



Relance de la natation au Québec

Coronavirus - Covid-19

en date du 22 août 2020



Retour à la natation adaptée à la nouvelle réalité

MESSAGES GÉNÉRAUX

- Sécurité avant tout « pour/par » tous
- Gestion du risque – toujours évaluer et bien gérer le risque la gestion de risques
- VCUA – Continue à harmoniser les messages pour faciliter le travail des intervenants sur le terrain dans le monde aquatique
- Partenaire – Garder de bonnes relations et respecter les règles d'accès aux infrastructures
- Employeur et Employé – il faut respecter les règles de la CNESST
- Peu de changement au plan de relance
- Confiance du public – garder la confiance des membres, c'est précieux et fragile. Tous les membres interdépendants dans notre écosystème.

Félicitations à tous les intervenants qui ont fait en sorte que les jeunes et moins jeunes ont pu nager cet été. Vous avez fait un travail exceptionnel. Chapeau !

Il faut continuer à gérer de façon préventive et disciplinée. La pandémie n'est pas finie, mais on apprend à vivre avec cette réalité chaque jour.

Tous, nous avons notre part à faire pour assurer que chaque nageur puisse pratiquer notre sport à court, moyen et long terme en toute sécurité.

Retour à la natation adaptée à la nouvelle réalité

L'ensemble des secteurs d'activités sont réouverts

À L'EXCEPTION DE :



Entreprises, commerces et loisirs

- ✓ Les entreprises et commerces peuvent reprendre leurs activités partout au Québec **EN FAVORISANT LE TÉLÉTRAVAIL LORSQUE POSSIBLE.**

Milieus de vie et établissements

- ✓ Visites autorisées dans les centres hospitaliers et dans les milieux de vie pour personnes âgées et vulnérables qui ne présentent pas d'éclosion.

ON REPREND NOS ACTIVITÉS ON CONTINUE DE SE PROTÉGER !

Généralités — Rassemblements, auditoriums et assistances



2 mètres de distance pour les personnes n'habitant pas à la même adresse.



Les lieux extérieurs doivent être favorisés.



Les personnes résidant à une même adresse peuvent constituer une « bulle » et conserver une distanciation physique inférieure à 2 mètres. La distanciation de 2 mètres avec les autres demeure toutefois en vigueur.

Rassemblements dans un lieu PRIVÉ



Maximum de 10 personnes issues d'un maximum de 3 ménages.

Auditoriums et assistances dans un lieu PUBLIC

DANS LES LIEUX PUBLICS INTÉRIEURS

- Une limite de 250 personnes s'applique aux lieux ou activités suivants :
- Salles d'audiences publiques;
 - Salles de cinéma;
 - Salles de spectacle;
 - Salles louées y compris les salles communautaires;
 - Lieux de culte;
 - Assistance à une production ou d'un tournage audiovisuel intérieur;
 - Assistance à une captation de spectacle intérieur;
 - Assistance à un entraînement ou un événement sportif amateur intérieur.

EXCEPTION

La distance de 1,5 mètre entre les personnes peut s'appliquer dans les lieux suivants :

- Salles d'audiences publiques;
- Salles de cinéma;
- Salles de spectacle;
- Salles de cours en formation générale aux adultes, en formation professionnelle et salles de cours collégiales et universitaires.

DANS LES LIEUX PUBLICS EXTÉRIEURS

Une limite de 250 personnes s'applique aux événements et aux festivals de nature sociale, commerciale, religieuse, culturelle, sportive, de loisir, de divertissement ou de même nature.

Les organisateurs doivent s'assurer que la capacité du site permet le maintien d'une distance de 2 mètres entre les personnes n'habitant pas à la même adresse.

EXCEPTION

La limite de 250 personnes ne concerne pas les personnes qui demeurent dans leur voiture, les manifestations pacifiques et les événements qui se déroulent sur des sites distincts.

DANS LES MILIEUX ÉDUCATIFS

• SERVICES DE GARDE ET MATERNELLES 4 ET 5 ANS

Aucune distanciation physique ne sera requise entre les enfants et le personnel éducateur.

