

# **GUIDE DE REPRISE DES ACTIVITÉS**

**FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HANDBALL OLYMPIQUE**

**À COMPTER DU 26 MARS 2021**

# **INTRODUCTION**

**À compter du 26 mars 2021, les participants devront respecter les nouvelles consignes qui s'appliquent au palier d'alerte de leur région.**

**IMPORTANT:** Dans le but d'offrir une pratique sportive sécuritaire se conformant aux recommandations et normes actuelles de la santé publique, plusieurs critères devront être respectés et des mesures préventives devront être mises en place par les clubs, les équipes et les organisateurs affiliés à la fédération qui souhaiteront tenir des activités.

L'objectif de ce guide est de partager les règles applicables jusqu'à nouvel ordre de la santé publique.

Une mise à jour de ce guide sera faite et publiée lorsque le gouvernement nous fera part de nouveaux paramètres et de nouvelles normes à respecter dans une éventuelle prochaine phase.

# INSTALLATIONS

Les propriétaires et les gestionnaires des installations récréatives et sportives (municipalités, établissements scolaires et entreprises privées) doivent respecter les mesures sanitaires en vigueur et les contextes de pratique permis. Ils doivent assumer les responsabilités du Protocole de relance du sport organisé de Sports-Québec publié en annexe de ce document.

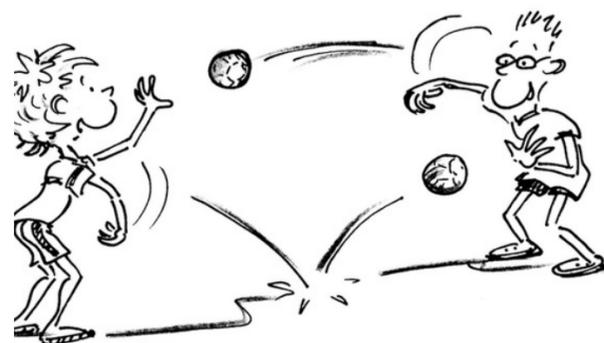
Les gestionnaires des installations récréatives et sportives décideront du moment de la réouverture de leur installation et géreront leurs accès en fonction de leurs ressources et en respect des mesures sanitaires en vigueur. Dans certains cas, des réservations pourraient être nécessaires. Dans d'autres, des accès peuvent être limités ou refusés.

Jusqu'à nouvel ordre, un couvre-feu est appliqué de 21h30 à 5h00 dans les zones rouges et orange. Ainsi, les heures d'ouverture des lieux d'entraînement, des installations et des infrastructures devront être ajustés afin de permettre à la clientèle et aux employés des respecter le couvre-feu.

En zones rouges et orange, les vestiaires doivent demeurer fermés mais les installations sanitaires peuvent être ouvertes. Les vestiaires en zones jaunes peuvent être ouverts.

# IMPORTANT À SAVOIR

## Partage du ballon



Le partage d'un ballon entre plusieurs participants qui font des échanges, des passes ou encore des tirs au but est permis dans la mesure où les ballons sont utilisés à l'intérieur d'un même groupe et que ceux-ci sont désinfectés avant et après usage.

## Contacts

En zones rouges et orange, la pratique doit s'effectuer sans contact en respectant la distanciation de deux mètres en tout temps.

En zones jaunes, uniquement pour les activités extérieures, la proximité momentanée ainsi que les contacts accidentels et sporadiques pendant un exercice sont tolérés par la Direction de la santé publique.

Il faut prévoir un temps total cumulatif des séquences de jeu dans lesquels la distanciation physique ne peut être respectée n'excédant pas 15 minutes par séance.

