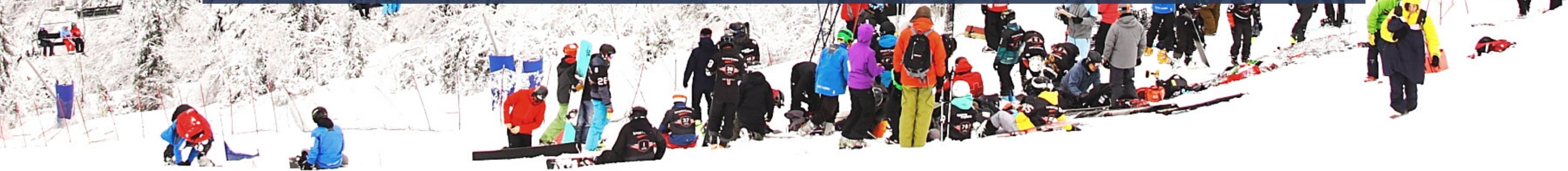


ASSOCIATION QUÉBEC SNOWBOARD - 15 AVRIL 2021

PLAN DE RELANCE

Phase 3- Retour sur neige au Québec





TABLES DES MATIÈRES

PLAN DE RELANCE PHASE 3

- 01- Chaîne décisionnelle
- 02- Mesures et paliers d'alerte
- 05- Distanciation physique
- 06- Mesures d'hygiène et de prévention
- 07- En cas de symptômes sur le lieux de l'activité
- 08- Protocole en cas d'éclosion
- 09- Transport et sécurité
- 10- Récapitulatif PHASE 1
- 11- Récapitulatif PHASE 2
- 12- Retour sur neige au Québec
 - a) Retour à l'entraînement
 - b) La tenue d'événements
- 19- Ressources

CHAÎNE DÉCISIONNELLE

INSTANCES GOUVERNEMENTALES

M. François Legault
Mme Isabelle Charest
Direction de la santé publique
INSPQ - CNESST
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 ET GESTIONNAIRES DE STATIONS DE SKI

Municipales, OBNL, PRIVÉ

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 sur le terrain.

QUÉBEC SNOWBOARD ET L'ASSQ

Établit les procédures spécifiques en lien avec le sport concerné

S'assurent d'outiller leurs membres et leurs partenaires pour l'application des consignes de la Santé Publique

- Pratique Libre
- Compétitions
- Formation

Informe les athlètes, entraîneurs, personnel et administrateurs et bénévoles

INSTANCES LOCALES

Clubs et 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

Athlètes, parents, entraîneurs et 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 ou en attente de test de COVID19

MESURES ET PALIERS D'ALERTE

LOISIRS ET SPORTS Mesures en vigueur à partir du 15 avril 2021

Dernière mise à jour:
15 avril 2021

Les mesures suivantes pour les activités de loisirs et de sports s'appliquent aux régions situées en zone rouge, orange et jaune, ainsi qu'aux régions où les mesures d'urgence s'appliquent.

