

Guide – VaIA

Version 5.3 (2021-08-25)

GUIDE DU VIVRE AVEC
dans les INSTALLATIONS AQUATIQUES



Nous avons surligné
les mises à jour



Table des matières

Cliquez sur [→](#) pour accéder à la section

- [→](#) Préface
- [→](#) **AVIS**
- [→](#) Introduction
- [→](#) Qu'est-ce qui distingue l'Univers aquatique

Tronc commun

- [→](#) Revue de littérature
- [→](#) Chaîne décisionnelle et de communication.
- [→](#) **Analyse des impacts sur l'univers aquatique**

Vivre avec (Va)

- [→](#) **Liste « À faire » pour le gestionnaire aquatique**
- [→](#) **Va — Installation aquatique sécuritaire et conforme**
- [→](#) **Va — Matériel permis et équipement désinfecté**
- [→](#) **Va — Personnel aquatique formé et motivé**

Offre aquatique en situation du Vivre avec (Va)

- [→](#) Offre aquatique à la population québécoise, de baigneur à nageur
- [→](#) 1. Guide du Va — Pratique libre
- [→](#) 2. Guide du Va — Activités physiques aquatiques (APA)
- [→](#) 3. Guide du Va — Société de sauvetage et le Sauvetage sportif
- [→](#) 4. Guide du Va — Croix-Rouge canadienne, Québec
- [→](#) 5. Guide du Va — Fédération de natation du Québec
- [→](#) 6. Guide du Va — Fédération de natation artistique du Québec
- [→](#) 7. Guide du Va — Fédération de plongeon
- [→](#) 8. Guide du Va — Triathlon Québec
- [→](#) 9. Guide du Va — Fédération de waterpolo du Québec
- [→](#) 10. Guide du Va — Plages du Québec
- [→](#) 11. Guide du Va — Parcs aquatiques du Québec

Autres guides

- [→](#) Guide d'exploitation des piscines et pataugeoires

Défis et opportunités de la programmation

- [→](#) Défis et opportunités

Préface

Installation aquatique

Définition : Les installations aquatiques sont des installations artificielles (ex. : piscines intérieures et extérieures, spas, jeux d'eau, pataugeoires, etc.) et les installations naturelles (ex. : plages)

Les auteurs — VCUA

La VCUA (vision concertée de l'univers aquatique) est le regroupement des 11 personnes influentes de l'univers aquatique au Québec. Ce comité est composé de :

5 directeurs généraux des fédérations aquatiques du Québec.

- Francis Ménard — Natation (Francis occupe le poste de depuis le départ d'Isabelle Ducharme qui est maintenant dg de Sports Québec)
- Julie Vézina — Natation artistique
- Marco Berthelot — Plongeon
- Marie-Ève Sullivan — Triathlon
- Olivier Bertrand — Waterpolo

Ainsi que :

- Johane Lafleur, coordonnatrice sénior de Croix-Rouge canadienne, leader dans le domaine de l'enseignement de la natation au Québec
- Raynald Hawkins — Directeur général de la Société de sauvetage
- Alain Chalifoux – Aquam
- 3 représentants de l'ARAQ : Lucie Roy, présidente, Caroline Gilbert et Éric Hervieux

Le résultat de cette mobilisation est tangible sur le terrain, ce mode de travail est cité en exemple par les instances canadiennes et françaises. Le but du comité est de mieux travailler ensemble.

Évolution du Guide

Le Guide de réouverture graduelle des installations aquatiques du Québec en temps de COVID-19 publié pour la 1^{re} fois en mai 2020 est l'exemple même de cette capacité à mieux travailler ensemble.

Le Guide de réouverture progressive des installations aquatiques (RpIA), versions 1 à 4, a gagné le prix *Innovation* de l'AQLM en septembre 2020.

Toujours active, la VCUA désire pousser plus loin sa réflexion et cherche maintenant à énoncer les défis et opportunités qu'offre la situation qui semble vouloir perdurer dans le temps. C'est donc un chapitre qui s'ajoutera à son Guide RpIA mais les auteurs ont choisi de renommer la 5^e version du Guide : « Guide du Vivre avec dans nos Installations Aquatiques » (Guide ValA).

La version 5.3 du Guide ValA fait le bilan des consignes en ce temps d'assouplissement et nous mènera vers un retour à une organisation normale.

[Retour à la table des matières ↑](#)





Au moment d'écrire la version 5.3 du Guide VaIA, le variant DELTA menace de se propager surtout auprès de la population qui n'aurait pas reçu 2 doses du vaccin.

On se rappelle qu'au moment d'écrire la version 5.2 du Guide VaIA, le Québec suivait un plan d'assouplissement dans l'ensemble des régions du Québec. L'avenir nous dira si une 4^e vague gagnera le Québec cet automne. Le respect des mesures sanitaires et le dépistage en cas de symptômes de la COVID-19 demeurent très importants au cours des prochains mois afin de réduire les risques de propagation du virus.

Voici la liste chronologique des dates des conférences de presse depuis le 1^{er} janvier 2021.

Veillez noter que les annonces précédentes sont énoncées dans les versions antérieures du Guide qu'on appelait Guide de réouverture progressive des installations aquatiques (Guide RpIA) Version 4,3 dont la dernière mise à jour date du 10 août 2020.

8 janvier

Pour l'ensemble du Québec, confinement extrême avec couvre-feu, fermeture de toutes les installations aquatiques, sauf pour le sport-études, les programmes éducatifs en milieu scolaire, la formation menant au brevet de surveillance ainsi que l'entraînement en piscine des athlètes olympiens. Durée 1 mois, soit jusqu'au 8 février.

[Communiqué](#) / [Précisions du MEQ](#) / [Napperon](#)

2 février

Pour les régions en zone rouge, maintien du confinement extrême. 6 régions du Québec passent en zone orange. En zone orange, le gouvernement autorise l'ouverture des installations aquatiques pour les activités libres individuelles, en dyade ou bulle familiale. Les cours privés sont autorisés. Durée : 2 semaines, soit jusqu'au 21 février 2021.

[Communiqué](#) / [napperon](#)

16 février

Prolongement des mesures énoncées le 2 février, avec allègement pour la semaine de relâche. Pour toutes les régions, l'ouverture des installations aquatiques pour les activités libres individuelles, en dyade ou bulle familiale ainsi que les cours privés sont autorisés. Durée : du 26 février jusqu'au 7 mars 2021.

[Communiqué](#) / [napperon](#)

Analyse des impacts sur l'univers aquatique

Avis (suite)

3 mars

Il est trop tôt pour alléger les mesures. Le premier ministre François Legault maintient le Québec dans un niveau d'alerte élevé, mais fait passer en zone orange certaines régions.

Communication officielle de madame Isabelle Charest, ministre déléguée à l'éducation, encourageant la communauté sportive à être patiente et qui mentionne que Sports-Québec, le RSEQ et l'AQLM leur ont fourni un bel outil, qui a aussi été déposé à la Santé publique, afin de démontrer que le secteur du loisir et du sport a la capacité d'offrir un encadrement sécuritaire.

[Protocole de relance du sport organisé](#) rendu public le 2021-03-17

Analyse des impacts de cet outil sur l'univers aquatique

15 mars

La ministre déléguée à l'Éducation, Isabelle Charest, annonce le début des activités sportives parascolaires en groupe-classe stable dès le 15 mars ainsi que la reprise progressive des activités de loisir et de sport pour toutes les régions du Québec à compter du 26 mars.

[Communiqué](#)

Analyse des impacts sur l'univers aquatique

[Napperon - 26 mars 2021](#)

31 mars

Le gouvernement du Québec impose des mesures spéciales d'urgence dans la communauté métropolitaine de Québec ainsi que dans la ville de Gatineau et la MRC des Collines-de-l'Outaouais du 1^{er} au 12 avril 2021. Les piscines de ces villes sont fermées durant cette période.

6 avril

Resserrement des mesures en vigueur aux paliers rouge et orange dans un contexte d'une progression rapide des variants au Québec.

[Communiqué](#)

[Napperon – 9 avril 2021](#) / [Napperon 15 avril 2021](#)

18 mai

François Legault annonce les grandes étapes du déconfinement qui s'amorcera le 28 mai 2021. Le gouvernement s'était fixé comme objectif la vaccination de 75 % des Québécois adultes avant notre fête nationale, le 24 juin.

[Napperon des assouplissements par paliers](#)

27 mai

La ministre Isabelle Charest confirme que les Québécoises et les Québécois pourront pratiquer leurs activités préférées cet été. « Aujourd'hui est une journée importante pour moi. La pandémie nous a fait prendre encore plus conscience de l'importance des sports et des loisirs dans nos vies. Bientôt, nous pourrons enfin retrouver nos activités préférées. Les jeunes pourront jouer et les parents pourront les accompagner pour les encourager. Je vous invite tous à poursuivre vos efforts et à demeurer prudents. Si la situation se présente comme prévu et que nous poursuivons les efforts de vaccination, le plan présenté aujourd'hui pourra se réaliser partout au Québec. Notre patience et nos efforts collectifs portent leurs fruits, et je vous en remercie. Il nous reste encore quelques semaines d'ajustements et de patience. Nous sommes près du but ! »

[Communiqué](#)

Analyse de l'impact sur l'univers aquatique

Napperon du 28 mai 2021



Avis (suite)

