



ANNEXE 1 – AIDE MÉMOIRE POUR LES PARTICIPANTS AU CENTRE UNISPORT

Le protocole de fonctionnement et les mesures de prévention qui s’y rattachent seront déployés avant, pendant et après la période d’entraînement. L’application rigoureuse de ce protocole peut être déployée à tout autre lieu d’entraînement. **Lors de cette phase, l’entraînement de 12 patineurs à la fois est permis et les sous-groupes demeurent les mêmes pour la durée de cette phase.**

- AVANT LA REPRISE:
 - Vérifier que son **adhésion est en règle à Patinage Canada**;
 - Remplir et la **Déclaration de reconnaissance de risques**.

- AVANT LA PRATIQUE, CHAQUE JOUR :
 - Remplir la **Déclaration de santé**

- TRANSPORT
 - Suivre les directives de la santé publique pour l’utilisation du transport en commun ou du co-voiturage;
 - Si le conducteur n’est pas le patineur, il devra rester à l’extérieur de l’aréna **ou** revenir chercher le patineur à la fin de la pratique;
 - Aucun spectateur ne sera toléré à l’intérieur du lieu d’entraînement à moins que le propriétaire de l’infrastructure autorise un certain nombre de participants.

- EXERCICES HORS GLACE : ÉCHAUFFEMENT
 - Exercices d’échauffement faits à l’extérieur de l’aréna en respectant la distanciation;
 - En cas de pluie, les athlètes feront leurs exercices d’échauffement à la maison.

- ARRIVÉE ET DÉPART DE L’ARÉNA
 - À compter du **18 juillet 2020**, le port du masque sera obligatoire pour tous pour circuler dans l’aréna. Seuls les athlètes pourront retirer leur masque lors de leur entraînement sur la glace. Les entraîneurs doivent le garder en tout temps. Référence lien [santé publique](#)
 - Respecter la signalisation extérieure et intérieure pour chacune des glaces et des portes;
 - Respecter et maintenir la distanciation;
 - Les athlètes doivent utiliser le distributeur de solution hydroalcoolique à 60 % présent à chaque entrée, à l’arrivée et au départ ainsi que lors d’une sortie temporaire;



- Chaque athlète arrive avec son sac d'effets personnels et le dépose à l'endroit désigné en respectant la distanciation;
- Les athlètes arriveront habillés et coiffés, prêts pour l'entraînement et chausseront/enlèveront leurs patins à l'endroit désigné.

- FONCTIONNEMENT PENDANT LA PRATIQUE
 - Les sous-groupes d'entraînement demeureront les mêmes;
 - Les entraînements pour les patineurs qui ne demeurent pas à la même adresse pourront se faire côte à côte ou en miroir, en respectant une distanciation de 2 m;
 - Pour les patineurs qui demeurent à la même adresse, la distanciation ne s'applique pas;
 - Les patineurs se tiendront à 2 m de la bande, en tout temps, lorsqu'ils recevront les recommandations de leur entraîneur;
 - Si les premiers soins doivent être offerts, le port du masque est obligatoire pour l'entraîneur

- FIN DE LA PRATIQUE
 - Aucun exercice de retour au calme ne sera effectué dans l'aréna;
 - Les athlètes devront quitter immédiatement après les entraînements en utilisant la porte dédiée à la sortie de chacune des glaces de pratique.

- RAPPEL IMPORTANT
 - a. EN CAS DE SYMPTÔMES

Les personnes, qui présenteront des symptômes, qui auront reçu un résultat positif ou qui sont considérés comme contact étroit d'un cas de COVID-19, devront demeurer à la maison. De plus, toutes les personnes ayant côtoyé la personne ayant reçu un diagnostic positif à la COVID-19 seront informées.

b. MATÉRIEL, ÉQUIPEMENTS ET ACCESSOIRES

Chaque patineur et entraîneur devra apporter leur propre matériel et il ne sera pas possible de partager les bouteilles d'eau, les mouchoirs, etc.

Outils pédagogiques et matériel d'entraînement

L'utilisation de tous les types de **harnais** n'est pas autorisée étant donné l'impossibilité de respecter la distanciation de 2 mètres entre le patineur et l'entraîneur.

En ce qui a trait à l'utilisation du **système de son, des caméras et de tout le matériel électronique** utilisés lors des entraînements, elle doit être restreinte à une seule personne par session et il faut procéder au nettoyage entre chaque changement de personne responsable. Il est recommandé de placer les musiques de tous les patineurs d'une session sur le même dispositif.

En ce qui a trait à l'utilisation du **matériel pédagogique** (ex. crayons), il doit être manipulé par une seule personne.



➤ PROTECTION DES INTERVENANTS

Nous avons procédé à l'identification des risques de contamination dans le cadre de l'entraînement et mis en place des mesures de prévention basées sur les principes suivants comme stipulé par la CNESST.

- Exclusion des personnes symptomatiques sur les lieux d'entraînement;
- Distanciation physique;
- Lavage des mains;
- Étiquette respiratoire :
 - ✓ Se couvrir la bouche et le nez lorsque l'on tousse ou éternue, et à utiliser des mouchoirs ou son coude replié;
 - ✓ Utiliser des mouchoirs de façon unique;
 - ✓ Jeter les mouchoirs utilisés immédiatement à la poubelle;
 - ✓ Se laver les mains fréquemment;
 - ✓ Ne pas toucher la bouche ou les yeux avec les mains, gantées ou non;
 - ✓ Notre règlement de sécurité permet de porter un masque ou une visière pour les patineurs;
 - ✓ Le port du masque est recommandé pour les entraîneurs et les bénévoles;
 - ✓ Le port de gants est obligatoire.
- Mesures d'hygiène pour matériel/équipements et surfaces touchées.