

# GUIDE DE RELANCE DE LA NATATION AU QUÉBEC

EN CONTEXTE DE PANDÉMIE DE LA COVID-19

Mise à jour -  
**9 JUIN 2021**

Mise à jour en **ROUGE** dans le document

EAU LIBRE



PARA



PISCINE



MAITRES



FÉDÉRATION  
DE NATATION  
DU QUÉBEC

# AVERTISSEMENTS

La Fédération de natation du Québec (FNQ) a préparé ce document en se basant sur les dernières informations disponibles, provenant de diverses sources d'information, notamment celles des autorités de la santé publique. Le 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 organisation 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 fédérations sportives et des gouvernements provinciaux. 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.

# INTRODUCTION

Le contexte entourant la pandémie de la Covid-19 amène à repenser tous les domaines d'activités dont le sport. La FNQ travaille activement avec plusieurs partenaires du milieu sportif et aquatique ainsi qu'avec [Natation Canada](#) afin de préparer cette reprise des activités. Les partenaires de la Vision Concertée de l'Univers Aquatique (VCUA) se sont unis pour offrir des guides de relance similaires pour faciliter le retour à l'eau. 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>.

[INSCRIVEZ VOUS À NOTRE NOUVELLE INFOLETTRE ICI](#)



VCUA  
VISION  
CONCERTÉE DE  
L'UNIVERS  
AQUATIQUE

ARAQ  
Association des responsables  
aquatiques du Québec



NATATION  
ARTISTIQUE  
QUÉBEC



TRIATHLON  
QUÉBEC



QC  
FÉDÉRATION  
DE NATATION  
DU QUÉBEC

SOCIÉTÉ DE  
SAUVETAGE

# CHAÎNE DÉCISIONNELLE

Il y a plusieurs étapes avant de conclure qu'un athlète puisse 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 optimale, mettant en confiance la population québécoise à la reprise des activités aquatiques.
- Assurer la viabilité financière des organisations québécoises du milieu aquatique.

## Instances gouvernementales

M François Legault  
Mme Isabelle Charest  
Direction de la santé publique  
INSPQ - CNESS  
MSSS & MEES  
RBQ

Décident et s'assurent de la réalisation des étapes du déconfinement en déterminant les priorités, les objectifs, les règles et les applications concrètes

## Propriétaires, gestionnaires des installations aquatiques

Municipales  
Scolaires  
OBNL  
Privées

Décident les conditions de l'ouverture et la gestion des installations sportives suite aux consignes de la santé.  
S'assurent de la viabilité économique à long terme  
Rendent opérationnelles les consignes et assurent une présence terrain.

## Fédérations sportives, Société de sauvetage, Croix-Rouge, ARAQ

Provinciales  
Nationales

Établissent les procédures spécifiques en lien avec le sport concerné.  
S'assurent d'outiller leurs membres ou leurs partenaires de formations (Croix-Rouge) pour l'application des consignes de la Santé Publique.

- Pratique Libre
- Activités physiques aquatique
- Formations en sauvetage
- Cours de natation
- Leadership
- Natation
- Natation Artistique
- Plongeon
- Triathlon
- Water-Polo

## Instances locales - Offre à la population

Clubs

Associations régionales

Décident si l'organisation peut assurer le respect des consignes des autorités et de former ses intervenants.  
S'assurent de la viabilité économiquement à long terme.

Informent et gèrent les athlètes, entraîneurs, personnel et bénévoles.

## Participants

Baigneurs - Nageurs

Athlètes / Parents  
entraîneurs  
Bénévoles

Décident de participer aux activités selon les conditions à respecter des autorités.

Assurent qu'ils n'ont pas la présence de symptômes ou s'il y a eu contact avec une personne ayant été déclarée positive à la COVID-19.

Le gestionnaire produit des listes des nouvelles contraintes en temps de COVID-19 pour les baigneurs-nageurs et pour les employés, entraîneurs et bénévoles.

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 présentement en vigueur

Pour connaître la palier d'alerte régional en vigueur dans laquelle vous vous situez, consultez la [Carte des paliers d'alerte](#)

## Milieu scolaire

Les mesures déjà en vigueur relatives au milieu scolaire continuent de s'appliquer.

Veillez- vous référer à l'adresse <https://www.quebec.ca/education/organisation-activites-scolaires-covid-19> pour connaître les directives spécifiques.