- 16 juin L'ARAQ offre à ses membres une mise à jour de l'information via un [rendez-vous provincial](#)
- 23 juin L'ARAQ publie la version 5,2 du Guide VaIA
- 25 juin Suite aux informations communiquées par le premier ministre François Legault, la sous-ministre adjointe au loisir et au sport a fait le point sur les principales modifications qui seront en vigueur dès le 25 juin. Parmi ces modifications, notons que toutes les régions tomberont en zone verte à compter du 28 juin.
- [Napperon 25 juin](#)
- 8 juillet Le gouvernement du Québec annonce qu'à partir du 12 juillet, la distanciation physique passera de 2 m à 1 m tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Il n'y aura plus de limite au nombre de clients dans les commerces de détail, mais le propriétaire devra s'assurer que la distanciation de 1 m pourra être maintenue entre les clients qui ne résident pas à la même adresse. (Sources : [1](#) et [2](#))
- Avec la progression de la couverture vaccinale de la population et la diminution constante des cas de COVID-19, la CNESST a ajusté les mesures de prévention requises dans les milieux de travail. Il est toutefois nécessaire, à des fins préventives, de respecter minimalement l'une des mesures suivantes : distanciation physique de 2 m à l'intérieur et de 1 m à l'extérieur, barrières physiques, port d'un masque de qualité. ([Source](#))
- CNESST [Ajustements des mesures de prévention dans les milieux de travail en palier vert](#).
- [Napperon 8 juillet](#)
- 14 juillet L'ARAQ [modifie le calcul de la capacité maximale de baigneur, son CBM](#) à 4 m² par baigneur.
- 26 juillet Le gouvernement du Québec annonce des assouplissements additionnels dès le 1^{er} août 2021, principalement associés aux événements, aux auditoriums. Le port du masque ou couvre visage est toujours requis dans les lieux publics intérieurs.
- [Communiqué de presse 26 juillet 2021](#)
- [Napperon 26 juillet 2021](#)
- 12 août La CNESST et la DGSP proposent, en cas de nécessité, que les employés portent le masque de procédure lors de la baignade en zone peu profonde seulement, et lorsque la distanciation physique ne peut être respectée (1 m à l'extérieur et 2 m à l'intérieur).
- [Précisions sur le port du masque](#)
- 24 août Passeport vaccinal
- [Information à venir](#)



Introduction

Le Guide du Vivre avec dans nos installations aquatiques (Guide VaIA) est la suite du Guide de réouverture progressive des installations aquatiques en contexte de COVID-19 (Guide – RpIA). La version 5.3 est la mise à jour de la version 5.2 dont la dernière version date du 23 juin 2021.

Le baigneur/nageur peut-il vivre dans un environnement où l'on contrôle les risques de propagation du virus ? Notre réponse est oui ! Alors il faut **vivre avec** les contraintes, prendre acte des dommages en ne minimisant pas les impacts. Il faut travailler avec les passionnés du milieu qui ont été frappés en plein cœur, mais qui sont restés debout face à cette situation d'apprentissage historique.

Le contexte évolue. Alors qu'on parlait de mesures assouplies et qu'on invitait la population à se faire vacciner, on parle maintenant d'allègements progressifs, selon la situation épidémiologique et la couverture vaccinale (si 75 % des 12 ans et plus ont reçu une deuxième dose) ; des assouplissements dans les milieux de garde et au préscolaire ; d'un retour vers une organisation normale au primaire et au secondaire ; d'un retour majoritairement en présentiel à l'enseignement supérieur ; d'allègements additionnels pour les rassemblements, les sports et les loisirs ; d'augmentation des limites de personnes pour les salles intérieures et les événements extérieurs ; de la fin des paliers de couleurs et finalement d'allègement des exigences sur le port du masque et la distanciation dans plusieurs lieux publics ou événements publics pour les personnes vaccinées avec 2 doses et suivant la situation épidémiologique.

Il faudra quand même réinventer le normal, alors pourquoi ne pas continuer à **vivre avec.**

Le Guide VaIA regroupe les informations qui s'arriment aux directives de la Santé publique, aux recommandations de l'INSPQ — Lieux de baignade, aux directives de la CNESST et à l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail. L'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail secteur « Affaires municipales » (APSAM) a collaboré avec nous au niveau des contenus.

On se rappellera qu'avant d'autoriser la réouverture des lieux de baignade en juin 2020, le gouvernement a demandé que l'univers aquatique réponde à deux questions :

- Le propriétaire, le gestionnaire, l'opérateur et les fédérations sont-ils capables de gérer les installations aquatiques sans devenir un foyer de propagation de la COVID-19 ?
- La nature même des activités offertes dans l'offre globale d'activités aquatiques est-elle de nature à favoriser la contamination à la COVID-19 ?

Ces deux questions sont toujours d'actualité. Le propriétaire et les acteurs qui animent l'offre à la population dans l'univers aquatique sont interpellés, ils doivent se reconnaître et assumer leur rôle. Chaque propriétaire ou opérateur doit élaborer son propre plan pour ouvrir ses programmes et installations aquatiques. Il doit mettre à jour son « Guide de baigneur/nager ».

Plusieurs comités d'experts ont publié des bulletins d'information et des études, certains ont fait l'inventaire des bonnes pratiques et d'autres ont formulé des critères. La version 5.2 met à jour la littérature, synthétise les exigences et harmonise les attentes, ce qui aidera grandement les gestionnaires, les fédérations et les clubs dans l'élaboration de leur offre du « **vivre avec** ». La nappe de l'univers aquatique servira d'outil qui résume encore plus les contraintes et le rôle de chacun.

Mais on ne se le cachera pas, nous cherchons à inspirer une culture de confiance responsable dans l'univers aquatique. Ce document servira à informer la Santé publique, Sport-Québec, l'AQLM et l'UMQ que l'univers aquatique travaille ensemble et est prêt à relever le défi de **vivre avec** encore plusieurs mois, tout en garantissant que notre univers ne sera pas source de propagation.



IMPORTANT

Les informations contenues dans les prochaines pages peuvent être appelées à changer.

Consultez régulièrement ce document pour connaître les nouveautés.

Remerciements :



Impact de la Covid-19 sur le milieu sportif québécois

Le milieu aquatique québécois a été durement ébranlé par la survenance de la pandémie au Québec, en mars 2020, et ce sur différents aspects. Pour établir certains constats [Pôle sport HEC Montréal](#) a fait une enquête sur les impacts de la COVID-19 sur le milieu sportif québécois. Un premier rapport exécutif a été publié en décembre 2020 et dans ce rapport ils ont relevé 7 grands constats.

1. Le sport organisé frappé en plein cœur : un tremblement de terre important
2. Performances de nos athlètes compromis ?
3. Recul possible de 5 à 10 ans pour le sport organisé
4. Viabilité financière compromise pour l'événementiel et les équipements professionnels
5. Le sport a besoin d'une voix unie et plus forte
6. Les organisateurs ont appris, mais elles sentent le besoin de se professionnaliser
7. Un leadership de cœur !

Comment l'Univers aquatique se distingue-t-il par rapport à son potentiel de réagir aux impacts ?

Nous avons développé des réflexes de consultation et de partage d'information à travers l'univers aquatique. Nous sommes en train de développer une vision qui projette l'offre aquatique québécoise dans une nouvelle dimension. Le nouveau chapitre de ce Guide du Vivre avec dans nos installations aquatiques est le début de cette réflexion.

Qu'est-ce qui distingue l'aquatique des autres univers sportifs québécois ?

Encore une fois, notre volonté à mieux travailler ensemble. Sur le bord de la piscine s'installe progressivement un plus grand respect des rôles et responsabilités de chacun. L'entraîneur et les gestionnaires harmonisent l'information et assument le partage des responsabilités.

L'univers aquatique regroupe une clientèle de 0 à 99 ans. Le continuum de la pratique sportive aquatique peut se faire tout au long de la vie. Notre but est de garder le baigneur/nageur dans l'univers aquatique.

L'eau de baignade ne transmet pas le COVID. Le virus est sensible et l'eau traitée ne favorise pas la survie du virus.

La connaissance de l'impact économique sera de plus en plus importante si l'on veut se positionner dans une nouvelle économie. À titre d'exemple sommes-nous facilement capables de répondre aux questions suivantes :

- Combien avons-nous de lieux de baignades au Québec ?
- Combien de personnes fréquentent ces lieux de baignades par année ?
- Combien d'employés sont requis pour assurer la sécurité de ces lieux de baignade ? Que représente la masse salariale de ces ressources humaines ?
- Combien de baigneurs nageurs suivent des cours de natation par année ?
- Combien d'athlètes aquatiques sont membres de leur fédération ?
- Quel est le chiffre d'affaires annuel des piscines privées ?
- À combien s'élèvent les revenus annuels d'admission aux piscines libres pour tous ces lieux de baignade ?
- Quel est le budget annuel accordé aux lieux de baignade pour l'ensemble des municipalités ?

Revue de littérature

Il est important de consulter l'ensemble de l'information disponible pour le milieu aquatique. Il est impossible de l'inclure entièrement dans le présent document, car c'est une information évolutive. Le tableau ci-dessous fournit les hyperliens permettant de prendre connaissance de l'information disponible.

