

# Directives à l'intention des participants pour la reprise des sports et des loisirs during COVID-19

28 juillet 2020

Ces lignes directrices ont été élaborées pour aider les participants (joueurs, parents et tuteurs) à reprendre leurs activités de sport et loisirs en toute sécurité dans le cadre de l'étape 3 du déconfinement. À partir de vendredi le 17 juillet à 00h01, le district de Timiskaming a commencé l'étape 3. Aux fins du présent document, le sport et les loisirs est le terme utilisé pour désigner tous les sports organisés d'équipe et individuels, et l'activité physique à l'intention du grand public.

Ce document et les directives qu'il contient sont évolutifs et seront mis à jour au besoin. Les plus récents renseignements concernant la COVID-19 sont disponibles à [timiskaminghu.com/COVID-19](https://timiskaminghu.com/COVID-19).

Se référer à [Un cadre visant le déconfinement de la province, Étape 3](#) pour en savoir plus.

## La collaboration visant une reprise sécuritaire des sports et loisirs

La reprise sécuritaire des sports et loisirs exige la collaboration de tout le monde – incluant les participants. Vous devez vous préparer aux changements liés à la façon dont les activités seront organisées et coordonnées (ex. des groupes plus petits, le lavage fréquent des mains, les déplacements limités ou inexistant, une préférence de ne pas partager l'équipement, etc.).

Les exploitants des installations et les organisateurs de sports et de loisirs (associations, entraîneurs et bénévoles) sont invités à préparer des plans et à adapter les activités pour assurer une reprise des sports et des loisirs sûre et agréable pour tous.

Pour se préparer à une reprise sûre et agréable des sports et des loisirs, les participants doivent suivre les directives ci-dessous et se familiariser avec les informations disponibles sur le [site Web du SST](#).

## Surveillance des symptômes de la COVID-19

- Se familiariser avec les [symptômes de COVID-19](#).
- Exécuter une [auto-évaluation pour la COVID-19](#) avant de vous présenter ou de participer à toute activité.
  - Ne PAS participer à une activité quelconque si vous n'obtenez pas un résultat souhaitable à l'auto-évaluation ou si vous êtes malade.
- S'attendre à passer un dépistage actif en arrivant aux installations ou au site de l'activité.
- Toute personne présentant au moins un des symptômes de la COVID-19 ne sera pas autorisée à entrer. On doit lui recommander de s'auto-isoler et l'encourager à se rendre dans un [Centre d'évaluation pour la COVID-19](#) pour un dépistage. Les personnes qui présentent des symptômes, mais qui n'ont pas été testées pour la COVID-19 ne doivent pas participer; elles devraient au lieu

s'auto-isoler pendant 14 jours après l'apparition des symptômes jusqu'à ce qu'elles soient sans symptômes pendant au moins 24 heures (selon la période la plus longue).

## Couvre-visages et masques faciaux

- Porter un masque (couvre-visage) dans les aires publiques des espaces publics clos. Les masques (couvre-visages) doivent vous couvrir le nez, la bouche et le menton. Des exemptions sont applicables. Veuillez consulter les [directives et informations les plus récentes sur le port des masques](#).
- À l'extérieur, porter un [masque ou un couvre-visage](#) dans les situations où l'éloignement physique est difficile ou impossible.
- Se familiariser avec [la bonne utilisation des masques ou des couvre-visages](#), et sur la façon de nettoyer ou de jeter les masques à usage unique de manière appropriée.

**REMARQUE : Le retrait temporaire d'un masque si nécessaire, est autorisé lors d'une activité sportive ou de conditionnement physique, y compris les activités aquatiques.**

## Maintien de l'éloignement physique

[L'éloignement physique](#) comporte des mesures pour limiter le nombre de personnes avec qui vous entrez en contact à l'extérieur des membres de votre ménage ou cercle social.