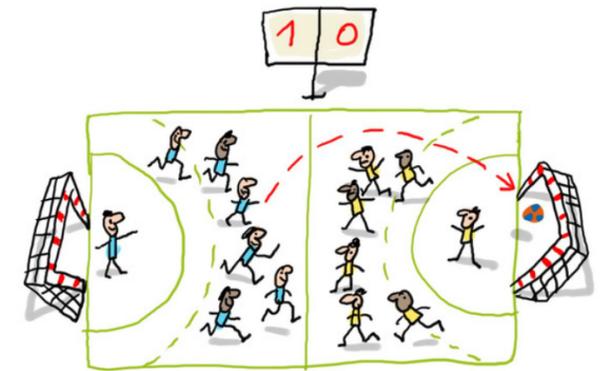
# IMPORTANT À SAVOIR (LA SUITE)

## Capacité d'accueil

Le nombre de personnes total sur un site est déterminé par les gestionnaires de site, selon la capacité d'accueil de l'infrastructure. Il doit permettre l'application stricte des mesures de distanciation, l'absence de contacts physiques entre chaque personne et entre chaque entraînement, de façon à ne pas créer de rassemblement.

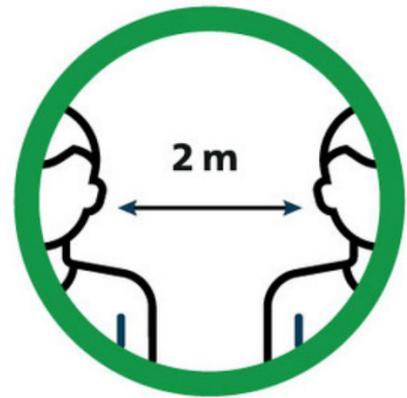
Selon le **code de conduite de l'entraîneur** de la nouvelle **Politique en matière de protection de l'intégrité**, de façon générale, l'ensemble des activités doit être planifié de façon à ce que l'entraîneur ne soit jamais seul dans un lieu privé fermé en compagnie d'un(e) participant(e).

À l'intérieur, l'encadrement est obligatoire pour les entraînements en groupes.



# IMPORTANT À SAVOIR (LA SUITE)

## Distanciation



Sauf pour les occupants d'une même résidence, la distanciation physique de 2 mètres doit être respectée en tout temps dans les régions des paliers rouges et orange ainsi qu'à l'intérieur pour le palier jaune.

Il faut également prévoir la distanciation de 2 mètres entre tous les athlètes en attente, les entraîneurs et toute autre personne se trouvant dans l'aire de jeu.

# Ce qui est permis et ce qui ne l'est pas- Zones rouges

ZONES ROUGES	INTERDIT	PERMIS
Entraînements en groupe	 Interdit à l'intérieur	 <b>Permis à l'extérieur</b> Groupe de 8 participants maximum + 1 intervenant Respect du 2 m
Cours		 <b>Permis à l'extérieur</b> Groupe de 8 participants maximum + 1 intervenant Respect du 2m   <b>Permis à l'intérieur</b> 1 participants ou occupants d'une même résidence + 1 intervenant
Matches, compétition, ligues	 Interdit à l'intérieur et à l'extérieur	
Programme Sport-Études Handball	 <b>Permis</b> (voir les modalités à la page 11)	
Déplacements inter-régions	 Non-recommandés	

# Ce qui est permis et ce qui ne l'est pas- Zones orange

ZONES ORANGE	INTERDIT	PERMIS
Entraînements en groupe		 <b>Permis à l'extérieur</b> Groupe de 12 participants maximum + 1 intervenant Respect du 2 m   <b>Permis à l'intérieur</b> Groupe de 8 participants maximum + 1 intervenant obligatoire Respect du 2m
Cours		 <b>Permis à l'extérieur</b> Groupe de 12 participants maximum + 1 intervenant Respect du 2 m   <b>Permis à l'intérieur</b> Groupe de 8 participants maximum + 1 intervenant obligatoire Respect du 2m
Matches, compétition, ligues	 <b>Interdit à l'intérieur et à l'extérieur</b>	
Programme Sport-Études Handball	 <b>Permis</b> (voir les modalités à la page 11)	
Déplacements inter-régions	 <b>Non-recommandés</b>	