Gouvernement du Québec

Source	Information pertinente
INSPQ Institut national de santé publique du Québec	<p>Ce que la science dit :</p> <p>Dans les lieux de baignades - Mise à jour 12 mai 2021</p> <p>Mode de transmission, survie du SRAS dans l'eau, risque de transmission par l'eau, consignes à suivre par clientèle, mesures pour les exploitants</p> <p>En environnement extérieur - Mise à jour 29 janvier 2021</p> <p>Risques, pratique sportive, distanciation physique, SRAS sur le mobilier</p> <p>Chaleur extrême en distanciation physique – 3 juin 2020</p> <p>Nettoyage et désinfection des surfaces – Mise à jour 13 mai 2021</p>
CNESST Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail	<p>Ajustement des mesures de prévention dans les milieux de travail en contexte de déconfinement – mise à jour 10 juin 2021</p>
MSSS Ministère de la Santé et des Services sociaux	<p>Décisions du gouvernement — Pourquoi ?</p> <p>Questions-réponses pour les secteurs : activités sportives, installations sportives et récréatives, équipements sportifs. Vous pouvez également poser vos questions</p>
RBQ	<p>Règlement de sécurité dans les bains publics B-1.1, — r.11</p> <p>Qualification en temps de COVID – Arrêté 2020-043 6 juin 2020</p>
APSAM	<p>Section dédiée SST — spécifications pour les loisirs, piscines et installations aquatiques, récréatives et sportives — regroupant beaucoup de références</p> <p>Premiers secours et premiers soins</p> <p>RCR sur victime de noyade, filtre HEPA ou filtre viral, nettoyage et désinfection des surfaces, produits de nettoyage</p>
MEQ - Ministère de l'Éducation du Québec	<p>Éducation - Covid-19</p>
Société de sauvetage	<p>Normes nationales Canada</p> <p>Lignes directrices en vue de la réouverture progressive - Mise à jour mars 2021</p> <p>Nageurs multiples et nage en couloir simple – atténuation des risques – Mise à jour novembre 2020</p> <p>Bulletin d'information (normes nationales) :</p> <p>Québec Webinaire - Facteurs RID - mise à jour 7 juin 2021</p>

Partenaires – VCUA (section COVID)

Source	Information pertinente
ARAQ Association des responsables aquatiques du Québec	Zone COVID-19
Croix-Rouge canadienne, Québec	Guide de prestation 2021 des programmes V2 - Mise à jour 18 mai 2021
FNQ Fédération de natation du Québec	Relance de la natation au Québec
Natation artistique Québec	Zone COVID-19
Plongeon Québec	Zone COVID-19
Société de sauvetage, Québec	Zone Gestion sécurité nationale
Triathlon Québec	Zone COVID-19
Waterpolo Québec	Zone COVID-19

Partenaires provinciaux

Source	Information pertinente
AQAIRS (1/3 membres AQLP)	https://www.aqairs.ca/info-covid
AQLM (2/3 membres AQLP)	https://loisirmunicipal.qc.ca/infocovid19/
ARAQ (3/3 membres AQLP)	http://araq.net/pages.asp?id=1326
Sport Québec	http://www.sportsquebec.com/pages/questions-reponses-432.aspx
RSEQ	http://rseq.ca/
Va donc jouer !	https://vadoncjouer.ca/

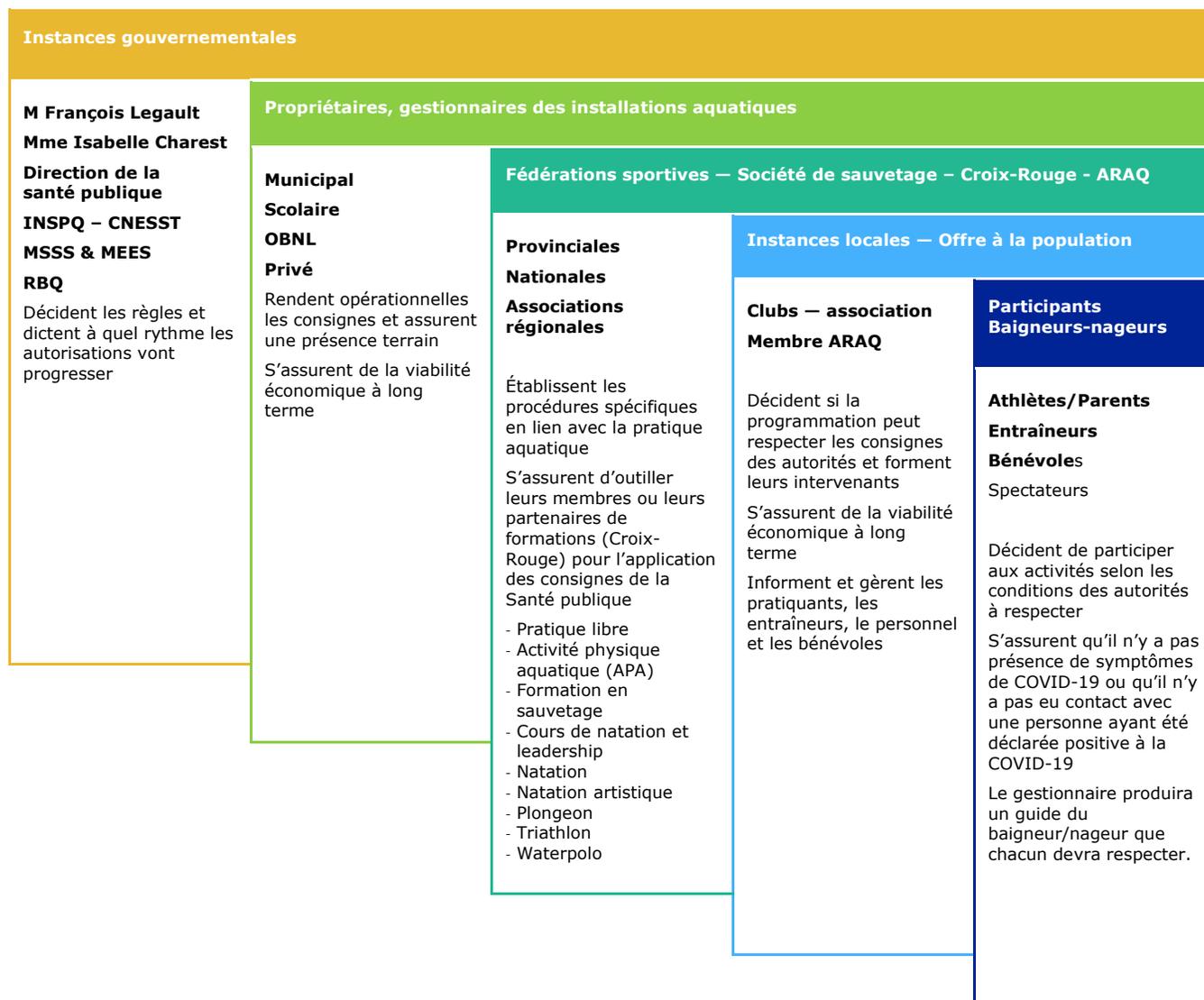
Chaîne décisionnelle et de communication

Plusieurs étapes s'imposent avant de conclure qu'un baigneur-nageur peut mettre le pied à l'eau pour pratiquer son activité favorite. En fonction des consignes de la direction de la Santé publique et de l'autorisation de relance du milieu aquatique, plusieurs partenaires auront d'importantes décisions à prendre. Ces décisions seront évolutives selon le contexte de la pandémie. Les acteurs du milieu aquatique provincial ont travaillé ensemble afin de coordonner les actions à réaliser.

Le tableau suivant décrit sommairement le mandat de chaque acteur.

Mécanismes de communication

Depuis mars 2020, nous avons acquis de l'expérience, on comprend mieux le processus décisionnel. Il y a l'annonce du premier ministre, qui publie un communiqué de presse. Après il y a la période de questions des journalistes. Pour nous (VCUA), on organise une période de validation des questions - comprenons-nous tous la même chose, ou s'il y a matière à interprétation?). On pose les questions aux bonnes personnes. Le ministère de l'Éducation du Québec écrit un napperon, qui apporte souvent réponses à toutes les questions du terrain. Le **Guide VaIA version 5.2** sera notre référence aquatique. Une mise à jour des avis sera chronologiquement énoncée et les liens cliquables vous dirigeront vers les mises à jour.





Analyse des impacts sur l'univers aquatique

Les règles ont des impacts pour tous les intervenants. La compréhension commune des impacts sur le milieu est essentielle. Pour aider à la compréhension, le comité de la VCUA scrute à la lettre les informations et tente d'éclaircir les informations transmises. Voici les analyses faites par l'équipe de la VCUA :

Analyse du 18 août 2021

En cours d'été, le comité de la VCUA a tenu 2 rencontres (14 juillet et 25 août 2021)

Consignes qui ont changé et qui nous interpellent :

Modification de la distanciation physique

- En cours d'été, le 2 m est passé à 1 m, tant intérieur qu'extérieur. Le comité a fait des vérifications et a proposé que la règle du 4 m² pour le calcul de la capacité maximale de baigneur soit appliqué au Québec tout comme elle l'était en Europe. L'ARAQ a publié un avis à cet effet. (La mise à jour du guide se fera ultérieurement).

La modification du calcul de la CBM appartient au gestionnaire de modifier ou non cette règle.

- Pour les travailleurs, la notion de 2 m à l'intérieur et 1 m à l'extérieur est demeurée statu quo.

Contacts prolongés

- Nous lisons que depuis le 12 juillet, pour la clientèle, les activités nécessitant des **contacts prolongés** sont possibles. Nous constatons que sur l'ancien napperon, on parlait du cumul des contacts étroits par personne qui devait être inférieure à 15 minutes alors que cette information n'apparaît plus dans la version du napperon loisir et sport du 8 juillet.
- Une personne qui dispense un cours encadré doit s'assurer d'une distance minimale de 1 m avec les participants et doit porter les équipements de protection selon les règles de la CNESST. Or, cette directive est applicable pour les cours encadrés extérieurs seulement. La distanciation de 2 m à l'intérieur doit être respectée pour le personnel.

Le masque dans l'eau vs présence du parent dans l'eau

- Nous avons appris en cours d'été que l'association des camps du Québec a autorisé à ses moniteurs l'utilisation des masques dans l'eau. Le comité de la VCUA, aidé de l'APSAM et de Geneviève Barrière a validé les sources et voici ce qui circule et qui peut être mise en application.

Précisions sur le port du masque

La question sur le port des masques pour les moniteurs (employés) en eau peu profonde a été posée à plusieurs reprises pour la session automnale à venir. L'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail, secteur « affaires municipales » (APSAM) a reçu une communication à cet effet, qui nous a été transmise, prônant des lignes directrices pour le port du masque dans le milieu aquatique.

Question : quelles sont les mesures de protection qui pourraient permettre à un moniteur de natation d'être à moins de 2 m dans l'eau d'un client lorsque nécessaire ?

Tel que le prévoit la hiérarchie des mesures, nous recommandons de toujours privilégier, lorsque cela est possible, la distanciation de 2 m du moniteur avec les clients.