• PRÉSCOLAIRE, PRIMAIRE ET SECONDAIRE

Aucune distanciation physique ne sera requise entre les élèves faisant partie d'un même groupe-classe stable. Une distance de 1 mètre devra être maintenue entre les élèves des différentes classes qui circulent dans les aires communes, incluant les corridors.



Le port du couvre-visage sera obligatoire pour les élèves de la 5^e année du primaire jusqu'à la fin du secondaire lors des déplacements hors des salles de classe et dans les aires communes de l'école en présence d'autres d'élèves n'appartenant pas à leur groupe-classe et dans les transports scolaires et publics.

• FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES ET FORMATION PROFESSIONNELLE

La distanciation de 2 mètres devra être respectée en tout temps. Les élèves devront porter un couvre-visage, sauf lorsqu'ils sont assis dans une salle de classe et qu'ils sont à 1,5 mètre de distance.

IMPORTANT : Les consignes sanitaires doivent être respectées en tout temps.



Toussez dans votre coude



Lavez vos mains



Gardez vos distances



Couvrez votre visage (si moins de 2 mètres)

Retour à la natation adaptée à la nouvelle réalité

À l'école, je me protège et je protège les autres !

	Élèves du primaire Pré-scolaire, 1 ^{re} à la 4 ^e année ¹	Élèves du primaire 5 ^e et 6 ^e années	Élèves du secondaire	Élèves FP et FGA	Personnel scolaire ²	Visiteurs
 Salle de classe						
 Cafétéria et cafés étudiants						
 Lieu sportif • Palestre • Gymnase • Piscine						
 Salle de spectacle et auditorium Lorsque bien installé à sa place comme spectateur						
 Autres aires communes • Hall d'entrée • Corridors • Ascenseurs • Déplacements dans l'école						
 Transport scolaire et transport en commun						

1. Port du couvre-visage non obligatoire mais permis pour les élèves de la 1^{re} à la 4^e année dans le transport scolaire et les lieux communs de l'école.

2. Le gouvernement fournit des masques pour les employés des réseaux. L'approvisionnement se fera localement par les centres de services scolaires, les commissions scolaires et les établissements d'enseignement privés. Le personnel scolaire est soumis aux règles applicables en matière de santé et sécurité du travail. À noter que les enseignants du préscolaire (maternelle 4 et 5 ans) n'ont pas de distanciation à respecter avec leurs élèves. Par contre, ils doivent porter obligatoirement un équipement de protection individuelle.

3. Les enseignants d'éducation physique à la santé ne sont pas tenus de porter le couvre-visage lorsqu'ils enseignent dans les installations sportives de l'école et qu'une distanciation de 2 m est respectée avec les élèves.

4. Le couvre-visage n'est pas requis si la distance de 1,5 m est respectée ou s'il s'agit d'occupants d'une même résidence ou s'il s'agit d'une personne qui lui fournit un service ou un soutien.

Le port du couvre-visage s'ajoute aux autres mesures sanitaires.
Tous les élèves visés par l'obligation du port du couvre-visage doivent fournir le leur.



Entrainement

- Même consigne que cet été, le plan de relance a été mis à jour.
- La Fédération est en attente d'une consigne pour savoir s'il est possible de manipuler un athlète dans l'eau et si le port des protections pour un accompagnateur d'un paralyzeur sont exigés dans l'eau. Le guide sera mis à jour lorsque l'information sera disponible.

ENCADREMENT DES ENTRAÎNEMENTS SUPERVISÉS

PRIORISATION DES GROUPES

Ratio – Il est conseillé de garder la composition des groupes avec un nombre de personne qui permet de gérer la distanciation. Il n'y a pas de ratios car cela peut être variable selon la dimension de la piscine ou de la clientèle ou du type d'entraînement. De plus, il faut être conscient qu'il faut mettre suffisamment de personnel pour assurer la sécurité des personnes. Donc, les grands groupes sont réellement déconseillés.