# Ce qui est permis et ce qui ne l'est pas- Zones jaunes

ZONES JAUNES	INTERDIT	PERMIS
Entraînements en groupe		 <b>Permis à l'extérieur</b> Groupe de 12 participants maximum + 1 intervenant Contacts momentanés permis   <b>Permis à l'intérieur</b> Groupe de 12 participants maximum + 1 intervenant obligatoire Respect du 2m
Cours		 <b>Permis à l'extérieur</b> Groupe de 12 participants maximum + 1 intervenant Contacts momentanés permis   <b>Permis à l'intérieur</b> Groupe de 12 participants maximum + 1 intervenant obligatoire Respect du 2m
Matches, compétition, ligues	 <b>Interdit à l'intérieur</b>	 <b>Permis à l'extérieur</b> Situation d'opposition permises à l'entraînement
Programme Sport-Études Handball	 <b>Permis</b> (voir les modalités à la page 11)	
Déplacements inter-régions	 <b>Non-recommandés</b>	

# **EXEMPLE DE CE QUI EST PERMIS POUR RESPECTER LA DISTANCIATION**

## Distanciation de 2 mètres en tout temps

- Relation à deux, sans défenseurs et sans opposition.
- Travail de motricité générale ou spécifique avec ou sans ballon.
- Travail de tirs avec gardien de but, possibilité de rajouter un contre à 3 mètres afin que le lanceur atterrisse à 2 mètres du défenseur.
- Toutes les activités individuelles de développement moteur et physique visant à préparer le corps à l'exercice, à travailler la coordination, la mobilité, la vitesse, la résistance, etc.

# MODALITÉS SPÉCIFIQUES AUX PROGRAMMES SPORT-ÉTUDES HANDBALL

## **Pour les trois programmes Sport-Études Handball reconnus:**

Le port du masque de procédure (ou chirurgical) est obligatoire pour tous les athlètes et membres du personnel (entraîneurs) en tout temps et tous lieux, à l'exception des situations suivantes:

- Lors de la pratique d'activité physique d'intensité modérée à élevée, le port du masque de procédure n'est pas recommandée étant donné qu'il peut nuire à la respiration et devenir humide et ainsi être moins efficace.
- Pour le personnel (entraîneurs) même s'il est fortement recommandé de porter le masque en tout temps, il n'est pas obligatoire de le porter lors de l'enseignement/entraînement, pour autant que la distance de deux mètres soit respectée.

Les exercices doivent s'effectuer en respectant la distanciation physique de deux mètres et ce, indépendamment que les athlètes proviennent ou non du même groupe classe.

Un seul groupe classe serait préférable mais un groupe-stable supplémentaire peut être créé. Cela signifie que votre groupe Sport-Études peut se composer d'athlètes en provenance de différents groupes-classes. Ce groupe doit toujours se composer des mêmes athlètes.

En tout temps, les athlètes en provenance de groupes-classes différents, d'une même école ou non, doivent maintenir une distance de 2 mètres.

Les compétitions, les tournois et les spectateurs sont interdits.

Lors de la journée des cours à la maison, un étudiant-athlète de secondaire 3-4 et 5 peut joindre son groupe-stable supplémentaire afin de s'entraîner si son entraînement ne se déroule pas à l'école et qu'il peut se rendre sur le site par ses propres moyens.

# MODALITÉS SPÉCIFIQUES POUR LA PRATIQUE DU HANDBALL EN PARASCOLAIRE

Source: Plan de déconfinement- Loisirs et sport- Gouvernement du Québec - 17 mars 2021

## Zones Rouges

Cours d'éducation physique et projets pédagogiques particuliers (ex. : Sport-études, Art-études, concentration) maintenus.