PALIER D'ALERTE RÉGIONAL EN VIGUEUR ▶	MESURES D'URGENCE	ZONE ROUGE	ZONE ORANGE	ZONE JAUNE
Couvre-feu	20h à 5h Les heures d'ouverture des lieux de pratique, des installations et des infrastructures devront être ajustées afin de permettre à la clientèle et aux employés de respecter le couvre-feu.	21h30 à 5h Les heures d'ouverture des lieux de pratique, des installations et des infrastructures devront être ajustées afin de permettre à la clientèle et aux employés de respecter le couvre-feu. Le couvre-feu est de 20h à 5h à Montréal et à Laval.	21h30 à 5h Les heures d'ouverture des lieux de pratique, des installations et des infrastructures devront être ajustées afin de permettre à la clientèle et aux employés de respecter le couvre-feu.	
Couvre-visage	Un couvre-visage doit être porté par toute personne, de 10 ans et plus, en tout temps et pour la durée complète de toute activité de loisir ou de sport, sauf dans les cas suivants : <ul style="list-style-type: none"> • lorsque les seuls participants à l'activité sont les occupants d'une même résidence privée ou de ce qui en tient lieu; • pour la baignade et les sports nautiques; • lorsque les personnes sont assises à deux mètres ou séparées par une barrière physique; • si les personnes participant à l'activité ne s'approchent jamais à deux mètres les unes des autres; Ces directives ne s'appliquent pas aux activités des élèves dans les cours d'école du primaire, telles qu'exclues antérieurement.			
Population générale	EXTÉRIEUR : Activité sans contact ¹ pratiquée seule, en dyade, avec les occupants d'une même résidence ou en groupe d'un maximum de 8 personnes, plus une personne responsable de la supervision ou de l'encadrement. <ul style="list-style-type: none"> • Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres⁵. • Pas de compétitions ni de spectateurs⁷. INTÉRIEUR : Les activités sportives et récréatives intérieures sont interdites.	EXTÉRIEUR : Activité sans contact ¹ pratiquée seule, en dyade, avec les occupants d'une même résidence ou en groupe d'un maximum de 8 personnes, plus une personne responsable de la supervision ou de l'encadrement. INTÉRIEUR² : Les activités sportives et récréatives intérieures sont interdites sauf pour les patinoires, les piscines et les lieux pour jouer au tennis ou au badminton (pour la pratique de ces sports seulement, en simple, supervision obligatoire dans ces lieux). Activité sans contact ¹ pratiquée seule, en dyade ou avec les occupants d'une même résidence. Les cours ou entraînements en individuel ou avec les occupants d'une même résidence sont permis. Les propriétaires et gestionnaires d'installations sportives et récréatives doivent déterminer et indiquer la capacité d'accueil maximale d'usagers permis au même moment dans leurs installations ³ . INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR : <ul style="list-style-type: none"> • Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres⁵. • Pas de compétitions ni de spectateurs⁷. • Vestiaires fermés, à l'exception des activités aquatiques⁸; installations sanitaires ouvertes 	EXTÉRIEUR : Activité sans contact ¹ pratiquée seule, en dyade, avec les occupants d'une même résidence ou en groupe d'un maximum de 12 personnes, plus une personne responsable de la supervision ou de l'encadrement. INTÉRIEUR² : Activité sans contact ¹ pratiquée seule, en dyade, avec les occupants d'une même résidence ou en groupe d'un maximum de 12 personnes, plus une personne responsable de la supervision ou de l'encadrement. Les propriétaires et gestionnaires d'installations sportives et récréatives, incluant les salles d'entraînement de type « gyms », doivent déterminer et indiquer la capacité d'accueil maximale d'usagers permis au même moment dans leurs installations ³ . Les salles d'entraînement de type « gyms » le port du masque d'intervention ou du couvre-visage est obligatoire en tout temps. La tenue d'un registre est obligatoire dans les « gyms ». INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR : <ul style="list-style-type: none"> • Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres⁵. • Pas de compétitions ni de spectateurs⁷. • Registre obligatoire dans les salles d'entraînement⁴. • Vestiaires fermés, à l'exception des activités aquatiques⁸; installations sanitaires ouvertes 	EXTÉRIEUR : Activité pratiquée seule, en dyade, avec les occupants d'une même résidence ou en groupe d'un maximum de 12 personnes, plus une personne responsable de la supervision ou de l'encadrement : <ul style="list-style-type: none"> • Pratique avec contacts étroits⁶ de courte durée et peu fréquents permise INTÉRIEUR² : Activité sans contact ¹ pratiquée seule, en dyade, avec les occupants de deux résidences ou en groupe d'un maximum de 12 personnes, plus une personne responsable de la supervision ou de l'encadrement. Pour les groupes, l'encadrement est obligatoire ⁴ . Les propriétaires et gestionnaires d'installations sportives et récréatives, incluant les salles d'entraînement de type « gyms », doivent déterminer et indiquer la capacité d'accueil maximale d'usagers permis au même moment dans leurs installations ³ : <ul style="list-style-type: none"> • Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres⁵ • Lieux ouverts pour la pratique de jeux de quilles, de fléchettes, de billard ou d'autres jeux de même nature INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR : <ul style="list-style-type: none"> • Pas de compétitions ni de spectateurs⁷ • Registre obligatoire dans les salles d'entraînement⁴ • Mises en situation de compétition lors d'entraînement permises • Les vestiaires peuvent ouvrir dans le respect des mesures sanitaires⁹
Écoles primaires et secondaires	En vigueur maintenant, aucune activité en présentiel incluant les projets pédagogiques particuliers (ex. : Sport-études, Art-études, concentration).	Cours d'éducation physique et projets pédagogiques particuliers (ex. : Sport-études, Art-études, concentration) maintenus. Activités parascolaires suspendues, à partir du 12 avril 2021.	Cours d'éducation physique et projets pédagogiques particuliers (ex. : Sport-études, Art-études, concentration) maintenus. Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable seulement à partir du 12 avril 2021. (ex. : avant les cours, sur l'heure du dîner et à la fin des cours): <ul style="list-style-type: none"> • Pas de compétitions ni de spectateurs⁷ • Possible de rendre accessibles les vestiaires pour les élèves concernés 	Cours d'éducation physique et projets pédagogiques particuliers (ex. : Sport-études, Art-études, concentration) maintenus. EXTÉRIEUR : Activité parascolaire pratiquée en groupe-classe stable ou avec un maximum de 12 élèves (intra école, pouvant provenir de différents groupes-classes stables): <ul style="list-style-type: none"> • Pratique avec contacts étroits⁶ de courte durée et peu fréquents permise INTÉRIEUR² : Activité sans contact ¹ pratiquée en groupe-classe stable ou avec un maximum de 12 élèves (intra école, pouvant provenir de différents groupes-classes stables): <ul style="list-style-type: none"> • Pratique adaptée pour respecter la distanciation physique de 2 mètres entre les groupes-classes stables⁵ INTÉRIEUR ET EXTÉRIEUR : <ul style="list-style-type: none"> • Pas de compétitions ni de spectateurs⁷ • Mises en situation de compétition lors d'entraînement permises • Les vestiaires peuvent ouvrir dans le respect des mesures sanitaires⁹

