



RETOUR SÉCURITAIRE À L'ACTIVITÉ DU CANOË-KAYAK DE VITESSE

PLAN DE TRAVAIL POUR NOS MEMBRES



À NOTER

- CE DOCUMENT EST UN OUTIL DE TRAVAIL POUR NOS MEMBRES AFIN DE S'ALIGNER AVEC LES DIRECTIVES DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. CONSIDÉRANT LA SITUATION DUE LA COVID-19 ET DE L'ÉVOLUTION DES INFORMATIONS, CE DOCUMENT EST UN GUIDE EN ÉVOLUTION QUI NE DOIT PAS REMPLACER LES RECOMMANDATIONS ET LES DIRECTIVES DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC.

Phase préparatoire

- Retour des employés
- Préparation AVANT le retour des membres

Phase 1

- Retour à la pratique sportive
- Athlète autonome / 22 mai

Phase 2

- Retour à la pratique sportive
- Athlète compétitif / 8 juin

Phase 3

- Début des camps de jour / 22 juin
- Groupe récréatif / 22 juin

Phase 4

- Début bateaux d'équipe / 6 juillet

Phase 5

- Organisation de compétition



RETOUR SÉCURITAIRE À L'ACTIVITÉ DU CANOË- KAYAK DE VITESSE

OUTIL DE TRAVAIL POUR NOS
CLUBS

PHASE PRÉPARATOIRE



MESURES PRÉVENTIVES À CONSIDÉRER PAR L'EMPLOYEUR

- EN TENANT COMPTE DE LA SITUATION DU COVID-19, VOUS DEVEZ RÉFLÉCHIR À VOTRE POLITIQUE DE REMBOURSEMENT OU AUX MODALITÉS DE REPORT DE SÉJOUR À UNE DATE ULTÉRIEURE.
- PRÉPARER UN COMMUNIQUÉ DESTINÉ À LA CLIENTÈLE SUR VOS POLITIQUES, SUR VOS MESURES ET SUR VOS ACTIONS PRÉVENTIVES DE VOTRE CLUB.
- LA PRÉSENCE AU CLUB N'EST PAS RECOMMANDÉE POUR LES MEMBRES DU PERSONNEL QUI PRÉSENTENT UNE VULNÉRABILITÉ SUR LE PLAN DE LA SANTÉ (MALADIE, GROSSESSE, PERSONNE ÂGÉE DE 70 ANS ET PLUS).
- VEILLES À METTRE DE L'AFFICHAGE CONCERNANT LES ROUTINES DE LAVAGE DE MAINS, L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE ET LA DISTANCIATION.
- VEILLES À METTRE DE L'AFFICHAGE SUR VOS DIRECTIVES DE CIRCULATION À L'INTÉRIEUR DE VOS INSTALLATIONS.



MESURES INDIVIDUELLES D'HYGIÈNE DE BASE POUR LE PERSONNEL

- **S'ASSURER QUE LE PERSONNEL A REÇU DE L'INFORMATION SUR:**
 - LE LAVAGE DES MAINS À L'EAU ET AU SAVON FRÉQUENTS OU RINCE-MAIN ANTISEPTIQUE.
 - L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE.
 - LE RESPECT DE LA DISTANCE SOCIALE D'AU MOINS 2 MÈTRES DANS LES LIEUX DE RASSEMBLEMENT.
 - S'ASSURER QUE LE PERSONNEL REMPLISSE LE QUESTIONNAIRE. (VOIR ANNEXE)
- **INSTALLER DES AFFICHES SUR L'HYGIÈNE DES MAINS À L'INTENTION DU PERSONNEL ET DE LA CLIENTÈLE.**
- **INSTALLER DES AFFICHES SUR L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE À L'INTENTION DU PERSONNEL ET DE LA CLIENTÈLE.**
- **INSTALLER DES AFFICHES SUR LES RÈGLES DE DISTANCIATION À L'INTENTION DU PERSONNEL ET DE LA CLIENTÈLE.**



MESURES DE BASE POUR LE PERSONNEL

- ÉVITER DE DEMANDER DES RÉUNIONS FACE À FACE.
- RÉDUIRE LE NOMBRE ET LA DURÉE DES RÉUNIONS.
- UTILISER LES OUTILS TECHNOLOGIQUES POUR LES RÉUNIONS DANS LA MESURE DU POSSIBLE.
- TENIR LE PLUS D'ACTIVITÉS POSSIBLE À L'EXTÉRIEUR.
- LAISSER UN TEMPS DE PAUSE ENTRE LES QUARTS DE TRAVAIL AFIN DE RÉDUIRE LES CONTACTS ENTRE TRAVAILLEURS SI L'ORGANISATION LE PERMET.
- DÉCALER LES MOMENTS DE PAUSE AFIN D'ÉVITER QUE LES EMPLOYÉS SOIENT EN PAUSE EN MÊME TEMPS.
- LORSQUE LA DISTANCE SOCIALE N'EST PAS POSSIBLE, S'ASSURER DE PORTER LE MASQUE.



ACTIONS PRÉVENTIVES À CONSIDÉRER

- RÉVISER VOTRE PLAN D'URGENCE ET VOS PROCÉDURES.
- IDENTIFIER LES POSTES DE LAVAGE ET EXPLICATIONS.
- IDENTIFIER LES ESPACES DE DISTANCIATION, LES SENS POUR CIRCULER AVEC DES REPÈRES VISUELS.
- UNE INFIRMERIE DEVRAIT ÊTRE MISE EN PLACE DANS UN LOCAL FERMÉ AVEC TROUSSE D'URGENCE.
- OPTIMISEZ L'ACCÈS AUX POSTES DE LAVAGE DES MAINS, INSTALLEZ DES POMPES DE LIQUIDE DÉINFECTANT ET FOURNISSEZ DES LINGETTES HUMIDES AU PERSONNEL.
- ÉLABORER UNE POLITIQUE D'ENTRETIEN DES LIEUX DE TRAVAIL ÉTABLISSANT NOTAMMENT LES MODALITÉS DE L'ENTRETIEN DES LIEUX, DE L'ACHAT DES PRODUITS NETTOYANTS ET DE LA GESTION DES DÉCHETS AINSI QUE LES FAÇONS DE FAIRE SÉCURITAIRES POUR LE PERSONNEL AFFECTÉ À L'ENTRETIEN.