### Activités parascolaires

Depuis le 15 mars:

Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable seulement (ex. : avant les cours, sur l'heure du dîner et à la fin des cours):

- Pas de compétitions ni de spectateurs<sup>7</sup>
- Possible de rendre accessibles les vestiaires pour les élèves concernés

## Zones orange

Cours d'éducation physique et projets pédagogiques particuliers (ex. : Sport-études, Art-études, concentration) maintenus.

### Activités parascolaires

Depuis le 15 mars:

Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable seulement (ex. : avant les cours, sur l'heure du dîner et à la fin des cours):

- Pas de compétitions ni de spectateurs<sup>7</sup>
- Possible de rendre accessibles les vestiaires pour les élèves concernés

À partir du 26 mars:

#### **EXTÉRIEUR :**

Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable ou avec un maximum de 12 élèves (intra école; pouvant provenir de différents groupes-classes stables).

#### **INTÉRIEUR<sup>2</sup> :**

Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable ou avec un maximum de 8 élèves (intra école; pouvant provenir de différents groupes-classes stables).

#### **INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR :**

- Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres entre les groupes-classes stables<sup>5</sup>
- Pas de compétitions ni de spectateurs<sup>7</sup>
- Possible de rendre accessibles les vestiaires pour les élèves concernés.

## Zones jaunes

concentration) maintenus.

### Activités parascolaires

Depuis le 15 mars:

Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable seulement (ex. : avant les cours, sur l'heure du dîner et à la fin des cours):

- Pas de compétitions ni de spectateurs<sup>7</sup>
- Les vestiaires peuvent ouvrir dans le respect des meures sanitaires<sup>9</sup>

À partir du 26 mars:

#### **EXTÉRIEUR :**

Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable ou avec un maximum de 12 élèves (intra école; pouvant provenir de différents groupes-classes stables):

- Pratique avec contacts étroits<sup>8</sup> de courte durée et peu fréquents permise

#### **INTÉRIEUR<sup>2</sup> :**

Activité sans contact<sup>1</sup> pratiquée en groupe-classe stable ou avec un maximum de 12 élèves (intra école; pouvant provenir de différents groupes-classes stables):

- Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres entre les groupes-classes stables<sup>5</sup>

#### **INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR :**

- Pas de compétitions ni de spectateurs<sup>7</sup>
- Mises en situation de compétition lors d'entraînement permises
- Les vestiaires peuvent ouvrir dans le respect des meures sanitaires<sup>9</sup>



**DIRECTIVES ET OBLIGATIONS**

**AVANT-PENDANT-APRÈS.**

# OBLIGATION POUR TOUS



- Si je présente des symptômes de la COVID-19, je reste à la maison.
- Si dans les 14 derniers jours, j'ai été en contact avec une personne ayant été déclarée positive à la COVID-19, je reste à la maison.
- Si j'ai déjà eu ou j'ai des problèmes de santé chroniques, je reste à la maison.
- Si j'ai plus de 70 ans, je présente un risque plus élevé. Ma participation à une séance à titre de participant ou membre du personnel d'encadrement est déconseillé.

## **Port du couvre-visage / masque**

Depuis le 24 août 2020, le port du couvre-visage est obligatoire pour toute personne âgée de 10 ans et + dans les lieux intérieurs où sont offerts des activités physiques et sportives. Le couvre-visage dans ces lieux doit être porté en tout temps (à l'arrivée, dans les déplacements, dans les installations sanitaires etc), sauf lors de l'activité physique et sportive\*. Pour les entraîneurs et personnel médical, le port du couvre-visage / masque est requis en tout temps sauf à l'effort.

\*Il est toutefois fortement recommandé de porter un couvre-visage lors des activités de faible intensité dans les espaces publics où la distanciation physique ne peut être maintenue.