Les règles sur le nombre de personnes autorisées sur le bord de la piscine devra suivre les règles en vigueur à l'échelle locale. Il est recommandé de prioriser les athlètes suivants:

1. Athlètes ciblés par les Jeux olympiques/paralympiques
2. Athlètes brevetés seniors et de développement
3. Athlètes qualifiés pour les nationaux seniors
4. Athlètes - Compétitif - Relève, Élite, Excellence - Équipe du Québec
5. Athlètes - Compétitif - Senior & Groupes d'âges - Identifiés Espoir
6. Eau libre - 14 ans et + ou Maître nageur - 18 ans et +
7. Sport-études et RSEQ – (suivre les consignes des écoles)
8. Athlètes – Non-compétitif – 10 ans et plus et Maître-nageur
9. École de natation - 10 ans et moins

À compter du 22 août 2020, les clubs de natation ayant la capacité d'accueillir de nouveaux nageurs et des écoles de natation pourront le faire. Il est recommandé de suivre la composition des groupes qui est proposé dans le tableau en annexe à ce document pour les écoles de natation.

Les activités qui se déroulent à l'intérieur (aréna, centre sportif, gymnase, piscine intérieure) doivent suivre les règles que le propriétaire doit mettre en place selon les règles de la santé publique du Québec.

Tout événement (entraînement ou compétition), qu'il se déroule à l'intérieur ou à l'extérieur, doit rassembler un maximum de 250 spectateurs en même temps par plateaux sportifs. Ceux-ci doivent respecter les directives gouvernementales en matière de distanciation physique et du port du couvre-visage, le cas échéant. Quant au nombre de participants à l'activité à l'intérieur ou à l'extérieur, incluant les athlètes, les officiels, les responsables de l'équipement, l'équipe médicale et les entraîneurs, il faudra suivre les consignes du propriétaire de chaque plateau sportif dans le respect des mesures sanitaires gouvernementales.

5

6

• Pour nager en entraînement, les groupes devront respecter les normes suivantes:

- Bassin - 25 mètres : 6 à 8 nageurs par couloir simple
- Bassin - 50 mètres : 10 à 12 nageurs par couloir simple
- Il faut garder 2 mètres de distance entre les nageurs. Cependant, des contacts accidentels, courts et sporadiques, inhérents au sport pratiqué sont permis;
- Lorsqu'un nageur arrête dans le couloir, le nageur qui le suit doit s'arrêter à 2 m de distance de tout autre nageur. Idéalement, il faudrait mettre des indicateurs visuels aux 2 mètres sur les câbles pour aider les nageurs à se repérer.
- Aucun regroupement au bout des couloirs ou pour donner des consignes aux nageurs.

• Les athlètes auront connu une diminution de leur condition physique, une perte de sensation de l'eau ou de la technique. Pour réduire le risque de blessures, il est conseillé de commencer par une reprise progressive de l'entraînement, en mettant d'abord l'accent sur la faible intensité et le travail technique.

• Une "procédure de séance d'entraînement" doit être validée par l'entraîneur-chef et approuvée par le comité d'évaluation. Par la suite, elle devra être clairement expliquée à tout le personnel et les athlètes.

• Les consignes suivantes devront être connues et partagées à tous :

1. Faire connaître le point d'entrée de l'installation, y compris l'endroit où se garer. Il est préférable de prévoir une voie d'accès réservée afin de limiter les interactions avec les autres utilisateurs.
2. Les accès à la piscine, aux vestiaires ou aux autres installations d'entraînement doivent être connus à l'avance;
3. Ne pas arriver à l'installation plus de 10 minutes avant le début prévu l'entraînement;
4. Les athlètes doivent arriver dans l'installation déjà en tenue d'entraînement.
5. Tous les effets personnels doivent être emballés dans un sac personnel et apportés sur le lieu d'entraînement et placés de façon à respecter la distanciation;
6. Tous les athlètes doivent quitter l'installation individuellement le plus rapidement.
7. Tout le personnel présent à l'entraînement doit aider à désinfecter et quitter l'installation aussi vite que possible. Idéalement, toutes les personnes devraient se rendre directement chez eux.