INFIRMERIE

- LA PERSONNE QUI DÉVELOPPE DES SYMPTÔMES COMPATIBLES AVEC LA COVID-19 PENDANT LA JOURNÉE DOIT ÊTRE ISOLÉE DANS UNE PIÈCE JUSQU'À CE QU'ELLE QUITTE L'ÉTABLISSEMENT. UN MASQUE DOIT LEUR ÊTRE REMIS.
- LES SYMPTÔMES PEUVENT ÊTRE LÉGERS ET S'APPARENTER À CEUX D'UN RHUME. ILS PEUVENT AUSSI ÊTRE PLUS SÉVÈRES, COMME CEUX ASSOCIÉS À LA PNEUMONIE ET À L'INSUFFISANCE PULMONAIRE. SYMPTÔMES TELS QUE: LA FIÈVRE (+38 DEGRÉS), LA TOUX, LES DIFFICULTÉS RESPIRATOIRES, LA PERTE D'ODORAT SANS CONGESTION NASALE.
- S'IL S'AGIT D'UN ENFANT, UN MEMBRE DU PERSONNEL ASSURE LA SURVEILLANCE EN ÉTANT ÉQUIPÉ DU MATÉRIEL DE PROTECTION ADÉQUAT (MASQUE, VISIÈRE, BLOUSE ET GANT).
- SAC DE PLASTIQUE POUR METTRE LES EFFETS PERSONNELS DE L'INDIVIDU.
- LA PIÈCE EST VENTILÉE AU DÉPART DE LA PERSONNE ET UNE DÉSINFECTION EST ENTREPRISE.
- **LE CLUB DEVRAIT AVOIR UNE TROUSSE D'URGENCE (MASQUES, VISIÈRES, BLOUSES, GANTS, LUNETTES, THERMOMÈTRE À DISTANCE)**
- SAC DE PLASTIQUE POUR METTRE LES TROUSSES UTILISÉES.



POSTES DE LAVAGE

- AU COURS D'UNE JOURNÉE, VOS MAINS TOUCHENT À PLUSIEURS OBJETS QUI PEUVENT AVOIR ÉTÉ CONTAMINÉS PAR DES VIRUS OU DES BACTÉRIES. LORSQUE VOUS PORTEZ VOS MAINS À VOS YEUX, À VOTRE NEZ OU À VOTRE BOUCHE, VOUS COUREZ LE RISQUE DE DÉVELOPPER UNE INFECTION COMME LA GRIPPE, LA COVID-19 OU LA GASTROENTÉRITE. LE LAVAGE DE MAINS EST UN EXCELLENT MOYEN D'ÉVITER DE VOUS CONTAMINER ET DE CONTAMINER LES AUTRES.
- ASSUREZ-VOUS QU'IL Y AIT DU SAVON OU UN PRODUIT ANTISEPTIQUE DANS VOTRE ENVIRONNEMENT: AUX TOILETTES, VESTIAIRES, HANGARS À BATEAUX, HANGARS À ÉQUIPEMENTS, AUX ENDROITS QU'ON MANGE, AUX ENTRÉES ET SORTIES DU CLUB..
- LE LAVAGE DE MAINS EST OBLIGATOIRE POUR TOUT LE PERSONNEL ET MEMBRE MINIMALEMENT À L'ARRIVÉE AU CLUB, AVANT ET APRÈS LE DINER ET AVANT ET APRÈS LA FIN DE L'ACTIVITÉ.
- **METTRE PLUSIEURS POSTES DE LAVAGE DE MAINS OBLIGATOIRE.**
- **AFFICHER LES TECHNIQUES DE LAVAGE DE MAINS ET LES CONSIGNES QUANT À L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE.**
- **SAVON, PAPIER À MAINS, POUBELLE.**
- **DES MOUCHOIRS SONT À LA DISPOSITION DES MEMBRES POUR RESPECTER LES PRINCIPES D'ÉTIQUETTE RESPIRATOIRE.**



HYGIÈNE SANITAIRE DES LIEUX DE TRAVAIL

- LES LIEUX DE TRAVAIL DOIVENT ÊTRE ENTRETENUS ET NETTOYÉS ADÉQUATEMENT. L'EMPLOYEUR DOIT S'ASSURER QUE LES MESURES D'ENTRETIEN SONT EFFECTIVEMENT ET CORRECTEMENT APPLIQUÉES.
- ÉLABORER UNE POLITIQUE D'ENTRETIEN DES LIEUX DE TRAVAIL.
- **NETTOYAGE ADÉQUAT DES LIEUX DE TRAVAIL:**
 - LES AIRES COMMUNES: (RAMPES D'ESCALIER, POIGNÉES DE PORTE, SURFACE OU LES GENS POSENT SOUVENT LES MAINS).
 - INSTALLATIONS SANITAIRES (TOILETTES ET LAVABOS).
 - POSTE DE TRAVAIL INDIVIDUEL (TÉLÉPHONE, CLAVIER, PHOTOCOPIEUR)
 - TABLES ET CHAISES.
 - MICRO-ONDES
 - ROBINETS, FONTAINES
 - INTERRUPTEURS