# OBLIGATION DU RESPONSABLE DE CLUB OU DE L'ACTIVITÉ

## Planification de l'activité

- Lors de son affiliation de club en ligne, le responsable doit attester qu'il a lu et compris le présent guide et que les séances d'entraînements données par les intervenants de son clubs respecteront les directives.
- Nommer une personne ressource présente sur les lieux et attitrée au respect des mesures sanitaires (par exemple, l'entraîneur qui encadre la séance) et l'informer des différentes mesures.
- Limiter les échanges de papier et crayon au maximum tant lors de l'inscription que pour le partage d'information [inscription électronique favorisée].
- S'assurer que tous les participants soient membre de Handball Québec à partir du 1er avril 2021 afin d'être couverts par les règles, politiques et assurances de Handball Québec.
- S'assurer que tous les participants, incluant les entraîneurs, les membres d'encadrement, les bénévoles et les employés profitent de l'équipement de protection individuelle (masque, visière, désinfectant etc).
- Définir des groupes respectant le nombre de personnes admises sur les sites et les horaires d'accès spécifiés.

# OBLIGATION DU RESPONSABLE DE L'ACTIVITÉ

## Avant le tenue de l'activité- préparation des lieux et accueil

- Désinfecter le matériel (ballons, cônes, buts etc) entre chaque séances ou groupes d'entraînement.
- S'assurer que les participants déposent leur matériel personnel à l'endroit dédié.
- Prendre les présences de façon rigoureuse en s'assurant de noter la date de l'activité et les coordonnées de chacun des participants . Privilégiez la prise d'information de façon électronique et conservez les données.
- Des contrôles de la santé des participants devront être faits sous forme de deux questions verbales vérifiant que la personne ne présente pas de symptômes de la COVID-19 et qu'elle n'a pas été en contact avec une personne déclarée positive à la COVID-19 dans les 14 derniers jours. Les réponses à ces questions devront être inscrite sur la feuille de présence. masque de procédure n'est pas recommandée étant donné qu'il peut nuire.
- S'assurer de connaître l'ensemble des mesures et directives mises à jour pour une pratique sécuritaire. Fournir les instructions aux parents/participants concernant les procédures obligatoires d'arrivée, de déroulement, de fin et de transition entre les activités.

# OBLIGATION DU RESPONSABLE DE L'ACTIVITÉ

## Après la tenue de l'activité

- Interdire le flânage d'après pratique dans les installations.
- Établir et contrôler un roulement de temps d'accès pour chaque groupe afin de s'assurer que les groupes ne se croisent à aucun moment.
- Désinfecter le matériel (ballons, cônes, buts etc) après l'utilisation.
- Aérer les espaces fermés lorsque possible.

# OBLIGATION DU RESPONSABLE DE L'ACTIVITÉ/DE CLUB

## Logistique- cas suspecté ou éclosion

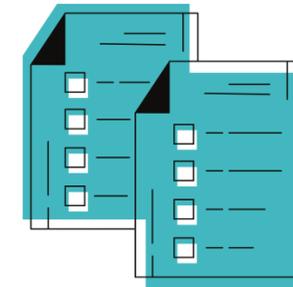
Vous devez établir les étapes à suivre en cas d'éclosion, comprenant minimalement:

- Identifier clairement la ou les personnes à contacter en cas d'urgence et comment faire si eux-mêmes ou d'autres participants ne se sentent pas bien ou présentent des symptômes de la COVID-19.
- Connaître le lieu d'isolement des installations où a lieu l'activité.
- Identifier les coordonnées des établissements de santé désignés pour gérer les patients infectés par la COVID-19 dans la région. Ces coordonnées doivent être clairement visibles sur le site des activités.
- Identifier la ou les personnes que le personnel médical devrait contacter pour signaler les cas suspects et demander des tests et des enquêtes épidémiologiques, si une ou des personnes se sentent mal ou présentent des symptômes de la COVID-19.
- Identifier un moyen d'informer rapidement tous les participants d'une éventuelle exposition à la COVID-19 si tout cas suspect ou confirmé a participé à l'activité.
- Informer Handball Québec de tout cas ou de toute éclosion en lien avec votre activité.