• Les entraîneurs doivent réfléchir à la manière dont ils vont éduquer leurs athlètes sur l'importance de la distance physique et comment ils vont renforcer ce message pendant l'entraînement. La présentation de l'entraînement ne peut pas se faire en groupe, c'est-à-dire pas autour d'un tableau blanc. L'entraînement doit être envoyé par un message électronique de groupe avant la séance (pas de communication individuelle) ou passer en revue l'entraînement en vidéoconférence, montrer un diagramme indiquant où chacun doit se trouver et ce qu'il devra faire.

• L'analyse vidéo devrait respecter les exigences de distanciation physique. Le partage des vidéos par voie électronique après l'entraînement est une bonne option.





École de natation

- Un annexe a été ajouté au plan de relance de la natation.

ÉCOLE DE NATATION

Recommandation

- Chaque école de natation doit évaluer ses cours en fonction des équivalences de la Croix-Rouge et appliquer les recommandations de la Croix-Rouge <https://www.redcross.ca/crc/pdf/Quebec/Guide-relande-des-programmes-aquatiques.pdf>.

Principe de base à appliquer

- Aucune manipulation de nageur.
- Possibilité de tendre un objet pour aider le nageur.
- Si le nageur a besoin de manipulation, il faudra offrir des cours parent-enfant et garder 2 m entre les bulles familles (parent-enfant).
- Le moniteur peut être dans l'eau à 2 m de distance. Le moniteur doit réfléchir aux consignes à donner aux parents pour les manipulations.
- Idéalement, le nageur doit avoir un pied au fond de l'eau.
- Il est possible de délimiter la piscine en différente zone afin de garder les bulles par petit groupe.

https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes_de_sante/covid-19/Aide-memoire_reprise-activites_10_aout.pdf?1597091596

Équivalent Croix-Rouge	AGE	Doit être apte à	ratio habituel	Ratio Covid	Recommandation Croix-Rouge
Junior 2 Junior 3	4-5-6 ans 4-5-6 ans	Nager 10 m sans aide Nager 15 m sans aide	1 pour 6	Doit respecter le 2m de distanciation	Hauteur de l'eau à la poitrine du nageur lorsque debout (doit avoir les pieds au fond de l'eau). AVEC PARENTS car aucune manipulation par le moniteur
Junior 4	5 ou 6 ans	Nager 25 m sans aide	1 pour 6	Doit respecter le 2m de distanciation	Hauteur de l'eau à la poitrine du nageur lorsque debout (doit avoir les pieds au fond de l'eau). AVEC PARENTS au besoin car aucune manipulation par le moniteur
Junior 5 Junior 6 Junior 7	6-7 ans 7-8 ans 8 ans +	Nager 50 m sans aide crawl et dos Nager 75 m sans aide Nager 150 m sans aide	1 pour 8 1 pour 8 1 pour 8-10	Doit respecter le 2m de distanciation	Aucune manipulation par le moniteur





Sport-Études

Concentration

RSEQ

- Primaire
- Secondaire
- Collégial
- Universitaire

Sport-études

- La Fédération est en attente de diverses informations du Ministère pour la tenue des sport-études.

RSEQ

- Une rencontre est prévue le 26 août avec le RSEQ pour discuter de la prochaine saison.

D'ici à ce que les informations soient disponibles, suivez les indications que vous recevez dans les écoles et appliquez les règles de la fédération lorsque vous faites des entraînements.



Compétition

Comité et un nouveau guide

- Un comité national et un comité provincial travaillent pour reprendre les compétitions le plus tôt possible en fonction des adaptations à faire dû à la pandémie.
- Un guide sera développé par la Fédération pour guider les intervenants sur le terrain.
- Lorsque le guide sera complété, il y aura une réunion provinciale pour le présenter aux clubs, entraîneurs et officiels niveaux 3,4,5.
- Un aperçu de la table des matières est présenté à la page suivante.
- Actuellement, très peu de sport ont repris la compétition. Quelques sports ont repris à l'extérieur uniquement.
- L'objectif est de reprendre, mais en tenant compte de la gestion de risque pour chaque intervenant et participant à la compétition.