- Les participants doivent maintenir une distance d'au moins 2 mètres entre eux en tout temps. Ceci ne s'applique pas aux membres d'un même ménage ou cercle social.
  - Si le lieu ou les installations permettent des spectateurs, les mêmes directives concernant la distanciation physique s'appliquent.
- Les ligues de sports amateurs et récréatifs peuvent reprendre tant qu'elles ne permettent pas un contact physique prolongé ou délibéré entre les joueurs, ou si elles ont fait des modifications pour éviter tout contact physique entre les joueurs.
- Les sports d'équipe dans lesquels le contact corporel entre les joueurs fait partie intégrante du sport ou se produit couramment pendant la pratique du sport (ex. lutte, judo, etc.) ne sont pas encore autorisés, à moins que l'approche ne puisse être modifiée pour empêcher un contact physique prolongé ou délibéré.
- Arriver vêtu pour l'activité afin de limiter l'utilisation des casiers et des vestiaires.
- Éviter les célébrations de groupes ou les autres coutumes (ex. poignées de main, les « tape m'en cinq », les poing-à-poing ou les corps-à-corps) pour limiter le contact avec les autres participants.
- N'arriver pas plus de 5 ou 10 minutes avant l'activité, et ne pas s'attarder dans l'installation ou le stationnement après l'activité.
- Organiser le transport vers et depuis les activités de sorte que seuls les membres d'un même ménage ou cercle social fassent les trajets en covoiturage.

## Équipement et articles personnels

- Apporter son propre équipement et ne pas partager ses effets personnels (ex. bouteille d'eau, serviettes).
  - Étiqueter l'équipement et les articles personnels avec votre nom afin qu'ils puissent être facilement identifiés.
  - Garder ses objets personnels au strict minimum et les laisser dans une zone désignée (ne pas empiler vos sacs et votre équipement avec celui de votre coéquipier).
- Limiter l'utilisation de l'équipement partagé, sauf si l'activité est pratiquée avec un participant du même ménage ou cercle social. Si l'équipement est partagé (ex. un bâton de baseball), il doit être nettoyé et désinfecté après chaque utilisateur.
- Avoir des produits de nettoyage comme des lingettes désinfectantes dans votre sac d'activités pour pouvoir essuyer l'équipement ou les articles personnels.
  - Si vous êtes incapable d'acheter un désinfectant du commerce, vous pouvez en préparer [un fait maison](#).
- [Nettoyer et désinfecter](#) l'équipement et les articles personnels avant et après chaque activité. Laver les vêtements avec un détergent à lessive ordinaire après l'activité.
- Votre équipement, y compris les gants de sport, doit être visiblement propre
  - Vos mains doivent être nettoyées avant et après l'utilisation de gants de sport.
  - Vos gants sont nettoyés après chaque utilisation.
- Suivre toutes les procédures de nettoyage et de désinfection indiquées par l'établissement ou l'organisation.
- Si le lieu ou l'installation permettent les spectateurs, ceux-ci sont encouragés à apporter leur propre chaise (ex. un lieu extérieur) ou à apporter des lingettes désinfectantes pour nettoyer leur siège dans l'aire prévue à cet effet.

## Hygiène des mains et autres mesures de santé publique

- Se [laver les mains](#) à l'eau savonneuse ou au désinfectant souvent. C'est le meilleur moyen de réduire la propagation des germes.
  - S'attendre à devoir se laver ou désinfecter les mains en entrant et en sortant d'Une installation ou d'un lieu.
  - Apporter sa propre bouteille de désinfectant pour les mains dans son sac d'activité et l'utiliser souvent pendant l'activité.
- Éviter de se toucher les yeux, le nez et la bouche (même avec le port de gants de sport).
- Utiliser une bonne étiquette respiratoire en se couvrant la toux et les éternuements avec un mouchoir ou en toussant et éternuant dans le creux du bras au lieu de la main. Éviter aussi de cracher ou de se nettoyer les passages nasaux.

- Limiter ou éviter les cris et les applaudissements puisque cela présente un risque élevé de propager des gouttelettes.

## Liges

- Les ligues doivent comporter au plus 50 participants. Si les participants d'une ligue sont plus nombreux que 50, la ligue peut se diviser en plus petits groupes d'au plus 50 participants. Les joueurs ne sont pas autorisés à jouer des matchs à l'extérieur de leur ligue ou leur groupe
- Il est préférable que les activités sportives et physiques, et les loisirs restent au niveau local. Les voyages vers d'autres régions de la province ou à l'extérieur de la province sont à limiter. Il faut respecter les [restrictions de voyage](#) provinciales et fédérales.

Pour en savoir plus, consultez [timiskaminghu.com/COVID-19](http://timiskaminghu.com/COVID-19).

Adapté avec la permission de Bureau de santé de l'est de l'Ontario (adapté à l'origine de santé de l'Alberta)