# OBLIGATION DES PARTICIPANTS (JOUEURS ET PERSONNEL)

## Avant la tenue de l'activité

- S'assurer d'être membre de Handball Québec à partir du 1er avril 2021 afin d'être couverts par les règles, politiques et assurances de Handball Québec. S'assurer de participer à des activités reconnues par la Fédération.
- Consulter et s'assurer de connaître les règlements et les mesures d'hygiène obligatoires.
- Prévoir quelques minutes avant le début de l'activité pour répondre aux deux questions du responsable de l'activité. Éviter d'arriver trop à l'avance pour ne pas croiser les autres groupes.
- Arriver habillé et prêt à s'entraîner.
- Éviter les déplacements inutiles et le covoiturage.



# OBLIGATION DES PARTICIPANTS (JOUEURS ET PERSONNEL)

## Mesures sanitaires et distanciation pendant l'activité

- Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou les désinfecter avec un gel désinfectant avant et immédiatement après la séance d'entraînement. Il est conseillé d'apporter son propre gel désinfectant au cas où il n'y en aurait plus sur place. Le lavage ou la désinfection des mains à intervalles réguliers est encouragé.
- Respecter la distanciation physique de deux mètres en tout temps (sauf lors des contacts momentanés, lorsque spécifiquement permis, par exemple à l'extérieur en zones jaunes).
- Éviter de se toucher le visage en tout temps.
- Les contacts inutiles entre les participants (poignées de main, tapes dans les mains, accolades etc) sont à proscrire.
- Limiter au maximum l'équipement personnel: bouteille d'eau, serviette, bouteille de désinfectant, tube de crème solaire, ballon, sac de transport et contenant fermés pour jeter ou ranger en toute sécurité les articles et produits d'hygiène (masques, mouchoirs, serviette etc). NE PAS PARTAGER SON MATÉRIEL.
- Tousser et éternuer dans le coude.

# OBLIGATION DES PARTICIPANTS (JOUEURS ET PERSONNEL)

## Après la tenue de l'activité

- Retourner à son domicile directement après la pratique sans flâner et en évitant le covoiturage.
- Se laver les mains aussitôt l'activité terminée et au retour à la maison.
- Éviter de prendre une douche sur place. Toutefois, si celles-ci sont disponibles, s'assurer de respecter la distanciation physique de deux mètres. Les vestiaires et les douches ne doivent pas devenir des lieux de rassemblement.
- Laver l'équipement et les vêtements en arrivant à la maison. Désinfecter le matériel utilisé (exemple ballon).

# OBLIGATION DES ACCOMPAGNATEURS

## Après la tenue de l'activité

- Respecter les consignes de la santé publique et les politiques de l'organisateur et des gestionnaires d'infrastructures sur l'accès possible ou non aux lieux de pratique.
- Si votre présence est permise, vous assurer de respecter la distanciation de deux mètres en tout temps.
- Quitter les lieux aussitôt l'activité terminée.

# CONCLUSION

À compter du 26 mars 2021, les participants devront respecter les nouvelles consignes qui s'appliquent au palier d'alerte de leur région.

Handball Québec produira une mise à jour de ce guide de reprise selon l'évolution des directives de la Santé publique et du MEES.

Il est de la responsabilité de tous de planifier ce retour au jeu en s'assurant que l'athlète soit exposé à un retour progressif, sain et sécuritaire. C'est pourquoi nous devons tous respecter les règles établies.