## Camp de jour et camp de vacances

Les activités qui se déroulent dans le cadre d'un camp de jour et un camp de vacances, incluant un camp thématique (camp sportif, camp artistique), doivent respecter les règles édictées par l'[Association des camps du Québec](#).

## Communication et site Web Quebec.ca

Les pages dédiées au Loisir et au Sport sur le site Web <https://www.quebec.ca/> sont mises à jour.

Pour plus d'information, consultez les adresses suivantes :

- <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/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>
- <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-re lance-du-sport-avant-et-apr%C3%A8s.pdf>

**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	Dès le 25 juin
<b>Activités supervisées et avec contacts brefs :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Maximum de <b>25 participants</b> par groupe (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)</li><li>• Parties autorisées pour les sports d'équipes et les sports avec contacts brefs</li><li>• Compétitions et tournois interdits</li><li>• Activités non supervisées peuvent toujours se faire en groupe de 12 personnes maximum ou entre occupants de deux résidences différentes</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Maximum de <b>25 participants</b> par groupe (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)</li><li>• Activités avec contacts brefs</li><li>• Tournois et compétitions permis</li><li>• Possibilité de tenir des <b>événements extérieurs</b> sportifs et récréatifs dans le respect des directives concernant les festivals et les événements</li></ul>

**ACTIVITÉS INTÉRIEURES**

<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Activité sans contact</b></li><li>• Groupe de <b>12 participants</b> (ajout possible d'une personne pour la supervision dans le respect des règles de la CNESST)</li><li>• Ouverture de toutes les installations (y compris les salles d'entraînement)</li><li>• Compétitions et tournois interdits</li><li>• Aucun spectateur</li></ul>	<b>Pour les salles d'entraînement</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Assistance rapprochée interdite, sauf pour les membres d'une même résidence</li><li>• Registre des clients obligatoire et les consignes applicables concernant le port du couvre-visage doivent être respectées lors des déplacements</li><li>• Encadrement obligatoire pour les activités de groupes</li></ul>
---	---

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	Dès le 25 juin
<ul style="list-style-type: none"><li>• Maximum de <b>25 participants par groupe</b> pour pratiquer les activités extérieures <b>sans contact</b> (auxquels peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)</li><li>• Parties autorisées pour les sports sans contacts</li><li>• Compétitions et tournois interdits</li><li>• Activités non supervisées peuvent toujours se faire en groupe d'un maximum de 12 personnes ou entre occupants de deux résidences différentes</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Maximum de <b>25 participants par groupe</b> pour la pratique d'activités extérieures supervisées et <b>sans contact</b> (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)</li><li>• Compétitions et tournois permis</li><li>• Possibilité de tenir des <b>événements extérieurs</b> sportifs et récréatifs (y compris les compétitions et les tournois) dans le respect des directives concernant les festivals et les événements</li></ul>

**ACTIVITÉS INTÉRIEURES**

<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ouverture des salles d'entraînement :</b><ul style="list-style-type: none"><li>- Port du couvre-visage obligatoire en tout temps pour tous</li><li>- Assistance rapprochée interdite, sauf pour les membres d'une même résidence</li><li>- Registre des clients obligatoire</li><li>- Cours de groupe interdits</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ouverture de toutes les installations sauf les salons de quilles, de billard et de jeux de fléchettes</b></li><li>• <b>Activités sans contact</b></li><li>• En solo – ou occupants de deux résidences (ajout possible d'une personne pour la supervision)</li><li>• Liges, compétitions et tournois interdits</li><li>• Aucun spectateur</li></ul>
--	---

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	Dès le 25 juin
<ul style="list-style-type: none"><li>• Maximum de <b>25 participants par groupe</b> pour pratiquer les activités extérieures supervisées et <b>sans contact</b> (auxquels peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)</li><li>• Compétitions et tournois interdits</li><li>• Activités non supervisées peuvent toujours se faire en groupe d'un maximum de 8 personnes ou entre occupants de deux résidences différentes</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Maximum de <b>25 participants par groupe</b> pour la pratique d'activités extérieures supervisées et <b>sans contact</b> (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)</li><li>• Tournois et compétitions permis</li><li>• Possibilité de tenir des <b>événements extérieurs</b> sportifs et récréatifs (y compris les compétitions et les tournois) dans le respect des directives concernant les festivals et les événements</li></ul>

**ACTIVITÉS INTÉRIEURES**

<ul style="list-style-type: none"><li>• Activités sans contact</li><li>• En solo – ou occupants de deux résidences (ajout possible d'une personne pour la supervision)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Installations ouvertes : patinoire, piscine et lieux pour la pratique du tennis et du badminton</li><li>• Liges, compétitions et tournois interdits</li><li>• Aucun spectateur</li></ul>
--	--

