

Fiche de renseignements sur les activités et les installations de sports pendant la pandémie de COVID-19

Le 3 mai 2022

Introduction : se préparer pour réussir

Voici des renseignements pour vous aider à élaborer des politiques et des procédures sécuritaires pour les activités et les installations de sports. Ils visent à compléter le [Guide pour les lieux publics intérieurs pendant la pandémie de COVID-19](#). Lisez aussi ce guide pour obtenir d'autres renseignements sur la sécurité qui ne sont pas inclus dans le présent document.

Les activités liées aux sports organisés ont le potentiel d'accroître la transmission de la COVID-19. Plus précisément, un contact étroit, une expiration forcée, une exposition prolongée, la présence de beaucoup de gens dans un espace intérieur et le retrait du masque et du couvre-visage pendant l'activité physique contribuent à accroître la probabilité de transmission de la COVID-19.

Les mesures de santé publique doivent inclure l'isolement à la maison en cas de maladie, le lavage des mains et l'étiquette de la toux. Elles peuvent aussi inclure la distanciation physique, le port du masque et la demande d'une preuve de vaccination.

Consultez aussi les [restrictions actuelles du gouvernement de l'Ontario](#) et des organismes de sports [nationaux](#) et [provinciaux](#).

Règle générale, il est plus sécuritaire de s'entraîner par voie virtuelle ou à l'extérieur lorsque c'est possible.

Politiques et procédures dans votre organisme

Mesures de sécurité pour les travailleurs : qui est visé?

Les travailleurs sont notamment les membres du personnel, les bénévoles, les entrepreneurs, les fournisseurs et les livreurs. **Même si la plupart des associations de sports sont dirigées par des bénévoles, elles comprennent quand même des travailleurs.** Suivez les pratiques de sécurité incluses dans la section sur les mesures de sécurité pour les travailleurs du [Guide pour les lieux publics intérieurs pendant la pandémie de COVID-19](#).

Masques

Votre organisme peut décider de continuer d'exiger le port du masque lorsque les gens ne pratiquent pas une activité sportive ou de conditionnement physique, par exemple pendant l'attente pour utiliser un appareil de conditionnement et la montée et descente d'un appareil. Les gens pourront le retirer pendant qu'ils pratiquent des activités sportives ou de conditionnement physique.

Certaines personnes doivent porter un masque et ne peuvent pas l'enlever dans les lieux publics intérieurs, y compris pendant qu'elles pratiquent une activité sportive ou de conditionnement physique :

- Personnes qui ont commencé à présenter des **symptômes** ou ont obtenu un résultat positif à un test de la **COVID-19** au cours des 10 derniers jours.
- Personnes qui ont eu un **contact étroit** avec une personne atteinte de la COVID-19 ou qui vivent avec une personne qui est malade.

Envisager de maintenir une distance physique de deux mètres

Il n'est plus obligatoire de maintenir une distance physique. Bien des activités de conditionnement physique sont toutefois à risque élevé parce qu'elles comportent une expiration forcée et une exposition prolongée à d'autres personnes à des moments où le masque n'est pas requis. Maintenir des options qui permettent la distanciation physique peut aider à protéger toutes les personnes dans vos installations. La distanciation physique peut être particulièrement importante pour les personnes vulnérables comme les femmes enceintes, les aînés, les personnes handicapées, les personnes immunodéprimées et les enfants qui sont trop jeunes pour être vaccinés contre la COVID-19.

Les activités intérieures réalisées à forte intensité présentent le plus de risque, y compris les cours de conditionnement physique (p. ex. tapis de course, elliptique, cardiovélo, danse, yoga en salle chauffée, camp d'entraînement). Envisagez de maintenir une distance physique pour ces activités, surtout si des personnes vulnérables y participent.

Il est recommandé d'organiser les activités physiques dans une zone suffisamment grande pour que les participants puissent maintenir une distance physique s'ils le souhaitent

Si vous décidez d'imposer le maintien d'une distance physique, voici quelques points à prendre en compte :

- Modifiez les activités au besoin.
- Adaptez la façon de circuler pour augmenter la distance physique. Par exemple, désignez des portes distinctes pour l'entrée et la sortie et créez un sens unique de circulation si c'est possible.
- Installez des marques au sol pour encourager la distanciation physique, notamment pour désigner des zones d'entraînement individuel dans les cours, indiquer un espace entre les participants dans un vestiaire, désigner des zones d'attente pour l'inscription ou les toilettes et toute autre zone où les gens pourraient se regrouper.
- Encouragez les personnes qui utilisent des poids et celles qui les surveillent à porter un masque.