**Bon retour !**

Références: Volleyball Québec, Direction de la Santé publique, Gouvernement du Québec

# ANNEXE-PROTOCOLE DE RELANCE DU SPORT ORGANISÉ

## LE "AVANT" ET LE "APRÈS"



PROTOCOLE DE RELANCE DU SPORT ORGANISÉ - LE «AVANT» ET LE «APRÈS»

ORGANISATEUR	PROPRIÉTAIRE D'INSTALLATION			RESPONSABLE D'ACTIVITÉ		
	obligatoire	fortement recommandé	pour en faire plus	obligatoire	fortement recommandé	pour en faire plus
<p><b>AVANT LA PRATIQUE</b></p> <p>Numéroté une ou plusieurs personnes ressource primaires sur les lieux et actifs en ce qui a trait des mesures sanitaires.</p> <p>Numéroté un gestionnaire du protocole à mettre en place.</p> <p>Coller les échanges de papier et/ou en maximum tout lors de l'installation que pour le partage d'information (documents électroniques et paiements en ligne privilégiés).</p> <p>Fournir l'équipement de protection individuelle (EPI) pour les employés ou bénévoles (masque, vitre, déodorant, protection oculaire, pieds glissés...).</p> <p>Établir un protocole en cas d'incidents qui doit inclure la renouveau d'information jusqu'à la libération.</p> <p>Établir un protocole en cas d'incidents comprenant une procédure d'admission dans le cas où l'incident serait considéré sur place.</p> <p>Optimiser la capacité maximale d'accueil et afficher le nombre de personnes admissibles sur le site selon la capacité d'accueil des infrastructures, leur adéquation, qu'elles soient, ainsi que par équipe sportive (bancs, espace commun, vestiaire, douche, etc.) de manière à respecter l'application stricte des mesures de distanciation physique et l'absence de contact entre les participants.</p> <p>Établir des plages horaires d'accès à la pratique pour éviter les chevauchements et les rassemblements de personnes et permettre une distanciation du matériel utilisé.</p> <p>Définir des groupes d'entraînement respectant le nombre de personnes admissibles sur le site et les horaires d'accès qualifiés. Établir et contrôler un roulement de temps d'accès pour chaque groupe afin d'assurer que les groupes ne se croisent à aucun moment et permettre la distanciation du matériel utilisé.</p> <p>Tenir un registre des entrées dans les infrastructures lorsqu'applicable, ou de présence, avec individuellement le nom des personnes, leur numéro de téléphone, leur courriel, la date et les heures d'arrivée.</p> <p>Produire un questionnaire de santé sur les symptômes de la COVID-19 à remettre pour chaque entrée (ce questionnaire électronique d'auto-évaluation pour les employés ou d'auto-évaluation pour les participants, affichage à l'entrée de l'infrastructure, questionnaire verbal...).</p> <p>Placer des repères visuels et/ou des barrières physiques et/ou des sens de circulation unique pour respecter la distanciation (passer mais avec zone de pratique lorsque possible et vestiaire lorsque nécessaire) sans entraver le plan d'urgence d'évacuation et permettre une circulation fluide en tout temps.</p> <p>Étiqueter des zones stratégiques pour observer les effets personnels des participants.</p> <p>Placer des stations de lavage et de distanciation aux endroits stratégiques.</p> <p>Placer un affichage stratégique de rappel des consignes gouvernementales (port du masque, routine de lavage de mains, distanciation...).</p> <p>Assurer de connaître, de rappeler aux participants et d'assurer l'application de l'ensemble des mesures et directives liées à jour pour une pratique sécuritaire.</p> <p>Coller l'accès (autorisation de passage et temps d'accès) aux vestiaires et aux douches selon les protocoles, les pratiques et les normes sanitaires en place. Maintenir un bon entretien des vestiaires et des douches disponibles.</p>	x			x		
<p><b>PARTICIPANT-ENTRAÎNEUR</b></p> <p>Respecter les consignes de la santé publique requises par le responsable de l'activité.</p> <p>Démourer à la maison si l'un présente des symptômes, si l'un a reçu un résultat positif ou si l'un est considéré comme contact étroit d'un cas de COVID-19.</p> <p>Coller les déplacements non recommandés d'une région à l'autre ou d'une ville à l'autre.</p> <p>Établir un registre de non-déplacement sur les mesures prises en place et de quel type de mesure pour les respecter.</p> <p>Assurer et avoir accès à du déodorant à base d'alcool et/ou à base d'huile de théa et à du savon.</p> <p>Placer la séquence de ses actions de manière à respecter en tout temps la distanciation physique de 2 mètres.</p> <p>Porter le masque en tout temps dans l'enceinte sportive en dehors de la pratique.</p> <p>Se laver les mains à l'eau et au savon ou avec une solution hydro-alcoolique en entrant dans le lieu de pratique et le répéter aussi souvent que nécessaire avant de quitter l'activité.</p> <p><b>De plus, veiller à :</b></p> <p>Compléter le questionnaire d'auto-évaluation le jour de votre pratique.</p> <p>Être directement sur le site de pratique à l'heure indiquée par l'organisateur, en portant les vêtements habituels et le équipement.</p> <p>Tenir autant que possible (sans matériel et équipé pour pratiquer).</p> <p>Coller les numéros ou numéros de personnes à apporter au site indiqués.</p> <p>Apporter sa propre bouteille d'eau potable pour réduire sa consommation (pas d'accès aux fontaines d'eau) et un contenant pour ranger son masque.</p>			x			
<p><b>ACCOMPAGNATEUR</b></p> <p>Respecter les consignes de la santé publique et les politiques de l'organisateur sur l'accès possible ou non aux infrastructures.</p> <p>Dans le cas d'une personne handicapée (ou autre clientèle vulnérable), un accompagnateur est autorisé au besoin à être présent durant la pratique. Il est recommandé que la personne handicapée obtienne sa Carte d'accompagnement (CA) comme preuve du besoin d'accompagnement. Si la distanciation physique ne peut être respectée, l'accompagnateur doit porter un équipement de protection conformément au guide de la COVID-19.</p>						communiqué, courriel, site web, affichage
						aide à l'application