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)

**ZONE ROUGE****ZONE ORANGE****ZONE JAUNE****ZONE VERTE****EXTÉRIEUR**

- **Activités sans contact<sup>1</sup>**
- 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

- **Activités sans contact<sup>1</sup>**
- 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

- **Activités avec contacts brefs<sup>2</sup>** (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

- **Activités avec contacts brefs<sup>2</sup>** (sporadiques et de courte durée)
- Maximum : groupe **de 50 participants** (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Liges<sup>4</sup>, tournois et compétitions<sup>5</sup> permis
- Maximum de 50 spectateurs sur un même plateau sportif à libre accès

**> Dès le 11 juin**

Les mesures en vigueur dans chaque zone s'appliquent mais avec ces assouplissements :

**Pour les activités supervisées<sup>3</sup> et sans contact<sup>1</sup>**

- Maximum : groupe **de 25 participants** (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Liges<sup>4</sup> et parties autorisées selon les directives sanitaires liées au palier de couleur.
- Compétitions et tournois interdits
- La présence de spectateurs n'est pas recommandée

**> Dès le 11 juin**

Les mesures en vigueur dans chaque zone s'appliquent mais avec ces assouplissements :

**Pour les activités supervisées<sup>3</sup> et avec contacts brefs<sup>2</sup>** (sporadiques et de courte durée)

- Maximum : groupe **de 25 participants** (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Liges<sup>4</sup> et parties autorisées selon les directives sanitaires liées au palier de couleur.
- Compétitions et tournois interdits
- La présence de spectateurs n'est pas recommandée.

**> Dès le 25 juin**

- Liges, tournois et compétitions<sup>5</sup> permis selon les mesures des paliers d'alerte applicables aux rassemblements extérieurs dans un lieu public.
- Possibilité de tenir des événements **publics extérieurs<sup>6</sup>** sportifs et récréatifs (incluant les compétitions et les tournois<sup>5</sup>), 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**

- **Activités sans contact<sup>1</sup>**
- 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

- **Activités sans contact<sup>1</sup>**
- 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)<sup>7</sup>
- Tournois et compétitions interdits
- Aucun spectateur

**Pour les salles d'entraînement :**

- 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

- **Activités sans contact<sup>1</sup>**
- 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

**Pour les salles d'entraînement :**

- 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

- **Activités avec contacts brefs<sup>2</sup>** (sporadiques et de courte durée, incluant les sports de combat)
- Groupe **de 25 participants<sup>2</sup>** (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)
- Liges<sup>4</sup>, compétitions et tournois permis (incluant les sports de combat)
- Maximum de 25 spectateurs sur un même plateau sportif à libre accès

**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

**ZONE ROUGE****ZONE ORANGE****ZONE JAUNE****ZONE VERTE****PORT DU COUVRE-VISAGE****Port du masque ou du couvre-visage obligatoire pour les personnes de 10 ans et plus, sauf dans les situations suivantes :**

- 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

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.

**GESTION DES INSTALLATIONS****Capacité d'accueil**

- Déterminée par les gestionnaires de site selon l'application des mesures de distanciation physique

**Supervision du lieu**

- 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)

**Équipements**

- Possibilité d'emprunter ou de louer de l'équipement si une désinfection est assurée

**Capacité d'accueil**

- Déterminée par les gestionnaires de site selon l'application des mesures de distanciation physique

**Supervision du lieu**

- 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)

**Équipements**

- Possibilité d'emprunter ou de louer de l'équipement si une désinfection est assurée

- 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 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.

POPULATION GÉNÉRALE\*

FORMATIONS

ACCOMPAGNATEUR

\* **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.**

- <sup>1</sup> 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.
- <sup>2</sup> 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.
- <sup>3</sup> 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.
- <sup>4</sup> 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.).

- <sup>5</sup> 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).
- <sup>6</sup> 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.
- <sup>7</sup> Les lieux pour la pratique des jeux de quilles, de billard et de fléchettes sont fermés.