¹ La distanciation physique de deux mètres doit être respectée en tout temps, et ce, tant avant, pendant et après la pratique d'une activité sportive ou de loisir (ex. : éviter tout rassemblement inhérent à la pratique).

² Une supervision du lieu de pratique doit être assurée en tout temps par minimalement une personne. Cette personne doit être présente sur le plateau d'activité ou site sportif (dont les entrées et sorties sont distinctes et leurs accès bien contrôlés). Elle doit être employée par le propriétaire de l'installation ou désignée par celui-ci.

³ La capacité d'accueil est restreinte, de façon à permettre une distanciation en tout temps et tout lieu (gestion des atournements, contrôle de l'achalandage (réservation, horaires décalés, etc.)). Celle-ci doit viser à réduire au maximum la possibilité de contacts entre les usagers. Vestiaires fermés (sauf pour les piscines) et accès limité aux aires communes (sauf pour la circulation).

⁴ L'encadrement est assuré par une personne désignée par l'organisation qui dispense l'activité. Cette personne est responsable d'assurer le respect des mesures et consignes sanitaires en vigueur. 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, le cas échéant.

⁵ La pratique de certaines activités devra être adaptée pour respecter la distanciation physique de deux mètres. Si de telles adaptations ne sont pas possibles, la pratique de ces activités ne devrait pas être autorisée.