HYGIÈNE SANITAIRE DES LIEUX DE TRAVAIL

- LES LIEUX DE TRAVAIL DOIVENT ÊTRE ENTRETENUS ET NETTOYÉS ADÉQUATEMENT. L'EMPLOYEUR DOIT S'ASSURER QUE LES MESURES D'ENTRETIEN SONT EFFECTIVEMENT ET CORRECTEMENT APPLIQUÉES.
- ÉLABORER UNE POLITIQUE D'ENTRETIEN DES LIEUX DE TRAVAIL.
- **PRODUITS:**
 - EAU CHAUDE ET SAVON À USAGE DOMESTIQUE.
 - 1 PARTIE EAU DE JAVEL POUR 50 PARTIES D'EAU.
 - LINGETTES DÉSINFECTANTES AVEC ALCOOL
- **FRÉQUENCES:**
 - POUR LES AIRES COMMUNES ET TOILETTES, LAVER MINIMALEMENT AU QUOTIDIEN.
 - POUR LES POSTES DE TRAVAIL ET COMPTOIRS, CES POSTES PEUVENT ÊTRE NETTOYÉS PLUS SOUVENT.



DROITS ET RESPONSABILITÉS DE L'EMPLOYEUR ET DU TRAVAILLEUR

- EN PÉRIODE DE PANDÉMIE, LA PARTICIPATION DES TRAVAILLEURS ET DES EMPLOYEURS EST INDISPENSABLE AFIN D'ATTEINDRE LES OBJECTIFS DE PRÉVENTION DÉTERMINÉS PAR LA LOI SUR LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ DU TRAVAIL (LSST) DANS LE BUT DE PROTÉGER LA SANTÉ, LA SÉCURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE DES TRAVAILLEURS. DANS CE CONTEXTE, LA FORMATION ET L'INFORMATION SUR LES DROITS ET OBLIGATIONS DE CHACUNE DES DEUX PARTIES SERONT D'AUTANT PLUS IMPORTANTES.
- LA LSST STIPULE QUE L'EMPLOYEUR A L'OBLIGATION DE PRENDRE LES MESURES NÉCESSAIRES POUR PROTÉGER ADÉQUATEMENT LES TRAVAILLEURS. CES MESURES SE RAPPORTENT PRINCIPALEMENT À L'AMÉNAGEMENT DES LIEUX DE TRAVAIL, À L'INSTAURATION DE PROCÉDURES SÉCURITAIRES DE TRAVAIL, À LA FOURNITURE D'ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION PERSONNELLE LORSQUE REQUIS ET À LA PARTICIPATION AUX MÉCANISMES DE GESTION EN SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL.
- LE TRAVAILLEUR DOIT QUANT À LUI PRENDRE LES MESURES NÉCESSAIRES POUR PROTÉGER SA SANTÉ, SA SÉCURITÉ ET SON INTÉGRITÉ PHYSIQUE. IL DOIT SE SOUMETTRE AUX EXIGENCES DU PROGRAMME DE PRÉVENTION MIS EN PLACE PAR SON EMPLOYEUR LE CAS ÉCHÉANT ET, AU BESOIN, PORTER LES ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION PERSONNELLE QUI LUI SONT FOURNIS. IL DOIT PARTICIPER AUX MÉCANISMES DE PRISE EN CHARGE MIS EN ŒUVRE PAR L'EMPLOYEUR DANS LE CADRE DES MESURES PRÉVENTIVES INSTAURÉES PAR CE DERNIER.



RÉFÉRENCES

- [HTTPS://WWW.QUEBEC.CA/TOURISME-ET-LOISIRS/ACTIVITES-SPORTIVES-ET-DE-PLEIN-AIR/REPRISE-ACTIVITES-SPORTIVES/](https://www.quebec.ca/tourisme-et-loisirs/activites-sportives-et-de-plein-air/reprise-activites-sportives/)
- [HTTPS://WWW.QUEBEC.CA/SANTE/PROBLÈMES-DE-SANTE/A-Z/CORONAVIRUS-2019](https://www.quebec.ca/sante/problèmes-de-sante/a-z/coronavirus-2019)
- [WWW.PANDEMIEQUEBEC.GOUV.QC.CA](http://www.pandemiequebec.gouv.qc.ca)
- [HTTPS://CAMPSQUEBEC.COM/INF](https://campsquebec.com/inf)
- [HTTPS://WWW.COEURETAVC.CA/ARTICLES/MODIFICATIONS-APPORTEES-A-LA-RCR](https://www.coeuretavc.ca/articles/modifications-apportees-a-la-rcr)
- [WWW.CNESST.GOUV.QC.CA](http://www.cnesst.gouv.qc.ca)
- [WWW.CANOEKAYAKCANADA.CA](http://www.canoe kayakcanada.ca)
- [WWW.CANOEKAYAKQUEBEC.COM](http://www.canoe kayakquebec.com)
- [L'APPLICATION MOBILE MA TROUSSE CNESST](#)



RETOUR SÉCURITAIRE À L'ACTIVITÉ DU CANOË- KAYAK DE VITESSE

OUTIL DE TRAVAIL POUR NOS CLUBS

**PHASE 1, RETOUR À LA PRATIQUE
SPORTIVE LIBRE**

(ATHLÈTE AUTONOME)



PARTICIPANTS ÉLIGIBLE À LA PHASE 1

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- **ATHLÈTE AUTONOME**

- PEUT TRANSPORTER SON MATÉRIEL SEUL
- NE CAUSE PAS DE RISQUE DE CHAVIREMENT
- N'A PAS BESOIN D'ASSISTANCE OU SURVEILLANCE

- **ÂGE DES PARTICIPANTS:**

- DE CATÉGORIE M16 ET PLUS
OU
- ÊTRE IDENTIFIÉ ESPOIR SUR LA LISTE DES MEMBRES
DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC 2019-20

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- L'ACTIVITÉ PEUT ÊTRE PRATiquÉE PAR DES PARTICIPANTS AYANT UNE LIMITATION PHYSIQUE. LES PERSONNES HABITANT SOUS LE MÊME TOIT QUE LA PERSONNE HANDICAPÉE POURRONT OFFRIR UN ACCOMPAGNEMENT AU BESOIN.