Pour ce faire :

- Favoriser des méthodes d'enseignement qui permettent au moniteur d'être à l'extérieur de l'eau et de porter son masque à l'extérieur si des interactions à moins de 2 m sont inévitables.
- Privilégier une formule de cours parents-enfants, lorsque possible, si les enfants ne sont pas autonomes dans la natation.

Si l'entrée à l'eau est requise par la nature des tâches :

- Maintenir la distanciation minimale de 2 m dès que possible dans le peu profond (1,4 m) et, en tout temps dans le profond (sauf en cas d'urgence).
 - Si des contacts à moins de 2 m sont nécessaires dans le peu profond :
 - Porter **un masque médical ASTM niveau 3** (ces masques sont résistants aux liquides biologiques, ce qui offrira une résistance supplémentaire à l'eau).
 - Garder la tête hors de l'eau
 - Changer le masque lorsque celui-ci devient trop mouillé (quelques éclats d'eau ne posent pas de problème). À notre avis, le masque médical n'occasionne pas de risque de suffocation pour les moniteurs qui sont capables de le retirer et le changer advenant le cas où il leur devient difficile de respirer.
 - Limiter au minimum la durée des interactions à moins de 2 m.
- * La visière seule, bien que prévue actuellement à la hiérarchie des mesures de contrôle, ne nous apparaît pas être un moyen sécuritaire au regard du variant Delta, plus transmissible, et dû au fait que les enfants ne sont pas vaccinés et ne portent pas de masque ou de visière. Cette option n'est donc pas acceptable.

FAQ Groupe de travail SAT COVID-19 / Institut national de santé publique du Québec / Réseau de santé publique en santé au travail

Pour l'instant, la Croix-Rouge encourage les interventions suivantes : (Note : il faudrait lire 1 m au lieu de 2 m – tiré du texte intégral [p](#))

- Pour tous les niveaux du programme Croix-Rouge Natation préscolaire jusqu'au niveau Croix-Rouge Natation Junior 4 inclusivement, on peut maintenir la distance physique et la sécurité des participants par les moyens suivants :
 - a. En donnant les cours en présence des parents (en créant des duos parent/enfant). Ainsi le parent doit veiller à ce que l'enfant soit en sécurité dans l'eau et permet au MSA de maintenir la distance physique de 2 m avec les duos parent/enfant de son groupe.
 - b. En s'assurant que les duos parent/enfant maintiennent une distance physique de 1 m des autres duos parent/enfant.
 - c. Les MSA donnent leur cours à partir du bord avec un objet flottant à portée de main. Prévoir des objets flottants disponibles pour le parent pour qu'il puisse l'utiliser en cas d'urgence.
 - d. Réduire la taille du groupe en fonction de la superficie de la piscine afin de maintenir la distanciation physique de 1 m et d'assurer un environnement sécuritaire pour les participants et les MSA.
 - e. Tenir compte de votre capacité de nageurs maximale (4m²) permise afin de déterminer le nombre de groupes que vous pourrez avoir en même temps et déduire le nombre de nageurs par groupe.

Passeport vaccinal

- Les gens présents ont des opinions variées, mais tous souhaitent travailler de concert avec les consignes sanitaires pour éviter un reconfinement. À suivre.

[Retour à la table des matières ↑](#)

Analyse de l'outil *Protocole de relance du sport organisé – l'« avant » et le « après »*

- Le partage des responsabilités entre le propriétaire et le responsable de l'activité est clair.
- Obligatoirement, le propriétaire et le responsable de l'activité doivent nommer une personne-ressource présente attitrée au respect des mesures sanitaires. (Toujours en vigueur)
- Le fait de nommer, responsabilise beaucoup et fait prendre conscience que parfois la personne n'a pas toute l'information pour intervenir. Très positif comme démarche.
- Obligatoirement, le propriétaire et le responsable de l'activité doivent nommer un gestionnaire du protocole à mettre en place. (Toujours en vigueur)
- Ce sera à cette personne qu'on parlera en cas d'éclosion, en cas de non-respect, en cas de modification. Très bon point. Ce sera le lien entre le propriétaire, le club, la fédération ou la santé publique au besoin.
- Obligatoire pour le responsable de l'activité de s'assurer de connaître l'ensemble des mesures et directives (toujours en vigueur)
- On pense que le Guide du baigneur/nageur en temps de pandémie (préparé par le propriétaire) est probablement l'outil à faire respecter par tous. Il doit être connu par l'équipe d'entraîneurs et être mis à jour en fonction de la réalité de chacun. Intégrer les éléments du plan de relance des fédérations ou faire un outil qui distingue l'application des règles. Mais selon nous, il ne devrait pas y avoir plusieurs façons de faire.

N'hésitez pas à écrire à poser vos questions sur le [groupe privé ARAQ¹](#) sur Facebook (accessible exclusivement aux membres réguliers ARAQ).

¹ **Qui peut être membre de ce groupe ?**

Seuls les membres réguliers en règle de l'ARAQ seront autorisés dans ce groupe.

Comment accéder à ce groupe ?

Cliquez sur le bouton « rejoindre » et envoyez un courriel à votre directeur de région avec le nom de votre profil Facebook afin qu'il puisse approuver votre demande. Leurs coordonnées sont disponibles [ICI](#).

[Retour à la table des matières ↑](#)



Liste « À faire » pour le gestionnaire aquatique

En temps de pandémie COVID-19, les installations aquatiques devront être conformes aux exigences ou consignes suivantes :

Cliquez sur l'hyperlien pour accéder à cette section dans le document et sur ↑ pour revenir à ce menu	Obligation	Fortement recommandé ou Bonne pratique	Pour en faire plus
Élaborer un guide du baigneur		X	
Implanter un système de réservation		X	
Afficher les consignes dans le bâtiment	X		
Obliger le couvre-visage pour la clientèle	X intérieur		
Obliger masque de procédure pour le personnel ne pouvant maintenir la distanciation	X		
Promouvoir la distanciation physique	X		
Désinfecter les mains à l'entrée	X		
Tenir un registre des visiteurs/participants/employés			X
Contrôler la validité du passeport vaccinal	X Intérieur		
Aménager des entrées/sortie distinctes		X	
Établir un plan de circulation à sens unique		X	
Avoir une barrière physique entre caissier et usagers	X		
Respecter la capacité de baigneurs maximale	X		
Respecter la distanciation physique des vestiaires	X		
Désinfecter le matériel partagé par le personnel		X	
Désinfecter le matériel prêté aux usagers	X		
Exiger que le masque de procédure ou le couvre-visage du client ne touche jamais les surfaces (conserver dans un contenant sur le bord du bassin)			X
Prévoir une supervision et un contrôle du nombre de personnes afin d'empêcher les rassemblements / flânages et pour respecter les capacités maximales	X		
Suggérer à la clientèle de se présenter en maillot			X
Fournir des masques de poche munis d'une valve antivirale	X		
Rendre disponible du désinfectant sur les stations de surveillance		X	
Offrir la formation au personnel : adaptations COVID	X		
Consulter les références utiles		X	
Installer des disques mauves de distanciation sur les câbles anti-vagues		X	



Vivre avec — Installation aquatique sécuritaire et conforme

Définition : Les installations aquatiques sont des installations artificielles (ex. : piscines intérieures et extérieures, parc aquatique, spas, jeux d'eau, pataugeoires, etc.) et les installations naturelles (ex. : plages).

Les Infrastructures aquatiques sont partagées par plusieurs types d'usagers tous les jours. Les usagers, les employés et les clubs doivent prendre connaissance et appliquer les recommandations des propriétaires d'installations. Les installations aquatiques devront se conformer, et le propriétaire ou le gestionnaire devra afficher clairement les consignes d'accueil dans les lieux de pratique. Voici quelques éléments qui vont changer.

Guide du baigneur/nageur

- ✓
 - Chaque exploitant doit rédiger un guide du baigneur précisant les adaptations spécifiques à son site et rendre disponible ce guide.
 - Idéalement écrire un seul guide, qui peut inspirer les comportements des baigneurs, des athlètes de club et des enfants inscrits aux cours.
 - Le guide peut être présenté à l'aide d'un support visuel tel qu'une courte vidéo.
 - Les gestionnaires aquatiques sont invités à téléverser une copie de leur guide du baigneur sur le groupe privé ARAQ de Facebook afin de partager nos modèles.

Capacité de baigneurs maximale (CBM) — **PISCINES** intérieures et à ciel ouvert

- ✓ La distanciation physique est abaissée de 2 m à 1 m depuis le 12 juillet. Il est proposé d'ajuster le calcul de la capacité baigneur maximale (CBM) et annoncer que pour toutes les activités, incluant la pratique libre, on doit accorder minimalement 4 m² par baigneur, selon la superficie du plan d'eau. La CBM ainsi calculée assure au baigneur suffisamment d'espace pour circuler dans l'eau et à l'extérieur de l'eau, tout en ayant l'espace requis pour pratiquer son activité aquatique et en respectant 1 m de distance.

Pour toute activité — 4 m² par baigneur/nageur, selon la superficie du plan d'eau

Pour la pratique de la nage en longueur — Sachant qu'il faut garder 1 m de distance entre les nageurs, le nombre de nageurs maximum recommandé dans les corridors de nage en longueur en pratique libre peut aller jusqu'à :

- Bassin 25 m : 6 à 8 nageurs par couloir simple
- Bassin 50 m : 10 à 12 nageurs par couloir simple

Pourvu que lorsqu'un nageur arrête dans le couloir, le nageur qui le suit doive s'arrêter à 2 m de distance de tout autre nageur.

Aucun regroupement au bout des couloirs. Idéalement, utiliser les disques de distanciation sur les corridors pour faciliter le repère visuel de cette distanciation.