⁶ L'assistance rapprochée n'est pas autorisée, sauf pour les membres d'une même résidence privée.

⁷ Il est possible d'autoriser un accompagnateur, lorsque nécessaire (ex. le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'une personne avec un handicap). Celui-ci devra alors être comptabilisé dans le nombre de personnes maximal permis par groupe.

⁸ Autant que possible, la distanciation physique doit être respectée lors de la pratique d'activités physiques ou sportives. Les contacts ou rapprochements de courte durée 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 la présence de contacts prolongés entre les participants.

⁹ Leur accès doit être contrôlé et le nombre de personnes présentes doit être limité afin de respecter une distanciation physique de deux mètres en tout temps entre les personnes ne résidant pas à la même adresse.

MESURES ET PALIERS D'ALERTE

LOISIRS ET SPORTS Mesures en vigueur à partir du 8 avril 2021

Les mesures suivantes pour les activités de loisirs et de sports s'appliquent aux régions situées en zone rouge, orange et jaune, ainsi qu'aux régions où les mesures d'urgence s'appliquent.

PALIER D'ALERTE RÉGIONAL EN VIGUEUR ▶	MESURES D'URGENCE	ZONE ROUGE	ZONE ORANGE	ZONE JAUNE
Formation	Les formations d'intervenants responsables d'assurer l'encadrement des participants sont autorisées (ex.: sauveteurs, patrouilleurs de ski, entraîneurs, officiels etc.). Le déroulement des formations doit permettre l'application stricte des mesures de distanciation et le respect strict des protocoles élaborés.			
Accompagnement des personnes ayant un handicap ou à besoin particulier	Une personne ayant un handicap (ou autre clientèle vulnérable) peut être accompagné au besoin pour pratiquer pour pratiquer une activité. Il est proposé que l'accompagnateur soit une personne qui habite sous le même toit. S'il s'avérait impossible, il est alors 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.			
Spectateurs	Il est possible d'autoriser un accompagnateur, lorsque nécessaire (ex. : le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'une personne ayant un handicap).			
Groupe classe stable	Le nombre de participants peut dépasser la limite permise lorsque le nombre de jeunes dans la classe est plus grand.			

MESURES

AVANT DE PRATIQUER UNE ACTIVITÉ (ENTRAÎNEMENT OU COMPÉTITION)



Surveiller les symptômes (toux, fièvre etc.) La collaboration des parents est nécessaire.



Les participants symptomatiques se feront tester et resteront à la maison.



Nombre réduit de personnes afin d'assurer une distance de 2 mètres. Ce nombre doit respecter les normes ministérielles en place.

DISTANCIATION PHYSIQUE

EN TOUT TEMPS JE RESPECTE LA DISTANCIATION PHYSIQUE DE 2 MÈTRES

Je respecte les consignes gouvernementales ainsi que la carte des paliers d'alerte par région.

Si vous répondez OUI à une des affirmations ci-dessous, restez à la maison

SYMPTÔMES

Je présente ou j'ai été en contact avec quelqu'un présentant des symptômes de la COVID-19

- Je répons au questionnaire d'autodéclaration
- Je suis les directives du centre de dépistage
- Je ne participe pas aux événements/entraînements, je vais me faire tester et je demeure à la maison en attente de mes résultats

CONTACT

J'ai été en contact avec une personne déclarée positive à la COVID-19

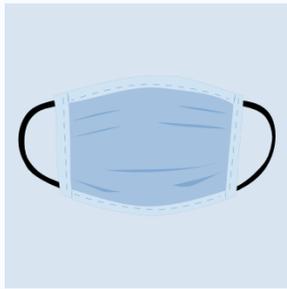
- Je ne participe pas aux événements/entraînements, je vais me faire tester et je demeure à la maison en attente de mon résultat

PROBLÈMES DE SANTE

J'ai des problèmes de santé (maladie chronique ou autres) et selon les recommandations de mon médecin

- Je ne participe pas aux événements/entraînements et je reste à la maison

MESURES D'HYGIÈNES ET DE PRÉVENTION



Le port du masque est obligatoire dans les lieux publics intérieurs (pour toutes les personnes âgées de 10 ans et plus) et obligatoire dans les remontées mécaniques



Se laver les mains souvent avec du savon ou gel (20 secondes)



Eternuez et tousssez dans votre coude



Désinfectez les équipements utilisés (air bag, trampoline, cônes, échelles d'agilité, élastiques, poids, altères etc.)