AVANT L'ARRIVÉE DES ATHLÈTES...

- S'ASSURER D'AVOIR ENVOYÉ UN MÉMO EXPLICATIF AUX MEMBRES SUR LES PROCÉDURES À SUIVRE.
- AVOIR LES FEUILLES DE CONSENTEMENT. (VOIR ANNEXE)
- ORGANISER UN HORAIRE PROGRESSIF AFIN DE NE PAS ARRIVER EN MÊME TEMPS AU CLUB.
- PROCÉDER AU NETTOYAGE DES INSTALLATIONS QUI SONT DÉDIÉES AUX GROUPES DE PARTICIPANTS.
- S'ASSURER QUE LES STATIONS D'HYGIÈNE SANITAIRE SONT PLACÉES.
- PRÉPARER L'ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ NAUTIQUE.
- OUVRIR SEULEMENT LES PORTES D'ACCÈS NÉCESSAIRES POUR MINIMISER LES CONTACTS MULTIPLES.
- S'ASSURER D'AVOIR UN POSTE DE NETTOYAGE DE BATEAUX AVEC EAU, SAVON ET PAPIERS JETABLES.



L'ARRIVÉE, LE DÉROULEMENT ET L'APRÈS-ACTIVITÉ

- ÊTRE UN ACTEUR DYNAMIQUE DANS LA TRANSMISSION ET LE RAPPEL DES CONSIGNES.
- RÉPONDRE AU QUESTIONNAIRE JOURNALIER.
- PASSAGE OBLIGATOIRE AUX STATIONS DE LAVAGE DES MAINS.
- MAINTENIR UNE ROUTINE DE LAVAGE DES MAINS ENTRE LES ACTIVITÉS.
- RAPPELER LES CONSIGNES QUANT À L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE.
- ASSURER LE MAINTIEN D'UNE DISTANCE SOCIALE (2 MÈTRES)
- AU DÉPART DES MEMBRES, VIDER LES POUBELLES ET REPRENDRE LA ROUTINE DE NETTOYAGE EN VUE DU PROCHAIN GROUPE OU DU PROCHAIN ENTRAÎNEMENT.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DE LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE.

- ÉVITER LES DÉPLACEMENTS À L'INTÉRIEUR DU CLUB.
- LIMITER L'ACCÈS AU HANGAR À BATEAUX.
- LIMITER L'ACCÈS À LA SALLE D'ÉQUIPEMENTS.
- LE MEMBRE DEVRA ARRIVER DÉJÀ CHANGÉ POUR EMBARQUER SUR L'EAU.
- AUCUN REGROUPEMENT N'EST AUTORISÉ SELON LES EXIGENCES DE LA SANTÉ PUBLIQUE.
- GARDER LES GROUPES DE 2 HOMOGÈNES AFIN D'ÉVITER LES CONTACTS AVEC D'AUTRES MEMBRES.
- TOUJOURS GARDER LE 2 MÈTRES DE DISTANCE ENTRE LES PERSONNES (DANS LA BÂTISSE, SUR LE TERRAIN, SUR LES QUAIS ET SUR L'EAU)
- POUR L'INSTANT, UNIQUEMENT LES BATEAUX MONOPLACES PEUVENT ÊTRE UTILISÉS.
- LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ SE DÉROULE INDIVIDUELLEMENT OU EN GROUPE DE 2 MAXIMUM.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DES ENTRAÎNEMENTS (SUITE)

- LES ÉQUIPEMENTS DOIVENT ÊTRE UTILISÉS PAR LA MÊME PERSONNE (BATEAU, PAGAIE, VESTE)
- LE MATÉRIEL DOIT ÊTRE NETTOYÉ APRÈS CHAQUE ENTRAÎNEMENT À LA STATION DE NETTOYAGE IDENTIFIÉE CET EFFET.
- LE MATÉRIEL UTILISÉ NE DEVRAIT PAS QUITTER LES LIEUX DE L'ENTRAÎNEMENT.
- EN CAS D'INCIDENT SUR L'EAU, LE RESPONSABLE DE LA SÉCURITÉ NAUTIQUE DOIT AVOIR EN SA POSSESSION UNE TROUSSE D'URGENCE (VOIR DÉTAILS DE L'INFIRMERIE).
- UN INDIVIDU QUI CHAVIRE NE DEVRAIT PAS AVOIR COMMENCÉ LA PRATIQUE À CETTE PHASE.
- EN CETTE PÉRIODE DE COVID-19, NOUS VOULONS ÉVITER LES CONTACTS ENTRE LES PERSONNES.
- AUCUNE EMBARCATION MOTORISÉE NE PEUT SUIVRE LES CANOËS OU LES KAYAKS À CETTE PHASE.
- UNE EMBARCATION MOTORISÉE STATIONNAIRE DOIT ÊTRE DISPONIBLE EN TOUT TEMPS AU QUAI OU ENCRÉE DANS UN RAYON DE 500 MÈTRES DE LA ZONE DE LA PRATIQUE SPORTIVE POUR UN RATIO DE 12 PARTICIPANTS, EN CAS D'URGENCE.