Se référer au document travaillé en collaboration avec la Société de sauvetage Canada et la Fédération de natation du Canada : Nageurs multiples et nage en couloir simple, atténuation des risques — Mise à jour novembre 2020



Capacité de baigneurs maximale (CBM) — PLAGES



L'INSPQ a fait une [mise à jour de son bulletin](#) en date du 12 mai 2021

- ✓ Au Québec, le Comité de la vision concertée de l'univers aquatique (VCUA) propose une approche qui tient compte des installations, des activités et de la clientèle en s'assurant que les baigneurs puissent circuler dans l'eau et à l'extérieur de l'eau tout en ayant l'espace requis afin de pratiquer leur activité et, pour cette raison, elle convient de calculer son CBM pour une plage, de la manière suivante :

- Accorder minimalement **4 m²** par baigneur, selon la plus petite des superficies suivantes :
- La superficie de l'air de repos immédiatement adjacent à l'eau (le sable)
OU
- la superficie du plan d'eau (à l'intérieur des lignes de bouées délimitant la zone de baignade)

Promouvoir la distanciation physique sur le site, tel que :

- Mettre des points de repère au sol afin que les familles puissent s'y installer.
Par exemple :
 - Installer un drapeau ou un piquet au centre de chaque espace
 - Marquer les espaces à l'aide de cordes
- Ajouter du personnel en patrouille visant à sensibiliser les usagers
- Limiter les rassemblements
- Marquer les aires d'attente à l'entrée, aux vestiaires, aux toilettes, aux tremplins, etc.



Capacité maximale par vestiaire



Le nombre de personnes admises dans les vestiaires, dans les corridors et dans les espaces de socialisation doit permettre une distanciation physique de 1 m entre les personnes. Le gestionnaire pourra juger, tout comme le commerçant, la capacité d'accueil des lieux communs.

- ✓
 - Faire le calcul des capacités maximales des vestiaires.
 - Prévoir une supervision et un contrôle du nombre de personnes dans le vestiaire.
 - Limiter au maximum le temps passé dans les vestiaires en suggérant à la clientèle de se présenter en maillot (plus approprié en période estivale).



Point d'entrée — sortie distincte — PISCINE



Fournir un accès aux installations avec point d'entrée et point de sortie distincts.

- ✓
 - Faire un plan de circulation pour chaque piscine qui favorise la circulation à sens unique.
 - Prévoir une supervision et un contrôle à l'entrée et à la sortie.
 - À considérer dans le plan des mesures d'urgence en temps de COVID-19.





Point d'entrée — sortie distincte — **PLAGE**



Fournir un accès aux installations avec point d'entrée et point de sortie distincts.



Contrôler les points d'accès à la plage de façon à pouvoir :

- Limiter la capacité maximale de baigneurs. Lorsqu'il est difficile de contrôler les points d'accès à la plage, il est conseillé de considérer les stratégies suivantes :
- Ajouter du personnel aux points d'entrées les plus fréquentés (au besoin, des patrouilles peuvent assurer des points de contrôle aléatoires)
- Retirer les quais d'accueil et interdire aux plaisanciers d'arriver par l'eau
- Réduire du tiers la capacité du stationnement afin de réduire le nombre d'utilisateurs sur le site
- Si les points d'accès sont nombreux, prévoir de l'affichage supplémentaire afin de permettre aux usagers de procéder à une auto-évaluation
- Rendre disponibles des stations de lavage des mains aux endroits névralgiques du site
- Transmettre les informations pertinentes, notamment concernant les adaptations mises en place



Système de réservation



La limitation de la capacité d'accueil peut générer des files d'attente. On pense que la gestion des admissions par réservation (rendez-vous) peut être une solution. Il existe sur le marché 4 grands logiciels loisirs (Amilia, Ludik, PG Activité et Logiciels Sports-Plus), ainsi que les applications Fliip et Yoplanning.²



Tenue d'un registre



La Santé publique doit être en mesure d'assurer le traçage des visiteurs, participants et employés se présentant dans une installation suivant la confirmation d'un cas positif. Un traçage rapide est reconnu comme une mesure importante par l'INSPQ.



On juge qu'il s'agit d'une bonne pratique pour l'exploitant de mettre en place un registre lui permettant de connaître qui s'est présenté dans son installation intérieure. Le registre doit comprendre le prénom, le nom, l'adresse courriel et le numéro de téléphone de chaque visiteur.



Barrière physique entre le caissier et les usagers



Éviter tout contact physique entre les baigneurs-nageurs et le personnel.



On juge qu'il s'agit d'une bonne pratique d'installer un ou des Plexiglas devant le poste d'accueil.



² http://www.araq.net/uploads/Recherche_logiciels.xlsx

Plongeon, glissoires, cordes de Tarzan ou autres



S'assurer que les équipements sont adaptés pour permettre des mesures de distanciation physique.



- Prévoir la gestion des files d'attente.
- Prévoir un mécanisme pour fermer cet équipement au besoin.



Bain-tourbillon et sauna



L'accès aux bains-tourbillon – spa est autorisé.



Salle de premiers soins



Limitier l'accès au personnel essentiel seulement.
Obligation de porter les protections requises.



Jeux d'eau



Si le jeu d'eau est à l'intérieur de votre clôture, il est important de savoir :

« En ce qui concerne les installations sans recirculation, puisque l'eau y étant aspergée ou vaporisée est de l'eau potable qui n'a pas été préalablement en contact avec les usagers, il est peu probable que cette eau puisse être contaminée par le virus SARS-CoV-2 et qu'elle puisse infecter les usagers. »

« Dans le cas des installations avec recirculation bien conçues et bien exploitées (ex. : dans lesquelles il y a des concentrations adéquates de chlore), il n'est pas attendu que le virus SARS-CoV-2 soit transmissible par l'eau, étant donné la sensibilité des coronavirus aux désinfectants. Il importe toutefois que les mesures d'entretien, comme elles sont décrites dans le Règlement sur la qualité de l'eau des piscines et autres bassins artificiels, continuent d'être appliquées avec rigueur. »

- Augmenter la fréquence de désinfection. La structure du jeu d'eau n'est pas considérée comme une surface particulièrement touchée, toutefois il est recommandé :
- Si possible, faire fonctionner les jeux d'eau en continu durant la période d'ouverture afin d'éviter les contacts avec le bouton-poussoir et les accessoires.
- Si possible, désinfecter les boutons-poussoirs et accessoires une fois par jour. Nettoyer au préalable s'ils sont souillés.
- Prévoir une affiche de courtoisie :
- Afin de permettre à tous d'accéder aux jeux d'eau, laissez votre place à un autre usager après X minutes. (Le gestionnaire décide de la durée)
- Le port du masque n'est pas recommandé dans les jeux d'eau.
- La capacité maximale de l'aire de jeux.





Affiches recommandées³



Les piscines du Québec devront prévoir l'affichage suivant :

1. Interdiction d'accès aux installations aquatiques pour les baigneurs-nageurs qui présentent des symptômes de la COVID-19

Consulter les documents « [Aide à la décision](#) » produits par le Gouvernement pour connaître les signes et symptômes de la COVID.

2. Mesures d'hygiène et de distanciation
 - À l'intérieur, portez le couvre-visage si vous ne pouvez maintenir **1 m** de distance avec les autres
 - Respectez une distance de **1 m**
 - Évitez de toucher votre visage
 - Éternuez et toussiez dans votre coude
 - Jetez vos mouchoirs après l'utilisation
 - Utilisez un désinfectant à base d'alcool et lavez-vous souvent les mains

Responsabilité du baigneur-nageur de maintenir une distanciation physique de **1 m**

3. Marqueurs physiques au sol ou sur les murs pour indiquer les distances de **1 m** à respecter entre les usagers dans les files d'attente : file d'attente à l'entrée de l'installation aquatique, file d'attente pour les toilettes, files d'attente pour les tremplins et les glissoires.
4. Informer les clients que les concentrations de désinfectants utilisées pour traiter l'eau des piscines et des spas publics, comme prescrit dans les règlements provinciaux, sont en mesure d'inactiver les coronavirus comme le SARS-CoV-2.
- 5.



Vivre avec — Matériel permis et équipement désinfecté

[Mise à jour INSPQ](#) — 12 mai 2021

Prêt d'équipement p.8

Pour les équipements prêtés ou loués de certaines piscines ou plages publiques, il est recommandé de suivre les consignes suivantes :

- Aviser les usagers de se laver les mains avec de l'eau et du savon (ou du gel désinfectant) avant et après avoir touché au matériel.
- Éviter autant que possible le partage d'objets entre les usagers — ex. : nouilles de piscine, planches de natation, jouets, etc. (ASPC, 2021 ; CDC, 2021 b, 2021c ; Gouvernement du Canada, 2020 ; Government of Alberta, 2021 ; Toronto Public Health, 2021). Mais il est autorisé sur le napperon Loisir et sport.
- Éviter le partage entre les usagers des équipements qui sont en contact étroit avec le visage — ex. : pince-nez, lunettes de natation, etc. (CDC, 2021 b, 2021c ; NIPH, 2021).

³ Référence : https://www.lifesaving.ca/cmsUploads/lifesaving/File/Information%20Bulletin%20-%20Recommandations%20for%20Progressive%20Reopening_FR_final.pdf



En général



Étant donné qu'il est difficile d'éviter de porter les mains au visage, en particulier dans le contexte d'activités sportives, il est **d'une bonne pratique** que les objets ou les équipements partagés soient désinfectés entre chaque utilisateur.

Limiter les équipements non essentiels.



Équipement de surveillance manipulé par le sauveteur

Bouées tubes, perche, bouées annulaires, matériel d'entraînement (sauveteurs). Dans la mise à jour CNESST, le nettoyage des outils et des équipements devient facultatif lorsqu'on est en zone jaune ou verte. 11 juin 2021.



Éviter le partage d'équipement ou de fourniture entre employés

Nettoyer et désinfecter le matériel de sauvetage en fin de journée



Équipements de protection individuelle (EPI)

Pour les employés travaillant à l'intérieur, la distanciation de 2 m demeure la norme et pour l'extérieur c'est une distanciation de 1 m.



Maintenir autant que possible une **distance d'au moins deux 1 m** avec tous. Si la distanciation de **1 m** est respectée en tout temps, que l'hygiène des mains est effectuée régulièrement, les équipements de protection personnels ne sont plus obligatoires.