Avoir une station sanitaire sur le lieu de l'activité



Interdiction de partager du matériel comme les bouteilles d'eau

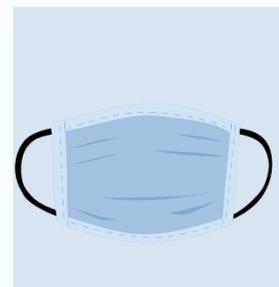


Respecter le nombre de personnes autorisées selon la région

EN CAS DE SYMPTÔMES

SUR LES LIEUX DE L'ACTIVITÉ

SE RÉFÉRER AU PROTOCOLE EN CAS D'ÉCLOSION (PAGE 7)



Isoler l'individu et lui faire porter un masque de protection



L'envoyer se faire dépister dans un centre de dépistage COVID-19



L'athlète ou le membre du personnel ne peut pas revenir avant d'avoir été testé et un résultat négatif sera exigé avant que la poursuite de l'entraînement ne soit autorisée.

PROTOCOLE EN CAS D'ECLOSION

Si une personne présente des symptômes de la COVID-19, voici les étapes qui doivent être suivies:

- Garder son calme et ne pas alerter immédiatement les personnes sur place qui pourraient être infectées
- La personne doit être retirée du groupe d'entraînement et isolée dans un endroit prédéterminé.
- L'activité en cours sera immédiatement suspendue
- La personne possiblement infectée doit aller se faire tester ainsi que tous les autres membres du groupe
- Informer les autorités de la santé publique locale
- Si une autre personne développe des symptômes, la diriger vers un centre de test

L'entraînement pourra reprendre aux conditions suivantes :

- Tous les membres ont été testés négatif à la COVID-19
- Si vous avez été en contact avec un cas confirmé, vous devez rester en auto-isolement pour une période de 14 jours suivant le dernier contact avec ladite personne malgré votre résultat négatif

TRANSPORT ET SÉCURITÉ

TRANSPORT

Toute personne est fortement encouragée à se rendre sur les lieux de l'entraînement par ses propres moyens privés et devrait éviter d'utiliser le transport en commun. Les transports ne devraient être réalisés qu'avec des personnes habitant sous le même toit. Si les athlètes ne conduisent pas eux-mêmes, ils doivent être déposés à l'extérieur de l'établissement. Les parents doivent être rejoignables en tout temps et disposés à venir chercher leur enfant.

SECURITE

Toutes les interactions entre un athlète et une personne en position de confiance doivent se dérouler dans des environnements ouverts et observables en tout temps. Cela signifie faire des efforts significatifs et concertés pour éviter qu'un entraîneur, un officiel, un adulte ou un autre représentant se retrouve seul avec un athlète et/ou une personne vulnérable.

Cela s'applique également à la communication en ligne ou électronique (courrier électronique, textos, facebook, TEAM, Zoom etc). Toutes les rencontres, formations, entraînements, déplacements et autres devraient être réalisés avec un minimum 3 personnes.