OBLIGATIONS DU PARTICIPANT

- **DEMANDER AUX PARTICIPANTS**

- DE PORTER OBLIGATOIREMENT UN VFI APPROUVÉ.
- LES PARTICIPANTS DE MOINS DE 18 ANS DOIVENT RESTER DANS UN RAYON DE 500 MÈTRES DE D'UNE EMBARCATION DE SÉCURITÉS
- D'ARRIVER PRÉPARÉS POUR L'ENTRAÎNEMENT (vêtements, équipements, etc).
- DE NE PAS SE CHANGER AU CLUB APRÈS L'ENTRAÎNEMENT.
- DE NE PAS LAISSER SA BOUTEILLE D'EAU SUR LE TERRAIN, LES QUAIS OU À L'INTÉRIEUR DU CLUB.
- DE NE PAS GARDER LES SANDALES ET SOULIERS SUR LES QUAIS.
- DE NE PAS LAISSER SES VÊTEMENTS ET SACS DANS LE CLUB.
- D'AVOIR UN MASQUE SI LA DISTANCIATION N'EST PAS POSSIBLE.
- DE NE PAS SE PRÉSENTER AU CLUB S'IL PRÉSENTE DES SYMPTÔMES COMME UN RHUME OU QU'IL A ÉTÉ EN CONTACT AVEC UNE PERSONNE AYANT DES SYMPTÔMES DU CODID-19.



RETOUR SÉCURITAIRE À L'ACTIVITÉ DU CANOË- KAYAK DE VITESSE

OUTIL DE TRAVAIL POUR NOS CLUBS
**PHASE 2, ENTRAÎNEMENT ENCADRÉ
ET SUPERVISÉ**



PARTICIPANTS ÉLIGIBLE À LA PHASE 2

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- **ATHLÈTE AUTONOME**

- PEUT TRANSPORTER SON MATÉRIEL SEUL
- NE CAUSE PAS DE RISQUE DE CHAVIREMENT

- **ÂGE DES PARTICIPANTS:**

- TOUTES LES CATÉGORIES DU PROGRAMME COMPÉTITIF.

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- L'ACTIVITÉ PEUT ÊTRE PRATiquÉE PAR DES PARTICIPANTS AYANT UNE LIMITATION PHYSIQUE. LES PERSONNES HABITANT SOUS LE MÊME TOIT QUE LA PERSONNE HANDICAPÉE POURRONT OFFRIR UN ACCOMPAGNEMENT AU BESOIN.



AVANT L'ARRIVÉE DES ATHLÈTES...

- S'ASSURER D'AVOIR ENVOYÉ UN MÉMO EXPLICATIF AUX MEMBRES SUR LES PROCÉDURES À SUIVRE.
- AVOIR LES FEUILLES DE CONSENTEMENT. (VOIR ANNEXE)
- ORGANISER UN HORAIRE PROGRESSIF AFIN DE NE PAS ARRIVER EN MÊME TEMPS AU CLUB.
- PROCÉDER AU NETTOYAGE DES INSTALLATIONS QUI SONT DÉDIÉES AUX GROUPES DE PARTICIPANTS.
- S'ASSURER QUE LES STATIONS D'HYGIÈNE SANITAIRE SONT PLACÉES.
- PRÉPARER L'ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ NAUTIQUE.
- OUVRIR SEULEMENT LES PORTES D'ACCÈS NÉCESSAIRES POUR MINIMISER LES CONTACTS MULTIPLES.
- S'ASSURER D'AVOIR UN POSTE DE NETTOYAGE DE BATEAUX AVEC EAU, SAVON ET PAPIERS JETABLES.



L'ARRIVÉE, LE DÉROULEMENT ET L'APRÈS-ACTIVITÉ

- ÊTRE UN ACTEUR DYNAMIQUE DANS LA TRANSMISSION ET LE RAPPEL DES CONSIGNES.
- RÉPONDRE AU QUESTIONNAIRE JOURNALIER.
- PASSAGE OBLIGATOIRE AUX STATIONS DE LAVAGE DES MAINS.
- MAINTENIR UNE ROUTINE DE LAVAGE DES MAINS ENTRE LES ACTIVITÉS.
- RAPPELER LES CONSIGNES QUANT À L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE.
- ASSURER LE MAINTIEN D'UNE DISTANCE SOCIALE (2 MÈTRES)
- AU DÉPART DES MEMBRES, VIDER LES POUBELLES ET REPRENDRE LA ROUTINE DE NETTOYAGE EN VUE DU PROCHAIN GROUPE OU DU PROCHAIN ENTRAÎNEMENT.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DE LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE.

- ÉVITER LES DÉPLACEMENTS À L'INTÉRIEUR DU CLUB.
- LIMITER L'ACCÈS AU HANGAR À BATEAUX.
- LIMITER L'ACCÈS À LA SALLE D'ÉQUIPEMENTS.
- LE MEMBRE DEVRA ARRIVER DÉJÀ CHANGÉ POUR EMBARQUER SUR L'EAU.
- LE REGROUPEMENT EST ACCEPTÉ EN RESPECTANT LA RÈGLE DE DISTANCIATION.
- TOUJOURS GARDER LE 2 MÈTRES DE DISTANCE ENTRE LES PERSONNES (DANS LA BÂTISSE, SUR LE TERRAIN, SUR LES QUAIS ET SUR L'EAU)
- POUR L'INSTANT, UNIQUEMENT LES BATEAUX MONOPLACES PEUVENT ÊTRE UTILISÉS.
- LES DÉPLACEMENTS ENTRE LES RÉGIONS POUR L'ENTRAÎNEMENT N'EST PAS AUTORISÉS À CETTE PHASE.
- LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ PEUT SE DÉROULER EN GROUPE EN RESPECTANT LA DISTANCE DE 2MÈTRES.
- LES RÈGLES DE SÉCURITÉ DE CANOË-KAYAK CANADA S'APPLIQUENT À CETTE PHASE.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DES ENTRAÎNEMENTS (SUITE)