Vous pouvez choisir de favoriser la distanciation physique en modifiant l'aménagement de vos installations

- Si différentes activités ont lieu dans un espace partagé comme un gymnase, un complexe sportif ou une salle de conditionnement physique, il est possible de séparer les activités.
- Repensez la disposition des zones de conditionnement physique et des équipements. Installez des barrières physiques si la distanciation n'est pas possible.
- S'il est impossible de déplacer l'équipement et que son positionnement permet aux participants de se trouver à moins de deux mètres, envisagez de bloquer un équipement sur deux ou de mettre des barrières en Plexiglas entre les équipements.
- Retirez les meubles inutiles pour libérer de l'espace. Les chaises et les tables peuvent être empilées et mises à l'écart ou retirées pour favoriser la distanciation. Pensez à laisser un

petit nombre de chaises accessibles pour que les participants puissent se reposer au besoin.

- Désignez des zones pour les activités de conditionnement et la circulation des participants. Créez des zones désignées selon leur fonction et utilisez du ruban adhésif au sol pour les délimiter. Par exemple, utilisez du ruban adhésif pour délimiter les couloirs dans une salle de musculation et séparez les zones d'étirement des zones de mouvements (comme la corde lourde et le retournement de pneus).

Encourager, crier et chanter

Encourager bruyamment, crier et chanter sont des activités à haut risque.

- Les travailleurs, y compris les moniteurs de conditionnement physique et les entraîneurs, peuvent être équipés de microphones afin qu'ils n'aient pas besoin de crier.
- Il faut dissuader les spectateurs de crier et d'applaudir bruyamment.

Célébrations en groupe

- Évitez les gestes comme serrer des mains et les contacts main à main, poignet à poignet et poitrine à poitrine.
- Lors d'une fête ou d'une célébration après un match, il arrive souvent que les gens se détendent et ne maintiennent plus la distance physique ou le port du masque. C'est à ce moment que la COVID-19 peut se propager. Continuez à suivre les mesures de santé publique pendant les fêtes en équipe.

Déplacements

Les personnes qui se déplacent pour participer à des activités ou à des compétitions sportives doivent se renseigner sur les restrictions de déplacements pour entrer dans les districts où elles se rendent et revenir par la suite. Si vous réservez un voyage, tenez compte du fait que les restrictions peuvent changer en peu de temps. Pendant un voyage, suivez les directives des autorités de santé publique. Consultez la [page Web sur les recommandations relatives aux voyages des Services de santé du Timiskaming](#) pour obtenir des ressources sur les voyages à l'étranger, les exigences en matière de tests et des suggestions locales de lieux où obtenir des tests.

Facteurs à considérer par types d'installations

Casiers et vestiaires

Encouragez les participants à passer le moins de temps possible dans les vestiaires.

Cours de groupe

- Il n'est plus obligatoire d'assurer une distanciation physique pendant les cours de groupe. Il est toutefois recommandé d'organiser ces cours dans un espace suffisamment grand pour que les participants puissent maintenir une distance physique entre eux s'ils le souhaitent. C'est particulièrement important pour les activités réalisées à forte intensité.
- Envisagez d'organiser des cours à l'extérieur pour augmenter la ventilation et permettre aux participants de maintenir une distance physique entre eux s'ils le souhaitent.

Pistes intérieures

- Les marcheurs et les coureurs doivent se déplacer dans la même direction sur la piste.
- Encouragez la marche et la course en plein air dans la mesure du possible.
- Comme le couloir standard d'une piste intérieure a une largeur de 1,22 mètre, envisagez de limiter l'utilisation à un couloir sur deux pour permettre la distanciation physique.

Bassins d'eau

Les installations dotées de piscines et de spas doivent aviser les Services de santé du Timiskaming de leur intention d'ouvrir et peuvent ouvrir seulement s'ils ont obtenu l'autorisation écrite du médecin hygiéniste par intérim ou d'un inspecteur de la santé publique.

Il ne faut **pas** porter un masque dans une piscine et une installation aquatique.

Ressource supplémentaire : [Guide sur la réouverture des piscines et des installations riveraines – Lifesaving Society \(anglais\)](#)