RÉCAPITULATIF PHASE 1

BONNES PRATIQUES -CLUBS

- Faire le suivi des symptômes: auto-déclaration de tous les participants AVANT chaque entraînement: entraîneurs, bénévoles, athlètes
- Assurez-vous de bien communiquer les règles sanitaires
- Assurez-vous d'avoir les autorisations pour utiliser les sites d'entraînement
- Une station d'hygiène est accessible
- Le club a mis en place un plan d'urgence adapté à la situation

BONNES PRATIQUES -ENTRAÎNEURS

- Si vous avez des symptômes grippaux, avisez votre club. Allez vous faire tester et restez à la maison
- Prendre connaissance des règles d'hygiène
- Distanciation de 2 mètres en tout temps et le port du masque lorsque nécessaire
- Assurez-vous que les règles de distanciation sont respectées par tous durant l'entraînement
- Désinfecter votre matériel pour le prochain entraînement
- Lavez vos vêtements en arrivant à la maison et lavez vos mains
- Assurez-vous que les participants aient répondu au formulaire d'auto-déclaration
- Lavez-vous les mains avant et après l'entraînement

BONNES PRATIQUES- ATHLÈTES

- Si vous avez des symptômes grippaux, allez vous faire tester et restez à la maison
- Arrivez 15 minutes avant l'entraînement
- Prendre connaissance des règles d'hygiène et consignes des installations intérieures et extérieures
- Répondre au questionnaire d'auto-déclaration AVANT l'entraînement
- Distanciation de 2 mètres en tout temps
- Ne pas partager d'équipement ou de bouteilles
- Lavez-vous les mains avant et après l'entraînement (Apportez votre propre solution-gel pour les mains)
- Lavez vos vêtements en arrivant à la maison et lavez vos mains
- Quittez immédiatement après l'entraînement

BONNES PRATIQUES-PARENTS

- Si votre enfant ou un membre de votre famille présente des symptômes, allez vous faire tester et restez à la maison.
- Arrivez 15 minutes avant l'entraînement et évitez le covoiturage
- Distanciation de 2 mètres en tout temps (avec les autres parents/enfants)
- Récupérez votre enfant immédiatement après l'entraînement
- Respectez les consignes de votre club
- Au retour, limitez les contacts avec votre enfant avant qu'il/elle ait pris une douche.

RÉCAPITULATIF PHASE 2

AVANT LE VOYAGE

- Deux semaines avant le départ, revenir à des mesures de confinement et distanciation sociale plus stricte
- Aller se faire tester et surveiller les symptômes possibles
- S'informer des restrictions dans le pays de destination et respecter les consignes des autorités locales
- Planifier votre trousse de voyage pour votre sécurité et celle des autres (masques chirurgicaux, gel désinfectant)
- Préparer son plan de retour au Canada afin de respecter les 14 jours d'auto-isolément
- Si vous ressentez des symptômes de la COVID-19, ne pas voyager, allez vous faire tester et restez à la maison!

PENDANT LE VOYAGE

- Obligation de porter son masque dans les transports, endroits clos, remontés mécaniques et lorsque la distanciation sociale de 2m n'est pas possible
- S'informer avant son départ des mesures en place dans les aéroports et les lignes aériennes
- Une personne par lit maximum
- Chaque athlète/entraîneur est responsable d'assurer la désinfection de sa zone: siège, matériel etc.
- Minimiser le temps passé dans le chalet ou dans les endroits restreints (distanciation sociale de 2 mètres est de mise en tout temps)
- Arriver à l'entraînement déjà équipé

APRÈS LE VOYAGE

- Effectuer un auto-isolément de 14 jours en suivant les consignes gouvernementales
- Surveiller les symptômes (toux, fièvre etc.)
Nous recommandons d'aller se faire tester le plus rapidement possible

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

RETOUR À L'ENTRAÎNEMENT

-CLUBS-

CONCEPT DE BULLE D'ENTRAÎNEMENT

Il est important de tout mettre en oeuvre pour réduire les risques de propagation du coronavirus. Pour ce faire, nous recommandons que chaque club crée des bulles d'entraînement pour que les intervenants travaillent avec le même groupe d'athlètes, en créant une bulle sécuritaire comme suit:

- Le même groupe d'athlètes
- Les mêmes intervenants
- La même montagne

SOUS-BULLE (REMONTEES MECANIQUES)

Des bulles sous-groupes seront créés pour l'accès aux remontées mécaniques. Chaque bulle sous-groupe devra être composée d'athlètes provenant d'un palier d'alerte de même niveau (vert, jaune, orange ou rouge). Bien connaître le protocole de la station visitée en fonction du palier d'alerte.