- DANS LA MESURE DU POSSIBLE, LES ÉQUIPEMENTS DOIVENT ÊTRE UTILISÉS PAR LA MÊME PERSONNE (BATEAU, PAGAIE, VESTE)
- LE MATÉRIEL DOIT ÊTRE NETTOYÉ APRÈS CHAQUE ENTRAÎNEMENT À LA STATION DE NETTOYAGE IDENTIFIÉE CET EFFET SI LES ÉQUIPEMENTS SONT PARTAGÉS.
- LE MATÉRIEL UTILISÉ NE DEVRAIT PAS QUITTER LES LIEUX DE L'ENTRAÎNEMENT.
- EN CAS D'INCIDENT SUR L'EAU, LE RESPONSABLE DE LA SÉCURITÉ NAUTIQUE DOIT AVOIR EN SA POSSESSION UNE TROUSSE D'URGENCE (VOIR DÉTAILS DE L'INFIRMERIE).
- EN CETTE PÉRIODE DE COVID-19, NOUS VOULONS ÉVITER LES CONTACTS ENTRE LES PERSONNES.
- L'EMBARCATION MOTORISÉE PEUT SUIVRE LES CANOËS OU LES KAYAKS À CETTE PHASE.
- LES RÈGLES DE SÉCURITÉ DE CANOË-KAYAK CANADA S'APPLIQUENT À CETTE PHASE.



OBLIGATIONS DU PARTICIPANT

- **DEMANDER AUX PARTICIPANTS**

- DE RESPECTER LE CODE DE SÉCURITÉ DE CANOË-KAYAK CANADA.
- D'ARRIVER PRÉPARÉS POUR L'ENTRAÎNEMENT (vêtements, équipements, etc).
- DE NE PAS SE CHANGER AU CLUB APRÈS L'ENTRAÎNEMENT.
- DE NE PAS LAISSER SA BOUTEILLE D'EAU SUR LE TERRAIN, LES QUAIS OU À L'INTÉRIEUR DU CLUB.
- DE NE PAS GARDER LES SANDALES ET SOULIERS SUR LES QUAIS.
- DE NE PAS LAISSER SES VÊTEMENTS ET SACS DANS LE CLUB.
- D'AVOIR UN MASQUE SI LA DISTANCIATION N'EST PAS POSSIBLE.
- DE NE PAS SE PRÉSENTER AU CLUB S'IL PRÉSENTE DES SYMPTÔMES COMME UN RHUME OU QU'IL A ÉTÉ EN CONTACT AVEC UNE PERSONNE AYANT DES SYMPTÔMES DU CODID-19.



RETOUR SÉCURITAIRE À L'ACTIVITÉ DU CANOË- KAYAK DE VITESSE

OUTIL DE TRAVAIL POUR NOS CLUBS
PHASE 3, CAMP DE JOUR ET PROGRAMME
RÉCRÉATIF

22 JUIN 2020



PARTICIPANTS ÉLIGIBLE À LA PHASE 3

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- INDIVIDU NON-AUTONOME

- BESOIN D'ASSISTANCE POUR TRANSPORTER SON MATÉRIEL.
- RISQUE DE CHAVIREMENT.
- BESOIN D'ASSISTANCE POUR SORTIR DE L'EAU.

- **ÂGE DES PARTICIPANTS:**

- TOUTES CATÉGORIES .

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- L'ACTIVITÉ PEUT ÊTRE PRATiquÉE PAR DES PARTICIPANTS AYANT UNE LIMITATION PHYSIQUE.

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- SEUL LES PERSONNES HABITANT SOUS LE MÊME TOIT POURRONT UTILISER LE BATEAU D'ÉQUIPE.



PARTICIPANTS ÉLIGIBLE À LA PHASE 4 BATEAUX D'ÉQUIPE

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- INDIVIDU NON-AUTONOME

- BESOIN D'ASSISTANCE POUR TRANSPORTER SON MATÉRIEL.
- RISQUE DE CHAVIREMENT FAIBLE.
- BESOIN D'ASSISTANCE POUR SORTIR DE L'EAU.

- **ÂGE DES PARTICIPANTS:**

- M14 ET MOINS

- **NIVEAU DES PARTICIPANTS:**

- L'ACTIVITÉ PEUT ÊTRE PRATiquÉE PAR DES PARTICIPANTS AYANT UNE LIMITATION PHYSIQUE.

- **ÉQUIPEMENT PERMIS:**

(RESPECTANT LES RÈGLES DE DISTANCIATION SOCIALE)

- TOUT TYPE DE K-2
- TOUT TYPE DE C-2
- TOUT TYPE DE K-4



AVANT L'ARRIVÉE DES PARTICIPANTS...

- S'ASSURER D'AVOIR ENVOYÉ UN MÉMO EXPLICATIF AUX MEMBRES SUR LES PROCÉDURES À SUIVRE.
- AVOIR LES FEUILLES DE CONSENTEMENT. (VOIR ANNEXE)
- ORGANISER UN HORAIRE PROGRESSIF AFIN DE NE PAS ARRIVER EN MÊME TEMPS AU CLUB.
- PROCÉDER AU NETTOYAGE DES INSTALLATIONS QUI SONT DÉDIÉES AUX GROUPES DE PARTICIPANTS.
- S'ASSURER QUE LES STATIONS D'HYGIÈNE SANITAIRE SONT PLACÉES.
- PRÉPARER L'ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ NAUTIQUE.
- OUVRIR SEULEMENT LES PORTES D'ACCÈS NÉCESSAIRES POUR MINIMISER LES CONTACTS MULTIPLES.
- S'ASSURER D'AVOIR UN POSTE DE NETTOYAGE DE BATEAUX AVEC EAU, SAVON ET PAPIERS JETABLES.



AVANT L'ARRIVÉE DES PARTICIPANTS...

