORT'AIDE	Accompagnement psychologique pour les athlètes et entraîneurs	https://sportaide.ca/covid19/
Camp de jour	Guide de relance des camps en contexte Covid-19	https://campsquebec.com/mesures-covid19