[Consignes sanitaires de l'ASSQ.](#)

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

RETOUR À L'ENTRAÎNEMENT

-CLUBS-

DEFINITION DES RÔLES

Une personne responsable par "bulle d'entraînement" doit être nommée et formée pour faire le suivi des mesures sanitaires mises en place. Ces principales tâches seront:

- D'accueillir les personnes
- S'assurer que l'auto-déclaration est complétée à chaque jour d'entraînement
- Veiller au respect de la distanciation physique de 2m
- Assurer la gestion sécuritaire des groupes d'entraînement

COMMUNICATIONS

La gestion des communications est des plus importante en temps de pandémie. Les informations en lien avec les diverses mesures COVID-19 devront être diffusées et bien comprises de la part du personnel, des partenaires, des athlètes, des parents, des officiels et autres collaborateurs.

DEPLACEMENTS ENTRE REGIONS

Les activités locales ou à proximité sont privilégiées. Les déplacements entre les régions sont autorisés, mais les arrêts non essentiels doivent être minimisés et doivent permettre de se rendre directement au lieu de pratique sportive. Une fois rendu, il importe de respecter les consignes de santé publique.

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

RETOUR À L'ENTRAÎNEMENT

-CLUBS-

CONSEILS INSCRIPTIONS

- Prévoir un protocole de pré-inscription et les procédures de votre club. Chaque athlète, entraîneur, officiel, bénévole ou personnel impliqué devra avoir fait l'achat de sa carte de membre de l'AQS valide pour la saison 2020-2021 (EN LIGNE) qui inclut le formulaire de reconnaissance des risques.
- Les inscriptions et le paiement en ligne sont encouragés. Les échanges de papier sont limités au maximum

CONSEILS GESTION DE L'ENTRAÎNEMENT

- Tenir un registre de présence pour chaque entraînement
- Faire signer l'auto-déclaration avant chaque entraînement
- Elaborer un plan pour le retour à l'entraînement
- Prévoir organiser une séance d'information virtuelle pour présenter le plan de retour aux parents, athlètes et entraîneurs pour les informer des procédures et responsabilités de chacun, avant, pendant et après l'entraînement
- Québec Snowboard pourrait intervenir directement auprès des clubs si les règles de sécurité n'étaient pas respectées.

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

RETOUR À L'ENTRAÎNEMENT-CLUBS

MESURES EN VIGUEUR À PARTIR DU 8 AVRIL 2021

MESURES D'URGENCE

- Les entraînements à l'extérieur en privé ou en groupe de 8 personnes maximum plus un entraîneur sont autorisés. Le port du masque est obligatoire en tout temps (10 ans et +) sauf si la distanciation de 2 mètres est possible.
- Les activités sportives intérieures sont interdites (les gyms sont fermés)
- Sport-Etudes: Aucune activité en présentiel

ZONE ROUGE

- Les entraînements à l'extérieur en privé ou en groupe de 8 personnes maximum plus un entraîneur sont autorisés. Le port du masque est obligatoire en tout temps (10 ans et+) sauf si la distanciation de 2 mètres est possible.
- Les activités sportives intérieures sont interdites (sauf, patinoire, piscine, tennis et badmington)
- Les programmes Sport-Etudes et les concentrations se poursuivent (sans gym)