- S'ASSURER D'AVOIR ENVOYÉ UN MÉMO EXPLICATIF AUX MEMBRES SUR LES PROCÉDURES À SUIVRE.
- AVOIR LES FEUILLES DE CONSENTEMENT. (VOIR ANNEXE)
- ORGANISER UN HORAIRE PROGRESSIF AFIN DE NE PAS ARRIVER EN MÊME TEMPS AU CLUB.
- PROCÉDER AU NETTOYAGE DES INSTALLATIONS QUI SONT DÉDIÉES AUX GROUPES DE PARTICIPANTS.
- S'ASSURER QUE LES STATIONS D'HYGIÈNE SANITAIRE SONT PLACÉES.
- PRÉPARER L'ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ NAUTIQUE.
- OUVRIR SEULEMENT LES PORTES D'ACCÈS NÉCESSAIRES POUR MINIMISER LES CONTACTS MULTIPLES.
- S'ASSURER D'AVOIR UN POSTE DE NETTOYAGE DE BATEAUX AVEC EAU, SAVON ET PAPIERS JETABLES.



L'ARRIVÉE, LE DÉROULEMENT ET L'APRÈS-ACTIVITÉ

- ÊTRE UN ACTEUR DYNAMIQUE DANS LA TRANSMISSION ET LE RAPPEL DES CONSIGNES.
- RÉPONDRE AU QUESTIONNAIRE JOURNALIER.
- PASSAGE OBLIGATOIRE AUX STATIONS DE LAVAGE DES MAINS.
- MAINTENIR UNE ROUTINE DE LAVAGE DES MAINS ENTRE LES ACTIVITÉS.
- RAPPELER LES CONSIGNES QUANT À L'HYGIÈNE RESPIRATOIRE.
- ASSURER LE MAINTIEN D'UNE DISTANCE SOCIALE (2 MÈTRES)
- AU DÉPART DES MEMBRES, VIDER LES POUBELLES ET REPRENDRE LA ROUTINE DE NETTOYAGE EN VUE DU PROCHAIN GROUPE OU DU PROCHAIN ENTRAÎNEMENT.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DE LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE.

- ÉVITER LES DÉPLACEMENTS À L'INTÉRIEUR DU CLUB.
- LIMITER L'ACCÈS AU HANGAR À BATEAUX.
- LIMITER L'ACCÈS À LA SALLE D'ÉQUIPEMENTS.
- LE MEMBRE DEVRA ARRIVER DÉJÀ CHANGÉ POUR EMBARQUER SUR L'EAU.
- LE REGROUPEMENT EST ACCEPTÉ EN RESPECTANT LA RÈGLE DE DISTANCIATION.
- TOUJOURS GARDER LE 2 MÈTRES DE DISTANCE ENTRE LES PERSONNES (DANS LA BÂTISSE, SUR LE TERRAIN, SUR LES QUAIS ET SUR L'EAU)
- LA PRATIQUE DES BATEAUX MONOPLACES DEVRAIT ÊTRE FAVORISÉE.
- LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ PEUT SE DÉROULER EN GROUPE EN RESPECTANT LA DISTANCE DE 2MÈTRES.
- LES RÈGLES DE SÉCURITÉ DE CANOË-KAYAK CANADA S'APPLIQUENT À CETTE PHASE.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DE LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE (SUITE)

- DANS LA MESURE DU POSSIBLE, LES ÉQUIPEMENTS DOIVENT ÊTRE UTILISÉS PAR LA MÊME PERSONNE (BATEAU, PAGAIE, VESTE)
- LE MATÉRIEL DOIT ÊTRE NETTOYÉ APRÈS CHAQUE SÉANCE À LA STATION DE NETTOYAGE IDENTIFIÉE À CET EFFET SI LES ÉQUIPEMENTS SONT PARTAGÉS.
- LE MATÉRIEL UTILISÉ NE DEVRAIT PAS QUITTER LES LIEUX DE L'ENTRAÎNEMENT.
- EN CAS D'INCIDENT SUR L'EAU, LE RESPONSABLE DE LA SÉCURITÉ NAUTIQUE DOIT AVOIR EN SA POSSESSION UNE TROUSSE D'URGENCE (VOIR DÉTAILS DE L'INFIRMERIE).
- EN CETTE PÉRIODE DE COVID-19, NOUS VOULONS ÉVITER LES CONTACTS ENTRE LES PERSONNES.
- L'EMBARCATION MOTORISÉE PEU ÊTRE ÉQUIPÉE D'UNE ÉCHELLE ET D'UNE PERCHE AFIN D'ÉVITER LES CONTACTS AVEC LE PARTICIPANT. IL FAUT PRÉVOIR UNE ÉCHELLE AU QUAI SI L'ACCÈS EST DIFFICILE POUR LE PARTICIPANT.
- LES RÈGLES DE SÉCURITÉ DE CANOË-KAYAK CANADA S'APPLIQUENT À CETTE PHASE.



PRÉPARATION ET DÉROULEMENT LORS DE LA PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE POUR LES BATEAUX D'ÉQUIPE

- L'UTILISATION DES BATEAUX D'ÉQUIPE EST INTERDITE POUR DES SÉANCES D'ENTRAÎNEMENT DANS LES ZONES SUIVANTES:
 - GA1, GA2, E1, E2, AN1, AN2, AN3 ET AN4 (CA, PAM, CAL, PAL, CAA, PAA)
- L'UTILISATION DES BATEAUX D'ÉQUIPE DOIT-ÊTRE RÉSERVÉ POUR LE TYPE DE SÉANCE SUIVANT:
 - APPRENTISSAGE ET PERFECTIONNEMENT DU GESTE TECHNIQUE **SANS EFFORT INTENSE.**
 - APPRENTISSAGE ET PERFECTIONNEMENT DES HABILITÉS TECHNIQUES **SANS EFFORT INTENSE.**
 - APPRENTISSAGE ET PERFECTIONNEMENT DU RYTHME ET CADENCE **SANS EFFORT INTENSE.**
- LES PARTICIPANTS DOIVENT ÊTRE LES MÊMES DANS L'EMBARCATION POUR LA DURÉE DE L'APPRENTISSAGE.
- LES PARTICIPANTS NE PEUVENT PAS CHANGER DE PLACE DURANT LA MÊME SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT.
- LES PARTICIPANTS NE PEUVENT PAS SE PARTAGER LES ÉQUIPEMENTS DURANT LA MÊME SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT.
- LE PORT D'UN MASQUE OU VISIÈRE EST INTERDIT LORS DES SÉANCES D'ENTRAÎNEMENT SUR L'EAU.
- LE MATÉRIEL DOIT ÊTRE NETTOYÉ APRÈS CHAQUE SÉANCE À LA STATION DE NETTOYAGE IDENTIFIÉE À CET EFFET.



