

PROTOCOLE DE LA PHASE 4 « MASQUE »

Échéancier :

Applicable lorsque toutes ses conditions sont exigées par la Direction de la santé publique:

1. Les activités intérieures sont reprises su certaines conditions.
2. Les cours de judo sont autorisées pour les judokas de 17 ans et moins, les groupes sport-études, , les cours parents-enfants, les membres de l'Alliance Sport-études, les entrainements privés à deux et les entrainements entre occupants d'une même résidence.

Conditions sanitaires:

- Port du masque:
 - entrainements sport-études: port du masque en tout temps
 - entrainements en clubs: port pour les 10 ans et plus. Peut être retiré lors d'exercices intenses, ou lorsque la sécurité est en jeu.
- Maximum 25 personnes par plateau d'entrainement incluant les entraîneurs.
- Aucune compétition n'est permise.
- Les vestiaires doivent être utilisés à 50% de leur capacité.
- Spectateurs permis avec couvre-visage, distanciation et 50% de la capacité.



Responsabilités de l'entraîneur et du club

En amont :

- Déterminer au préalable un coordonnateur de l'épidémie, qui pourrait être communément appelé un « Horacio », autre que l'entraîneur, qui aura pour mandat de faire respecter toutes les consignes. (voir [ANNEXE-3](#) pour la liste de ses responsabilités).
- Suivre la procédure d'éclosion ([ANNEXE-3](#)) dans les cas où :
 - Un de vos pratiquants présentent des symptômes pendant l'entrainement.
 - Ou
 - Un de vos pratiquants ayant pris part à 1 de vos entrainements est soupçonné ou est confirmé d'avoir attrapé la covid-19.
- Planifier un horaire d'entrainement qui évite le croisement des groupes et qui permet de se rendre à la zone d'entrainement à temps. Par exemple, pour une séance théorique d'une heure, Il faut compter :
 - Un minimum de 5 minutes de la zone d'accueil jusqu'au démarrage de la séance.
 - 45 minutes de séance.
 - Un minimum de 5 minutes de la fin de séance pour se rendre jusqu'à la zone d'accueil.
 - Prévoir un minimum de 15 minutes entre les séances afin d'éviter que les différents groupes se croisent

PHASE-4

À l'accueil du dojo :

- Mise en place d'un poste d'accueil à l'entrée du dojo, tenu par une personne adulte désignée par le club, portant un masque et des gants jetables.
- Lavage des mains et des pieds à l'aide du distributeur de gel hydro-alcoolique positionné à l'accueil.
- Fournir une poubelle pour les mouchoirs en papier jetables et les détritrus.
- Vérifier le port du masque.
- Noter les présences des participants.
- Vérifier et récupérer à tous les débuts d'entraînements le questionnaire sur la santé du pratiquant ([ANNEXE-2](#)), OU poser verbalement toutes les questions du formulaire à chaque participant et remplir le formulaire papier pour le participant.
- Vérifier et récupérer 1 fois lors de la première séance d'entraînement formulaire de consentement de participation aux activités dirigées ([ANNEXE-1](#)).
- Informer les accompagnants (max. 1 / athlète) des heures de départ et de retour.

Après les entrainements :

- Un nettoyage/désinfection du tatami et du matériel utilisé doit être réalisé 1 fois par jour

Mesures sanitaires

AVANT de se rendre au dojo

- S'assurer que son équipement de judo a bien été lavé (tenue de pratique, judogi, ...).
- S'assurer d'avoir son masque sauf pour les enfants de 4e année du primaire et moins.
- Avoir les mains propres et les ongles correctement coupés.
- Être allé aux toilettes.
- Évitez autant que possible les transports en commun.
- Portez un masque lors de son entrée dans le bâtiment où réside le dojo.
- Prendre un sac (de moyen ou grand volume) à l'intérieur duquel doivent figurer des mouchoirs jetables non utilisés, une lotion hydro-alcoolique, une bouteille d'eau et une fiche comprenant les coordonnées de l'accompagnant pouvant être joint en cas de problème durant la séance.

PENDANT la séance

- Pour les pratiquants, porter le masque pendant l'entraînement
- La séance conduite par l'enseignant est une séance adaptée au respect des consignes sanitaires.
- Le port du masque et lunettes protectrices est obligatoire en tout temps pour les entraîneurs.
- Les pratiquants quittent la zone en respectant la distance sanitaire requise.
- Le partage d'équipement est permis entre les utilisateurs mais il doit être désinfecté entre les entraînements.
- L'accompagnant d'un enfant de 10 ans et moins peut rester sur les lieux s'il peut demeurer à plus de 1.5 mètres des autres.
- À la fin de l'entraînement,
 - ° le pratiquant se masse les mains et les pieds avec du gel hydro-alcoolique avant de

APRÈS l'entraînement

- Tout accompagnant doit arriver sur le lieu de l'activité 5 minutes avant la fin de la session, et attendre à un endroit désigné tout en respectant la distance de sécurité avec les autres accompagnants.
- Le pratiquant devra prendre sa douche dès son arrivée au domicile.
- Il devra mettre ses vêtements sportifs et judogis au lavage.
- Laver sa bouteille d'eau.
- Réapprovisionner son kit sanitaire (gel hydro-alcoolique et mouchoirs).