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

RETOUR À L'ENTRAÎNEMENT-CLUBS

MESURES EN VIGUEUR À PARTIR DU 8 AVRIL 2021

ZONE ORANGE

- Les entraînements à l'extérieur en privé ou en groupe de 12 personnes maximum plus un entraîneur sont autorisés. Le ratio d'entraîneur demeure 1 pour 8 athlètes
- Les plateaux sportifs intérieurs sont ouverts (incluant gym). Les entraînements **en individuel ou avec les occupants d'une même résidence sont permis.**
- **Dans les gyms, le port du masque est obligatoire en tout temps**
- Les programmes Sport-Etudes et les concentrations peuvent poursuivre

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

LA TENUE D'ÉVÉNEMENTS

- Les inscriptions aux événements seront en ligne uniquement (aucune inscription sur place)
- Le nombre de participants sera limité selon les normes gouvernementales
- L'avis de course fournira toutes les informations sur le déroulement de la compétition ainsi que les mesures spécifiques de la montagne visitée (vous trouverez toute l'information dans la section AVIS DE COURSE de notre site internet)
- Un dossard sera remis à chaque athlète pour la saison
- Les rencontres d'entraîneurs (TC meeting) se feront de manière virtuelle
- Toutes les autres rencontres devront prioriser une approche virtuelle. Lorsque c'est impossible, les rencontres devront avoir lieu à l'extérieur en respectant la distanciation physique de 2m
- La zone de départ sera limitée à un nombre restreint d'athlètes pour respecter la distanciation sociale de 2m
- Un horaire pré déterminé sera distribué à chaque club et affiché dans l'avis de course afin de respecter des plages horaires dans la zone de départ

RETOUR SUR NEIGE AU QUÉBEC

LA TENUE D'ÉVÉNEMENTS

- Les bénévoles, les officiels et les juges recevront une formation spécifique afin de respecter les mesures sanitaires en place lors du déroulement de l'événement
- Une attention particulière sera amenée aux zones de départ et d'arrivée
- La remise des médailles se fera en respectant la distanciation physique. Le port du masque/couvre visage sera obligatoire. Aucun "high five" ou accolade ne sera permis.
- Le port du masque/couvre visage sera obligatoire dans le chalet ou en tout endroit fermé où la distanciation de 2m est impossible (remontées mécaniques, portillon de départ)
- Les athlètes et tout le personnel de compétition devront suivre rigoureusement les mesures mises en place par les stations hôtes
- Des marqueurs de distanciation seront visibles dans la zone de départ, zone d'arrivée ainsi qu'au secrétariat de course
- Aucun panneau d'affichage (les résultats seront diffusés sur live timing)

GOUVERNEMENT DU QUEBEC

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>

TROUSSE D'OUTILS DE LA CNESST

<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/outils-secteur-loisir-sport-plein-air.aspx>

INSTITUT NATIONAL DE LA SANTE PUBLIQUE DU QUEBEC

<https://www.inspq.qc.ca/covid-19/environnement/nettoyage-surfaces>

SPORT'AIDE

<https://sportaide.ca/besoin-daide/>

GOUVERNEMENT DU CANADA

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19.html>

FOIRES AUX QUESTIONS

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/reponses-questions-coronavirus-covid19/questions-et-reponses-rassemblements-activites-covid-19/#c58763>

INSTITUT NATIONAL DE LA SANTE PUBLIQUE

<https://www.inspq.qc.ca/>

ASSOCIATION DES STATIONS DE SKI DU QUEBEC (ASSQ)

<https://maneige.ski/>

RESSOURCES

QUELQUES LIENS
UTILÉS POUR RESTER
INFORMÉ SUR
L'ÉVOLUTION DE LA
SITUATION



Ressources

Nous vous invitons à consulter notre page [Mise à jour COVID19](#) afin de rester informé.

Vous pouvez également vous référer au [plan de relance PHASE 1](#) ou au [plan de relance PHASE 2](#).

Merci à toute la communauté du snowboard de respecter les règles et mesures afin que notre saison sur neige soit exceptionnelle!