Le **nouveau libellé** dans la section foire aux questions de la CNESST dit ceci :

Il est toutefois nécessaire, à des fins préventives, de respecter minimalement l'une des mesures suivantes :

- distanciation physique de 2 m à l'intérieur et de 1 m à l'extérieur
- barrières physiques
- port d'un masque de qualité

À noter que le couvre-visage n'est pas considéré comme un équipement de protection individuelle (EPI), mais comme une mesure populationnelle complémentaire aux autres recommandations de santé publique pour la population. Les travailleurs sont régis par la Loi de santé et sécurité du travail (LSST) et leur niveau de protection doit être supérieur, d'autant plus que leur présence sur les lieux est généralement plus longue que les citoyens/clients, jour après jour.

Consulter [cette fiche](#), à laquelle la CNESST adhère et voit à son application, pour assurer la protection des travailleurs.

Personnel – Surveillants-sauveteurs – Moniteurs – Entraîneurs

Tel que le prévoit la hiérarchie des mesures, nous recommandons de toujours privilégier, lorsque cela est possible, la distanciation de 2 m du moniteur avec les clients.

Pour ce faire :

- Favoriser des méthodes d'enseignement qui permettent au moniteur d'être à l'extérieur de l'eau et de porter son masque à l'extérieur si des interactions à moins de 2 m sont inévitables.



- Privilégier une formule de cours parents-enfants, lorsque possible, si les enfants ne sont pas autonomes dans la natation.

Si l'entrée à l'eau est requise par la nature des tâches :

- Maintenir la distanciation minimale de 2 m dès que possible dans le peu profond (1,4 m) et, en tout temps dans le profond (sauf en cas d'urgence).
 - Si des contacts à moins de 2 m sont nécessaires dans le peu profond :
 - Porter un **masque médical ASTM niveau 3** (ces masques sont résistants aux liquides biologiques, ce qui offrira une résistance supplémentaire à l'eau).
 - Garder la tête hors de l'eau
 - Changer le masque lorsque celui-ci devient trop mouillé (quelques éclats d'eau ne posent pas de problème). À notre avis, le masque médical n'occasionne pas de risque de suffocation pour les moniteurs qui sont capables de le retirer et le changer advenant le cas où il leur devient difficile de respirer.
 - Limiter au minimum la durée des interactions à moins de 2 m.
- * La visière seule, bien que prévue actuellement à la hiérarchie des mesures de contrôle, ne nous apparaît pas être un moyen sécuritaire au regard du variant Delta, plus transmissible, et dû au fait que les enfants ne sont pas vaccinés et ne portent pas de masque ou de visière. Cette option n'est donc pas acceptable.

Personnel – Opérateur de piscine

- Obligation de porter des gants.
- Il est possible de porter une combinaison, un tablier ou un uniforme de travail pendant le nettoyage et la désinfection.



- Achat d'un masque de poche avec valve antivirale pour chaque employé (voir [masque de poche de filtre HEPA ou viral](#))
- Achat de masque de procédure pour les victimes.
- Fournir les équipements.



Équipements de protection individuelle (EPI) — **pour la clientèle**



- Le couvre-visage doit être utilisé par la clientèle de 10 ans et plus dans les installations aquatiques. Le port du masque est recommandé.
- Le masque de procédure doit être utilisé par la clientèle de niveau secondaire qui est dans les programmes Sport-étude et programme particulier dans les installations aquatiques.
- Cependant, il ne remplace pas les consignes gouvernementales concernant notamment la distanciation physique et le lavage des mains.
- De plus, il importe de ne pas le porter dans l'eau puisqu'il peut gêner la respiration lorsque mouillé.

Référence Québec.ca : [Port du masque artisanal \(couvre-visage\) dans les endroits publics](#)

Référence MEES : [À l'école, je me protège et protège les autres](#) (version 3 mai 2021)



Réflexions et bonnes pratiques — masques de protection ou couvre-visage (toujours d'actualité)

Tous les acteurs de la VCUA sont d'accord pour que les participants enlèvent leur couvre-visage seulement au moment où ils/elles pratiquent leurs activités. Ils ne doivent pas le porter lors du passage à la douche et dans la piscine.

Hygiène du masque : mettre son masque dans un sac ou contenant en plastique lorsque vous devez l'enlever avant d'aller à l'eau. Il ne doit jamais toucher à nue les surfaces communes.

Il est écrit que pour les enfants de moins de 10 ans, il n'y a pas d'obligation de porter un masque ou un couvre-visage. Mais tous les acteurs de la VCUA sont d'accord pour informer le participant que si les groupes sont variables en âges, tous les enfants pourraient recevoir la directive de porter le couvre visage dans les endroits communs. Tout en précisant qu'il est non recommandé pour ceux de moins de 2 ans.



Station de surveillance surélevée



Dans la mesure du possible, la surveillance et le balayage visuel à partir d'une station de surveillance surélevée favorisent la distanciation physique.



Si la désinfection des stations de surveillance est maintenue

- Veiller à ce qu'il y ait du désinfectant sur les stations de surveillance.
- S'assurer que, lors de la désinfection, la surveillance n'est pas suspendue.



VFI



[INSPQ](#)

Pour des raisons de sécurité, les vêtements de flottaison individuels et les gilets de sauvetage doivent demeurer accessibles.



- Si vous voulez, informer les usagers qu'ils peuvent apporter leurs VFI.
- Le cas échéant, l'entretien suivant doit être effectué : selon les recommandations du fabricant p 9. Si les recommandations du fabricant ne sont pas disponibles, et seulement dans ce cas, et considérant la sensibilité attendue du SRAS-CoV-2 au chlore :
 - Après chaque utilisation, immerger les VFI dans l'eau de piscine 15 minutes de chaque côté (donc, 30 minutes au total). Les VFI sont considérés comme des surfaces poreuses.
 - Entreposer les vêtements de flottaison individuels et les gilets de sauvetage de manière qu'ils puissent sécher rapidement.

* Cette procédure peut être problématique pour les groupes en camp de jour.



Tuba



Il n'y a aucune donnée actuellement qui permet de supporter l'interdiction d'utiliser du tuba tant que les nageurs appliquent des recommandations de distanciation physique sécuritaire et ne partagent pas les tubas sans qu'ils soient correctement désinfectés après chaque utilisation. Par prudence, la Société de sauvetage du Canada recommande d'utiliser les tubas dotés d'une valve de purge (une valve unidirectionnelle située au bas du tuba pour expulser l'eau) pour réduire les gouttelettes d'aérosol dans l'air.



Équipements accessibles — PISCINE



Planches d'entraînement, bouées de traction, jeux et jouets de loisir (casse-tête flottant, tapis, tube, serpent de mer, ballon, etc.).



Équipements accessibles — PLAGE



Équipements

- Seuls les équipements essentiels doivent être prêtés, tels les VFI
- Les équipements prêtés doivent faire l'objet d'une désinfection entre chaque usager, notamment les VFI et les [embarcations nautiques](#)



Effets personnels



- Ne pas partager de bouteille d'eau, de serviette, de lunettes ou tout autre matériel avec d'autres personnes que les membres de la famille.
- Les effets personnels et les vêtements (sacs à dos, vestes, chaussures, etc.) apportés par les baigneurs-nageurs, athlètes, les entraîneurs et le personnel doivent être réduits au minimum. Lorsque des sacs doivent être apportés, ils doivent être entreposés séparément, avec un espace suffisant entre les effets personnels de chaque membre (par exemple, des sacs de plage, et des sacs à dos laissés à 2 m l'un de l'autre).
- L'utilisation de lunettes de natation devrait être encouragée pour éviter la contamination par le mucus.
- Le nageur doit utiliser son propre matériel, le rapporter à la maison et le nettoyer à fond après chaque séance d'entraînement.
- Les entraîneurs ne sont pas autorisés à partager avec des collègues ou d'autres personnes des équipements portatifs tels que des chronomètres, des planchettes à pince ou des stylos, ni à utiliser des équipements qui ne leur appartiennent pas. Il est rappelé de nettoyer ces équipements avec des lingettes désinfectantes avant et après les séances d'entraînement.



Disque de distanciation mauve sur les câbles anti-vagues



Il existe sur le marché québécois des disques de distanciation à installer sur les câbles anti vagues qui permettent de visualiser la distance à respecter lorsque le nageur désire arrêter au bout d'un corridor.

Ces séparateurs sont d'une couleur distinctive, le mauve — la couleur tendance 2021, dans toutes les piscines du Québec. Leur utilisation peut faciliter la distanciation lors de nage en longueur.

Pour information : Produit AQUAM

TR-30499-M-10 Disque de distanciation pour câbles de 10CM (kit de 60) \$84.00/kit

TR-30499-M-15 Disque de distanciation pour câbles de 15CM (kit de 60) \$149.00/kit



Voir également :

- [Ce lien de l'INSPQ](#) concernant le nettoyage de surfaces.
- [Cet aide-mémoire de la CNESST](#) pour la salubrité de l'environnement.

Vivre avec — Personnel aquatique formé et motivé

Saviez-vous que même après une absence prolongée du travail, le personnel aquatique doit être tout à fait prêt à assumer efficacement la surveillance sécuritaire du public, doit avoir une préparation physique lui permettant d'effectuer avec succès des sauvetages et doit avoir la formation sur les nouveaux protocoles ?

L'employeur doit se conformer aux règles de la CNESST. L'employeur peut être le gestionnaire aquatique, la municipalité, la commission scolaire, le CA du Club local, bref peu importe sa provenance à partir du moment où vous avez un employé à votre charge qui travaille dans une installation aquatique, les exigences de la CNESST sont à suivre. À ceci s'ajoutent les recommandations de la Société de sauvetage.

Une bonne coordination est nécessaire.