**POUR CONSULTER LE NAPPERON EN LIGNE CLIQUEZ SUR LE LIEN SUIVANT :**



**[Consulter le NAPPERON mesures 28 mai 2021](#)**



# CNESST - Ajustement des mesures de prévention dans les milieux de travail

Pour connaître la palier d'alerte régional en vigueur dans laquelle vous vous situez, consultez la [Carte des paliers d'alerte](#)

## 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	À l'intérieur 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	À l'extérieur 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 EN LIGNE CLIQUEZ SUR LE LIEN SUIVANT :**



[Consulter le NAPPERON CNESST 08 juin 2021](#)



# QUESTIONS ET RÉPONSES

Pour connaître la palier d'alerte régional en vigueur dans laquelle vous vous situez, consultez la [Carte des paliers d'alerte](#)



## [Consulter la foire aux questions de la FNQ](#)

La Fédération de natation du Québec reçoit plusieurs questions de ses membres, sur une panoplie de sujets en lien avec la crise sanitaire. Cette section réunit les réponses aux questions les plus souvent posées.

*Cette chronique constitue un instrument d'information. Aucune personne qui est un membre, un administrateur, un employé ou un consultant de la Fédération de natation du Québec n'accepte ni n'assume de responsabilité ni n'a d'obligation envers qui que ce soit relativement à cette chronique. Vous devez obtenir des conseils juridiques particuliers sur tout point précis vous concernant.*

*\* L'information est évolutive et mise à jour régulièrement.*

# RELANCE DU SPORT - LIEUX DE BAINNADES



Les installations aquatiques sont partagées par plusieurs types d’usagers à tous les jours. Les clubs doivent prendre connaissances et appliquer les recommandations des propriétaires et des gestionnaires d’installations. Les informations sur les vestiaires, la capacité d’accueil et la désinfection du matériel sont quelques-uns des points traités dans ce guide.

Dans un premier temps, les membres du conseil d’administration ainsi que l’entraîneur-chef doit 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 en charge 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.

# 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. En voici un résumé:

## 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 travailleuse ou 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. La travailleuse ou 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.

**CNESST**

Plus d'informations - CNESST:

<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/trousse.aspx>

# RECONNAISSANCE DE RISQUES COVID-19

À remplir par tous les athlètes, bénévoles et le personnel de votre organisation

Le nouveau coronavirus, COVID-19, a été déclaré pandémie mondiale par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Le COVID-19 est extrêmement contagieux et se propagerait principalement par contact de personne à personne. Par conséquent, les autorités gouvernementales, tant locales que provinciales et fédérales, recommandent diverses mesures et interdisent divers comportements, le tout dans le but de réduire la propagation du virus.

La Fédération de natation du Québec et ses membres, s'engagent à se conformer à toutes les exigences et recommandations de la Santé publique du Québec et autres autorités gouvernementales, et à mettre en place et adopter toutes les mesures nécessaires à cet effet. Cependant la Fédération de natation du Québec et ses membres ne peuvent garantir que vous (ou votre enfant, si l'athlète est mineur/ou la personne dont vous êtes le tuteur ou le responsable légal) ne serez pas infecté par le COVID-19. De plus, votre participation aux activités pourrait augmenter vos risques de contracter le COVID-19, malgré toutes les mesures en place.

En signant le présent document,

1) Je reconnais la nature hautement contagieuse du COVID-19 et j'assume volontairement le risque que je (ou mon enfant, si l'athlète est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou le responsable légal) puisse être exposé ou infecté par le COVID-19 par ma (sa) participation aux activités de la Fédération de natation du Québec. L'exposition ou l'infection au COVID-19 peut notamment entraîner des blessures, des maladies ou autres affections;

2) Je déclare que ma participation (ou celle de mon enfant, si l'athlète est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) aux activités de la Fédération de natation du Québec est volontaire;

3) Je déclare que ni moi (ou mon enfant, si le athlète est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), ni personne habitant sous mon toit, n'a manifesté des symptômes de rhume ou de grippe (incluant de la fièvre, toux, mal de gorge, maladie respiratoire ou des difficultés respiratoires, essoufflement, douleurs thoraciques, frissons, tremblements répétés, douleurs musculaires anormales, maux de tête, déglutition douloureuse, écoulement nasal, nouvelle perte de goût ou d'odeur, maladie gastro-intestinale), au cours des 10 derniers jours;

4) Si moi (ou mon enfant, si le athlète est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), éprouve des symptômes de rhume ou de grippe après la signature de la présente déclaration, je (ou mon enfant si le athlète est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) m'engage à ne pas me (se) présenter ou participer aux activités de la Fédération de natation du Québec durant au moins 10 jours après la dernière manifestation des symptômes de rhume ou de grippe.