PENDANT LA PRATIQUE - le reste du protocole de la libération.						
ORGANISATEUR	PROPRIÉTAIRE D'INSTALLATION			RESPONSABLE D'ACTIVITÉ		
	obligatoire	fortement recommandé	pour en faire plus	obligatoire	fortement recommandé	pour en faire plus
<p><b>AVANT LA PRATIQUE</b></p> <p>Distribuer le matériel et les surfaces utilisées après chaque pratique de groupe (nets et à disposition le matériel de distanciation nécessaire et voir à la mise en place d'une pratique à suivre).</p> <p>Coller l'accès à l'entrée de matériel et assurer la distanciation du matériel avant son rangement.</p> <p>Nettoyer les équipements lorsqu'il est possible.</p> <p>Assurer le séchage d'après pratique dans les installations et faire respecter le cycle de lavage des vêtements pour assurer et pour quitter les installations afin que les groupes de pratique ne se croisent pas.</p>	x			x		
<p><b>PARTICIPANT-ENTRAÎNEUR</b></p> <p>Respecter la santé de l'entraîneur après la pratique sans filer et en évitant le contact.</p> <p>Porter le masque à l'eau et au savon ou avec une solution hydro-alcoolique avant de quitter le lieu de pratique et au retour à la maison.</p> <p>Coller de prendre une douche sur place. Toutefois, si aucun n'est disponible, l'éviter de respecter la distanciation physique de 2 mètres. Les vestiaires et les douches ne doivent pas devenir des lieux de rassemblement.</p> <p>À la fin de l'activité, retirer les vêtements, les chaussures ou autres, en disposer dans un sac et les laver avec le savon à mains habituel.</p> <p>Distribuer son matériel avant de le ranger.</p>						
<p><b>ACCOMPAGNATEUR</b></p> <p>Respecter les consignes de la santé publique et les politiques de l'organisateur sur l'accès possible ou non aux infrastructures.</p>						

Pour obtenir une copie de ce protocole,  
<https://cache.kreezee.com/files/7869/documents/ddaf6a36.pdf>