Sauveteurs — moniteurs – entraîneurs



- Peu importe la couleur de la zone, les formations et requalifications en sauvetage sont permises. Les brevets doivent être à jour. La réglementation provinciale sur la Sécurité dans les bains publics n'a pas été modifiée pour la période de la pandémie. Les préposés à la surveillance doivent donc prévoir leurs formations et requalifications en conséquence.
- [Lien vers le décret](#)
- [Lien vers le chapitre B-1.1, r. 11](#) des règlements sur la sécurité dans les bains publics



[Formations que l'employeur doit donner](#) au personnel de vos installations en situation de Vivre avec : Mise à jour 28 mai

1. **Plan de sécurité (POSS) adapté à la COVID-19**

Le personnel doit connaître les modifications que le propriétaire a apportées à son Plan d'organisation de la sécurité et de la surveillance (POSS).

2. **Interventions des surveillants-sauveteurs en situation de COVID-19**

Le personnel doit connaître les recommandations sur les premiers secours, la réanimation, le sauvetage et les interventions des surveillants-sauveteurs en situation de COVID-19

La [Société de sauvetage](#) rend disponibles sur son site des webinaires d'information de 45 minutes ([via ce lien](#)) :

- Surveillance aquatique en contexte COVID-19 : Sauveteur
- Surveillance aquatique en contexte COVID-19 : Moniteurs
- Surveillance aquatique en contexte COVID-19 : Entraîneurs
- Surveillance aquatique en contexte COVID-19 : Gestionnaire
- Surveillance aquatique en contexte COVID-19 : Plage

3. **Procédures de désinfection**

Le personnel doit connaître les règles d'hygiène et les [procédures de désinfection](#) en temps de COVID.



Aide pour les moniteurs et membres affiliés à la Société de sauvetage

La Société de sauvetage a mis en place des bulletins techniques concernant la formation et les situations de travail en situation de COVID-19

- [Fiche Sauveteur National Piscine](#)
- [Fiche des certificats Niveaux de Bronze](#)
- [Fiche des certificats de secourisme](#)

Les moniteurs et membres affiliés trouveront, sur leur tableau de bord de membres, différents outils concernant la gestion des formations :

- [Guide de requalification sauveteur national options Piscine — Plage — Parc Aquatique](#)
Ce guide présente les normes de sauvetage pour évaluer les surveillants-sauveteurs pour requalifier le brevet sauveteur national et ses options. Les normes d'évaluation ont été ajustées à la situation de COVID-19.
- [Guide pour la gestion des absences en temps de COVID](#)
Ce guide présente les astuces et le niveau de flexibilité que les moniteurs et gestionnaires devraient avoir concernant les candidats inscrits à des formations en sauvetage qui devraient s'absenter de la formation en raison de la COVID.



Opérateur — qualité de l'eau



Les gestionnaires, avec l'aide des opérateurs d'installations aquatiques, doivent élaborer ou revoir les protocoles et les procédures de nettoyage de leurs installations.

Cela permettra de déterminer où des améliorations ou des nettoyages supplémentaires peuvent être nécessaires.



Superviseur



Les superviseurs doivent maîtriser le contenu des formations obligatoires et en assurer la mise en application. Il est recommandé de limiter la visite de plusieurs installations.

Il n'est pas rare qu'avec l'aide du propriétaire, l'entraîneur-chef joue ce rôle auprès de ses participants et de l'équipe d'entraîneurs



Personnel dédié à l'hygiène et la salubrité



Le personnel dédié à l'hygiène doit être formé et doit avoir sous la main les équipements appropriés pour effectuer les tâches de nettoyage. Le surveillant-sauveteur, le moniteur ou l'entraîneur peut être sollicité pour aider à cette tâche, lorsque celui-ci n'est pas responsable de la surveillance des baigneurs-nageurs.

Dans les lieux publics où les gens touchent les surfaces, le nettoyage doit être effectué au minimum quotidiennement et, si possible, plus fréquemment, par exemple toutes les 2 ou 4 heures.



- Linge humide
- Serpillière mouillée — La serpillière n'est pas une super idée, c'est difficile à nettoyer et désinfecter (se référer à la [Section nettoyage-désinfection](#)) Mise à jour avril 2021.
- Ne pas dépoussiérer ou balayer, ce qui pourrait favoriser la dispersion des gouttelettes de virus dans l'air
- Laver les guenilles à l'eau chaude



Contrôle des accès (bâtiment – vestiaires)



Le propriétaire doit contrôler l'accès au bâtiment et doit s'assurer du respect des règles de distanciation également dans les vestiaires.

À l'intérieur, 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.

Accès au bâtiment

Une personne physique peut être attitrée à cette surveillance. Elle doit connaître la liste des contrôles qu'elle doit faire :

- Assurer la distanciation des personnes qui sont en attente
- Autoriser l'accès aux personnes qui réussissent le test autodiagnostic
- Limiter le nombre de personnes selon la capacité du lieu
- S'assurer que les personnes lavent leurs mains et portent le couvre-visage ou masque de procédure, selon le cas.

Règles dans les vestiaires

Une personne physique peut être attitrée à cette surveillance. Elle doit connaître la liste des contrôles qu'elle doit faire :

- Refuser l'accès lorsque la capacité maximale du vestiaire est atteinte
- Encourager les personnes à ne pas prolonger leur présence dans le vestiaire
- Assurer la distanciation des personnes et éviter tout rassemblement illégal



Offre aquatique en situation du Vivre avec (Va)

Les activités récréatives aquatiques et les sports aquatiques fédérés présentent de nombreux avantages pour la santé de la population. Dans le contexte du changement climatique, la baignade est une mesure de rafraîchissement facilement accessible permettant de mieux s'adapter aux vagues de chaleur extrêmes de plus en plus à la hausse.

La natation est la deuxième activité la plus populaire (après le vélo) au Canada chez les enfants d'âge scolaire entre 5 et 12 ans, contribuant ainsi à l'adoption et au maintien de saines habitudes de vie. Pour profiter pleinement des nombreux avantages qui y sont liés, il est impératif que la population puisse pratiquer ces activités aquatiques en toute sécurité, avec un minimum de risques pour la santé. Moins de 1 % des noyades mortelles au Canada se produisent dans les lieux de baignade surveillés.

Les installations aquatiques fournissent un service public essentiel à tout moment et en particulier pendant les vagues de chaleur ; leur ouverture fait partie de nombreux plans de prévention des blessures en matière de santé publique.

Par conséquent, étant donné que la COVID-19 représente une menace pour la santé publique, il est essentiel de répondre aux préoccupations opérationnelles des installations aquatiques tout en maintenant les mesures de prévention recommandées par les autorités de santé publique provinciales ou territoriales.

En cas d'augmentation des températures estivales et d'avis de santé relatifs aux vagues de chaleur, en consultation avec les autorités de santé locales, les propriétaires et les opérateurs d'installations aquatiques publiques doivent prévoir ouvrir les piscines et les plages afin de permettre au public de se rafraîchir tout en continuant à respecter toutes les précautions actuellement mises en place contre la COVID-19.

Le retour progressif aux activités aquatiques est souhaité. Chaque discipline aquatique ou activité peut être effectuée selon les consignes et les règles s'appliquant à la phase de relance concernée.

Offre aquatique à la population québécoise, de baigneur à nageur

- ➔ 1. Guide du Va — Pratique libre
- ➔ 2. Guide du Va — Activités physiques aquatiques (APA)
- ➔ 3. Guide du Va – Société de sauvetage et le Sauvetage sportif
- ➔ 4. Guide du Va — Croix-Rouge canadienne, Québec
- ➔ 5. Guide du Va — Fédération de natation du Québec
- ➔ 6. Guide du Va — Fédération de natation artistique du Québec
- ➔ 7. Guide du Va — Fédération de plongeon
- ➔ 8. Guide du Va — Triathlon Québec
- ➔ 9. Guide du Va — Fédération de waterpolo du Québec
- ➔ 10. Guide du Va — Plages du Québec
- ➔ 11. Guide du Va — Parcs aquatiques du Québec



1 GUIDE DU VIVRE AVEC Pratique libre

DÉFINITION

Baignade récréative/pratique libre : Période où les activités des baigneurs-nageurs ne sont pas encadrées et où les baigneurs-nageurs ne sont pas sous la supervision ou la direction d'un moniteur ou d'un entraîneur. Cette période peut inclure, sans s'y limiter, des événements tels que les fêtes d'anniversaire, les camps de jour, les bains libres ou publics, les locations et les bains pour adolescents.

Légende :



Ce que la littérature dit



À faire par le gestionnaire

Programmation en temps de chaleur extrême

[INSPQ a publié une fiche sur le sujet](#)



- C'est la Santé publique qui annonce les périodes de canicule.
- En temps de canicule, les piscines deviennent un service essentiel. Elles deviennent des lieux de fraîcheur.
- L'accessibilité des installations aquatiques en période de canicule doit pouvoir permettre au plus grand nombre possible de personnes de se rafraîchir.



- Demeurer vigilant en cas d'annonce de période de canicule
- Prévoir une programmation particulière
- Prolonger les heures d'ouverture si possible
- Modifier les horaires des employés
- Écourter la présence des baigneurs
- Annuler des activités moins essentielles
- Annoncer à l'avance que la programmation peut être modifiée si les autorités de la Santé publique l'exigent.

Baignade récréative/rafraîchissement



Selon la capacité d'accueil maximale (CBM), les personnes admises sur le bord de la piscine sont libres.

Elles peuvent :

- S'activer sur place
- Sauter, plonger dans l'eau
- Utiliser les tremplins, la corde de Tarzan
- Nager sur de courtes distances

Elles ne peuvent pas :

- Partager des équipements, comme des ballons, des tubes, etc.
- Se rapprocher à moins de 2 m d'un autre baigneur
- Jouer à la tag, par exemple

[Retour à la table des matières ↑](#)

Le défi : les gens habitant à la même adresse peuvent se toucher et s'approcher à plus de 2 m les uns des autres.