5) Je déclare que ni moi (ou mon enfant, si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), ni personne habitant sous mon toit, n'a voyagé ou fait escale à l'extérieur du Canada dans les 10 derniers jours. Si je (ou mon enfant si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) voyage à l'extérieur du Canada après avoir signé la présente déclaration, je (ou mon enfant si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) m'engage à ne pas me (se) présenter ou participer aux activités de la Fédération de natation du Québec durant au moins 10 jours après la date de retour de voyage.

Le présent document demeurera en vigueur jusqu'à ce que la Fédération de natation du Québec reçoive les directives des autorités gouvernementales provinciales et de la Santé publique du Québec, à l'effet que les engagements contenus à la présente déclaration ne sont plus nécessaires.

J'AI SIGNÉ LA PRÉSENTE DÉCLARATION LIBREMENT ET EN TOUTE CONNAISSANCE DE CAUSE

À \_\_\_\_\_ (Lieu) en date du \_\_\_\_\_

Nom & Signature de l'athlète (lettres moulées) \_\_\_\_\_

Nom & Signature du parent/tuteur/responsable légal  
(si l'athlète est mineur ou ne peut légalement donner son accord) \_\_\_\_\_

Si la signature est électronique :

Je comprends que le fait de soumettre par voie électronique cette reconnaissance de risque constitue une signature officielle de ladite demande, Je (Nom de l'athlète et du parent, si mineur), déclare solennellement que les renseignements et engagements fournis sont véridiques et que le nom à la signature électronique est bien la personne qui a rempli la reconnaissance de risque.

Une version anglaise est disponible. Écrire à [info@fnq.ca](mailto:info@fnq.ca)

# 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 en est de même pour la police d'assurance des administrateurs et dirigeants dont la période de couverture est du 1er octobre au 30 septembre. Il n'y a eu aucun arrêt ou suspension des protections d'assurance par l'assureur. Ce sont plutôt les activités des fédérations qui étaient, ou sont encore, en suspens, car prohibées par les autorités gouvernementales. L'assureur considérera ces activités couvertes, sans autre avis, au fur et à mesure que les prohibitions seront levées.

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 chaque fédération, doivent être respectées lors de la reprise des activités.

3

Un membre d'une fédération (ou d'un club) est couvert lorsqu'il pratique l'activité visée par sa fédération, dans un cadre « organisé », par exemple: avec son équipe, sous la supervision ou à la demande de son entraîneur, selon un horaire prévu ou fixé par le club, sur les lieux approuvés par la fédération, etc. Des lieux tels que les spas, carrières, piscines de condominiums ou piscines privées, etc, ne sont pas couverts par les assureurs et pas autorisés par la FNQ.

4

Il est de la responsabilité de chaque fédération d'informer régulièrement ses membres quant au statut de leurs activités. Lorsqu'il y a reprise, partielle ou totale, des activités, la fédération doit le préciser clairement et réitérer les règles et consignes qui doivent être suivies.

5

Les gens qui pratiquent une activité à l'extérieur du cadre organisé d'un club/d'une fédération 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).

6

Les camps de jour pourront être assurés même si l'activité principale (le sport) ne peut être faite, tant que les organisations suivent les recommandations du gouvernement et de la direction de la santé publique en matière de camp de jour et des fédérations. Les athlètes doivent être membres de la fédération.

7

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.

Enfin, 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, personnel ou toute personne en contact avec les athlètes un document intitulé « Reconnaissance de risque ».

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-19. Un modèle de reconnaissance de risque est joint à la présente.

# SOURCES D'INFORMATIONS ADDITIONNELLES

Il est important de consulter l'ensemble de l'information disponible pour le milieu aquatique.

Il est impossible de la mettre entièrement dans le présent document car l'information est évolutive. Le tableau ci-dessous permet de connaître les hyperliens fréquemment publiés.