OBLIGATIONS DU PARTICIPANT

- **DEMANDER AUX PARTICIPANTS**

- D'ARRIVER PRÉPARÉS POUR L'ACTIVITÉ (vêtements, équipements, etc).
- DE NE PAS SE CHANGER À L'INTÉRIEUR DU CLUB APRÈS L'ACTIVITÉ. UTILISER L'ENDROIT ASSIGNÉ.
- DE NE PAS LAISSER SES EFFETS PERSONNELS SUR LE TERRAIN, LES QUAIS OU À L'INTÉRIEUR DU CLUB.
- DE LAISSER SES EFFETS PERSONNEL À L'ENDROIT ASSIGNÉ PAR LE MONITEUR.
- D'AVOIR UN MASQUE DANS SON SAC EN TOUT TEMPS. SI LA DISTANCIATION N'EST PAS POSSIBLE, LE PARTICIPANT DEVRA L'UTILISER.
- DE NE PAS SE PRÉSENTER AU CLUB S'IL PRÉSENTE DES SYMPTÔMES COMME UN RHUME OU QU'IL A ÉTÉ EN CONTACT AVEC UNE PERSONNE AYANT DES SYMPTÔMES DU CODID-19.



QUELQUES RAPPELS...

LE MATÉRIEL

- LES ÉQUIPEMENTS DOIVENT ÊTRE LAVÉS. LA VESTE DE SAUVETAGE DOIT ÊTRE NETTOYÉE AVEC UNE ÉPONGE ET EAU SAVONNEUSE. ELLE DOIT ÊTRE COMPLÈTEMENT SÈCHE AVANT D'ÊTRE RÉUTILISÉE PAR UN AUTRE INDIVIDU.

LE VESTIAIRE ET TOILETTES

- PAR MESURE D'URGENCE, LE VESTIAIRE EST UTILISÉ PAR UNE PERSONNE À LA FOIS.
- LE NETTOYAGE DES VESTIAIRES ET DES TOILETTES SONT RÉALISÉS AUX 4 HEURES.
- D'AVOIR UN MASQUE DANS SON SAC EN TOUT TEMPS. SI LA DISTANCIATION N'EST PAS POSSIBLE, LE PARTICIPANT DEVRA L'UTILISER.



QUELQUES RAPPELS...(SUITE)

LIEU DE RASSEMBLEMENT:

- LES DÎNEURS DU CAMP DE JOUR DOIVENT RESPECTER LE 2 MÈTRES DANS LA SALLE DE REPAS.
- EN CAS DE MAUVAIS TEMPS (ORAGES), LES PARTICIPANTS ET LE PERSONNEL DOIVENT PORTER LE MASQUE DANS LE LIEU DE RASSEMBLEMENT SI LE 2M N'EST PAS RESPECTÉ.
- LE RATIO RECOMMANDÉ POUR LE CAMP DE JOUR EN CANOË-KAYAK DE VITESSE EST DE 1/12.



FORMATION OBLIGATOIRE

FORMATION OBLIGATOIRE POUR LE PERSONNEL AVANT LE DÉBUT DES ACTIVITÉS DU PROGRAMME RÉCRÉATIF ET DU CAMP DE JOUR.

- L'ACQ, EN COLLABORATION AVEC LE MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES (AQLPH), PRÉSENTE 2 CAPSULES DE FORMATION EN CAMPS DE JOUR POUR LES ANIMATEURS ET LES ACCOMPAGNATEURS EN CONTEXTE DE COVID-19.
- TOUS LES ANIMATEURS ET ACCOMPAGNATEURS DEVRONT AVOIR VISIONNÉ LEUR FORMATION RESPECTIVE AVANT LE DÉBUT DE L'OPÉRATION DES CAMPS (CAMPS MEMBRES ET NON MEMBRES). LES GESTIONNAIRES DEVRONT REMPLIR LE FORMULAIRE DISPONIBLE SUR LA PAGE WEB POUR CERTIFIER QUE LEURS ANIMATEURS ET ACCOMPAGNATEURS ONT VISIONNÉ LES FORMATIONS (CAMPS MEMBRES ET NON MEMBRES).
- LIEN VERS LA PAGE : [HTTPS://CAMPSQUEBEC.COM/FORMATION-OBLIGATOIRE-COVID19](https://campsquebec.com/formation-obligatoire-covid19)
- LES CAMPS DE JOUR DOIVENT SUIVRE LES RECOMMANDATIONS VALIDÉES PAR LA DIRECTION GÉNÉRALE DE LA SANTÉ PUBLIQUE INSCRITES AU [GUIDE DE RELANCE DES CAMPS EN CONTEXTE DE COVID-19](#) ET CELLES ÉMISES PAR LES FÉDÉRATIONS SPORTIVES (S'IL S'AGIT D'UN CAMP DE JOUR SPORTIF) OU DES ORGANISMES NATIONAUX DE LOISIR LE CAS ÉCHÉANT.