TABLE DES MATIÈRES

1. Mise en contexte et Avertissements légaux
2. Gestion des différents acteurs sur le deck et hors deck
 - a) Organisateurs
 - b) Officiels
 - c) Athlètes
 - d) Entraîneurs
 - e) Sauveteurs
 - f) Parents & accompagnateurs
3. Gestion de la compétition
 - a) En personne – Intraclub – Essais de temps – Duel – Invitation régionale (petit nb. de club)
 - Avant la compétition - Format – Horaire – invitation / Inscription – MEET
 - Pendant la compétition - Déroulement de la compétition
 - Après la compétition – Résultats / Médailles
 - b) Virtuel – Régional – Provincial – National
 - Avant la compétition - Format – Horaire – invitation / Inscription – MEET
 - Pendant la compétition - Déroulement de la compétition
 - Après la compétition – Résultats / Médailles
4. Gestion des environnements indirects
 - a) Spectateurs
 - b) Hébergement
 - c) Transport
 - d) Repas
 - e) Vestiaires
 - f) Salles / Gymnases
 - g) Circulation – installation
 - h) Relation interclub
5. Mesures de protection
 - a) Rôle « Horacio de la compétition »
 - b) Principes de base à respecter
 - c) Gestion des équipements
 - d) Équipements de protection
 - e) Gestion de la désinfection



Eau libre

Entrainements

- Les entrainements en eau libre sont toujours permis.
- Il faut porter une attention particulière à la température de l'eau.



Formation

- **Entraîneurs**

- **Officiel**

Entraîneurs, assistants et moniteurs - Formation de la Société de sauvetage obligatoire – Pour ceux qui n’ont pas fait cet été

Webinaire #1 – La surveillance aquatique en situation de COVID-19 : Nous reprendrons ce Webinaire offert en juin dernier aux sauveteurs afin que ceux qui n’ont pas eu la chance de le suivre en juin puissent s’informer avant la prochaine saison.

jeudi 10 septembre: https://zoom.us/webinar/register/WN_jPxYKCh8TFWMfPPxNi2kog

samedi 12 septembre: https://zoom.us/webinar/register/WN_exceXVexSN6Ao2J3dskGsg

Webinaire #2 - La surveillance et les équipements de protection individuelle (ÉPI) : Doit-on porter le masque quand on surveille? Doit porter le masque quand on circule? Masque ou couvre-visage? Les gens sont assez mêlés dans les diverses règles et informations au sujet des ÉPI dans un cadre de travail. Ce webinaire sera utile pour démystifier le tout et mettre à jour les différentes informations qui circulent.

Lien Zoom : https://zoom.us/webinar/register/WN_YF-ILK0rQue-7mc4jBALtQ

Formation du PNCE et des officiels

Les formations sont disponibles en ligne.

AENQ et ACEN – conférence pour les entraîneurs

L’ACEN tiendra une conférence virtuelle le 19 septembre 2020. Il y aura aussi des présentations en français et en anglais.



FNQ

- AGA**
- Affiliation**
- Télé-travail**

AGA – 26 septembre - Virtuelle

- Une invitation a été envoyée. N'oubliez pas de vous inscrire. La FNQ recherche des candidats pour le Conseil d'administration 2020-2021.

Affiliations

- Les affiliations vont se faire comme à l'habitude. Les paiements des affiliations seront faits en décembre.

Télétravail

- L'équipe de la FNQ sera en télétravail pour le moment jusqu'au début novembre.

Adresse courriel

- Toutes les adresses du personnel terminent maintenant par .CA au lieu de QC.CA.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à écrire à info@fnq.ca. Un membre du personnel va vous répondre et faire le suivi avec vous.

Question

info@fnq.ca