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	<a href="https://www.inspq.qc.ca/publications/3004-lieux-baignade-qr-covid19">https://www.inspq.qc.ca/publications/3004-lieux-baignade-qr-covid19</a> <a href="https://www.inspq.qc.ca/publications/3002-environnement-exterieur-covid19">https://www.inspq.qc.ca/publications/3002-environnement-exterieur-covid19</a>
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	<a href="https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/trousse.aspx">https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/trousse.aspx</a> <a href="https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-autosoins-covid-19/">https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-autosoins-covid-19/</a>
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	<a href="https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/reprise-graduelle-activites-mesures-ralentissement-covid19/">https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/reprise-graduelle-activites-mesures-ralentissement-covid19/</a> <a href="https://www.quebec.ca/entreprises-et-travailleurs-autonomes/programme-actions-concertees-pour-le-maintien-en-emploi-pacme-covid-19/">https://www.quebec.ca/entreprises-et-travailleurs-autonomes/programme-actions-concertees-pour-le-maintien-en-emploi-pacme-covid-19/</a> <a href="https://www.rbq.gouv.qc.ca/covid-19-des-reponses-a-%20vos-questions.html#c19293">https://www.rbq.gouv.qc.ca/covid-19-des-reponses-a-%20vos-questions.html#c19293</a> <a href="https://www.apsam.com/theme/risques-biologiques/covid-19-coronavirus/specifications-piscines-installations-aquatiques">https://www.apsam.com/theme/risques-biologiques/covid-19-coronavirus/specifications-piscines-installations-aquatiques</a>
Gouvernement du Canada	Soutien aux particuliers, Soutien aux entreprises, Soutien aux secteurs	<a href="https://www.canada.ca/fr/ministere-finances/plan-intervention-economique.html">https://www.canada.ca/fr/ministere-finances/plan-intervention-economique.html</a>
Natation Canada	Information sur la gestion nationale du sport	<a href="https://www.swimming.ca/fr/">https://www.swimming.ca/fr/</a>
Fédération de natation du Québec	Information sur la gestion provinciale du sport	<a href="https://www.fnq.ca">https://www.fnq.ca</a>
Croix-Rouge	Assistance et ressources de la Croix-Rouge et plus particulièrement pour les cours de sécurité aquatique	<a href="https://www.croixrouge.ca/nos-champs-d-action/interventions-en-cours/covid-19-nouveau-coronavirus">https://www.croixrouge.ca/nos-champs-d-action/interventions-en-cours/covid-19-nouveau-coronavirus</a>
Société de sauvetage – Québec / Canada	Prévention de la noyade, Formation et certification des sauveteurs	<a href="https://www.sauvetage.qc.ca/fr/">https://www.sauvetage.qc.ca/fr/</a> et <a href="https://www.lifesaving.ca/covid-19-fr.php">https://www.lifesaving.ca/covid-19-fr.php</a>
ARAQ Association des responsables aquatiques du Québec	Information pour les gestionnaires d'installation	<a href="http://www.araq.net">http://www.araq.net</a>
RLSQ Relance du sport au Québec	Chroniques pour les assurances, ressources humaines et juridiques Information sur la relance du sport au Québec	<a href="https://www.associationsquebec.qc.ca/chronique.php?Id_Type=3">https://www.associationsquebec.qc.ca/chronique.php?Id_Type=3</a> <a href="https://www.associationsquebec.qc.ca/service-assurances_responsabilite">https://www.associationsquebec.qc.ca/service-assurances_responsabilite</a> <a href="https://www.vadoncjouer.ca/">https://www.vadoncjouer.ca/</a>
SPORT'AIDE	Accompagnement psychologique pour les athlètes et entraîneurs	<a href="https://sportaide.ca/covid19/">https://sportaide.ca/covid19/</a>
Camp de jour	Guide de relance des camps en contexte Covid-19	<a href="https://campsquebec.com/mesures-covid19">https://campsquebec.com/mesures-covid19</a>



# NOS RESEAUX SOCIAUX



**FACEBOOK**

[https://www.facebook.com/fnq\\_natation](https://www.facebook.com/fnq_natation)



**INSTAGRAM**

[https://www.instagram.com/fnq\\_natation/](https://www.instagram.com/fnq_natation/)



**LINKEDIN**

<https://ca.linkedin.com/company/f%C3%A9d%C3%A9ration-de-natation-du-qu%C3%A9bec>



**YOU TUBE**

[https://www.youtube.com/channel/UCKeI4bQxU7RIma\\_wiNUL7Tw](https://www.youtube.com/channel/UCKeI4bQxU7RIma_wiNUL7Tw)

# POUR NOUS JOINDRE



**FÉDÉRATION  
DE NATATION  
DU QUÉBEC**



4545, AVENUE PIERRE-DE-COUBERTIN  
MONTRÉAL QC H1V 0B2



514 252-3200



WWW.FNQ.CA

NZAZZERI@FNQ.CA

JOUELLET@FNQ.CA



JFANARA@FNQ.CA

SGAGNE@FNQ.CA

EAULIBRE@FNQ.CA



**MERCI !**