- L'équipe de sauveteurs en fonction doit réfléchir à la manière dont elle va sensibiliser la clientèle à l'importance de la distanciation physique et aux moyens de la pratiquer.
- Les sauveteurs dont la tâche première est de veiller à la sécurité des baigneurs doivent intervenir de façon brève auprès de la clientèle pour distancier les participants. La fréquence et la longueur de ces interventions ne doivent pas constituer une entrave majeure à la prévention des noyades et la surveillance. Intervenir auprès de 2 bulles familiales pour les inviter à se distancier ne constitue pas une « Intrusion » RID, mais est plutôt une intervention de relation publique renseignant le participant sur le comportement à adopter.

Natation en longueur

La fédération de natation Canada et Société de sauvetage Canada ont publié [un document](#) sur sujet.



Pour la pratique de la nage en longueur, la pratique de la nage en longueur pourrait respecter les consignes suivantes :

En sachant qu'il faut garder 2 m de distance entre les nageurs, le nombre de nageurs maximum recommandé dans les corridors de nage en longueur en pratique libre peut aller jusqu'à :

- Bassin 25 m : 6 à 8 nageurs par couloir simple
- Bassin 50 m : 10 à 12 nageurs par couloir simple

Pourvu que lorsqu'un nageur arrête dans le couloir, le nageur qui le suit doive s'arrêter à 2 m de distance de tout autre nageur.

Aucun regroupement au bout des couloirs.

Idéalement, il faudrait mettre des indicateurs visuels aux 2 m sur les câbles pour aider les nageurs à se repérer.

Les disques de distanciations mauves peuvent être installés aux 2 m. (NOUVEAU et maintenant disponibles)

Camps de jour

[L'ACQ a mis à jour son Guide](#)



En temps de COVID-19, il est convenu que :

- Les animateurs font respecter la distanciation sociale de leur groupe d'enfants ;
- Les animateurs partagent les responsabilités décrites dans le Guide d'accompagnement des groupes d'enfants⁴ ;
- Les enfants doivent être évalués et doivent se conformer à leur niveau d'habileté aquatique ;
- Les VFI doivent être remis aux enfants qui ne savent pas nager.

⁴ https://camps.gc.ca/files/9714/6248/9582/encadrement_aquatique_fr.pdf

Le ratio animateur/enfants en camp de jour est : Assouplissement des ratios 3 juin 2020⁵

Compte tenu de l'évolution des connaissances relatives à la transmission du virus et de la situation de la pandémie, la direction générale de la santé publique donne son accord afin que les camps de jour puissent revenir aux rapports d'encadrement habituels recommandés par l'Association des camps du Québec (ACQ) pour la période estivale 2020.

Groupe d'âge	3-4 ans	5-6 ans	7-8 ans	9-11 ans	12-14 ans	15-17 ans
Ratio animateur/enfants	1/8	1/10	1/12	1/15	1/15	1/15



Le Guide de relance des camps en contexte de COVID-19⁶ mentionne que :

- Afin d'aider les jeunes à s'occuper et à respecter la distanciation physique, les animateurs des camps de jour et des groupes devraient organiser des activités qui encouragent la distanciation entre les participants plutôt que la natation libre. Ici, l'encadrement est utilisé pour favoriser la surveillance d'un groupe.

Activité sportive et non encadrée (pratique libre)



- Les activités sportives peuvent se pratiquer sous forme récréative, en pratique libre (c.-à-d. sans la présence d'entraîneurs).
- Lorsque les activités sportives sont encadrées, il faut se référer au guide de relance de chaque discipline sportive aquatique. Il ne s'agit plus de pratique libre.

Camp de jour — Discipline sportive



- Cette activité fait partie des activités en pratique libre autorisées. Ces camps sont autorisés depuis que les activités aquatiques dirigées sont autorisées.



- Le gestionnaire aquatique doit s'assurer que les participants sont membres de leur fédération ou être conscient que s'ils ne le sont pas, ils bénéficient de la couverture d'assurance du propriétaire.

⁵ <http://www.fil-information.gouv.qc.ca/Pages/Article.aspx?idArticle=2806032404&fbclid=IwAR12CWwOj83vki19tsT-merskbHs0QqiGwrr9g046k1Z2zzHzOD4LMkoaA4>

⁶ <https://campsquebec.com/mesures-covid19>



2

GUIDE DU VIVRE AVEC Activité physique aquatique (APA)

Les cours d'activité physique aquatique sont des activités dirigées.

Selon les autorisations en vigueur.

Ce que la littérature dit⁷ :

Pour tenir des cours d'activité physique aquatique en temps de COVID-19, maintenir une distance physique entre les participants pendant le cours d'APA peut s'avérer difficile.

1. Offrir uniquement des cours d'APA conformément aux recommandations des autorités de santé provinciales et territoriales.
2. Pour les cours d'APA, privilégier les groupes avec lesquels il est plus facile d'appliquer la distanciation physique.
3. Voir les normes actuelles/révisées en ce qui a trait aux programmes de cours d'activités physiques aquatiques (APA) offerts dans l'organisme concerné.

Zone rouge : interdit

Zone orange : interdit

Zone jaune : maximum 12 participants + 1 moniteur

Zone verte : maximum 25 participants + 1 moniteur et du personnel

Tous les participants à 2 m de distanciation

Si plus d'un groupe est présent, s'assurer que les groupes ne se croisent jamais.

Les formations APA-ARAQ en période de COVID-19 seront offertes dans le plus grand respect des consignes de santé publique. Pour connaître l'horaire des formations 2021, [cliquez ICI](#).

Groupe privé ARAQ-aquaforme sur Facebook

Les moniteurs formés via la formation APA-ARAQ peuvent se joindre au groupe Facebook [ARAQ-aquaforme](#). Caroline Berthiaume anime cette communauté de moniteurs et partage les bonnes pratiques adaptées en temps de COVID.

⁷ https://www.lifesaving.ca/cmsUploads/lifesaving/File/Guidelines%20for%20Progressive%20Reopening_FR_Final.pdf



3

GUIDE DU VIVRE AVEC Société de sauvetage et Sauvetage sportif

Sauvetage sportif

Voici le Guide de relance du sauvetage sportif.



Pour visionner le Guide, [cliquez ICI](#).

Il nous reste le volet piscine à ajouter, puisqu'il serait possible que nos clubs reprennent leurs activités en piscine au cours de l'été.

Formation menant au brevet de sauveteur national

Comme vous l'avez lu dans l'[avis du 6 juin](#), un arrêté ministériel nous permet dès maintenant d'offrir des formations menant au brevet de sauveteur national dans nos piscines intérieures.

On peut donc :

- Terminer nos cours qui ont été interrompus à la session hiver (médaille, croix, PSG, sauveteur)
- Organiser de nouveaux cours (médaille, croix, PSG, sauveteur)
- Organiser des requalifications

Cordialement,

Raynald Hawkins
Directeur général



4

GUIDE DU VIVRE AVEC Croix-Rouge canadienne, Québec

En fonction de notre nouvelle réalité, la Croix-Rouge canadienne a créé des lignes directrices pour aider ses partenaires de formation à poursuivre la prestation des cours de façon sécuritaire et en respectant les recommandations émises par les autorités de santé publique.

Les programmes de Croix-Rouge Natation (CRN) ont été créés afin de prévenir les noyades. Le moyen choisi et privilégié est l'enseignement de la natation et des comportements sécuritaires près, sur et dans l'eau.

DÉCRET pour continuer les formations [MSA](#)

Depuis juin 2020, la Santé publique, via le décret # 2020-043, permet les formations et les renouvellements de MSA. Nous vous encourageons à faire les renouvellements au fur et à mesure pour que lors de la reprise, vous puissiez reprendre les activités le plus rapidement possible.



Pour visionner le Guide, [cliquez ICI](#).

Vous avez des questions ?

Si vous avez des questions, veuillez composer le 1 (877) 356-3226 ou communiquer avec votre coordonnatrice sénior.

Merci de nous aider à créer un environnement de formation sécuritaire pour les participants et les moniteurs.

Johane Lafleur Coordonnatrice senior, Prévention et sécurité — secourisme, natation et sécurité aquatique

Voici quelques mises à jour intéressantes pour le gestionnaire aquatique :

Le MSA fera son enseignement majoritairement du bord de la piscine.

Le MSA devra avoir une aide flottante avec lui et son sifflet (comme d'habitude).

Le MSA utilisera les démonstrations le plus souvent possible. Il les fera en allant dans l'eau et les nageurs seront à l'extérieur de l'eau à 2 m de distance.

P. 11

Les niveaux LOUTRE DE MER à POISSON-LUNE : les parents sont **FORTEMENT** recommandés (1 parent par nageur). Si vous faisiez ces niveaux avec parents habituellement, continuez à le faire.

Les niveaux CROCODILE-BALEINE : les parents sont **RECOMMANDÉS** (1 parent par nageur).

P. 14

Les niveaux JUNIORS 1 et 2 : les parents sont **FORTEMENT** recommandés (1 parent par nageur). ** Il ne faut pas oublier que ce sont des nageurs très débutants malgré leur âge et leur gabarit.

Les niveaux JUNIORS 3 et 4 : les parents sont **RECOMMANDÉS** (1 parent par nageur).

Pour les niveaux JUNIORS 5 à 10, les nageurs seront non accompagnés.

Q. 21 Distanciation (exemple)

Afin de maintenir une distanciation physique de 2 m entre vous et les participants ET entre les participants, il faut songer à revoir le ratio à la baisse. En mètre linéaire, 16 participants exigent 32 m de longueur. Ce ne sont pas toutes les promenades qui permettent de les placer en rangée aux 2 m. Maximum : 12

P. 32 Adaptations proposées pour faciliter les stages MSA

Revoir l'horaire des stages en fonction de l'option choisie (en ordre de priorité)

OPTION 1 : Faire minimum 8 heures, comme prescrit dans les normes

OPTION 2 : Faire minimum 4 heures en cours privés/bulle (l'apprenant ne peut pas être un parent/adulte)

OPTION 3 : Faire minimum 4 heures avec « simulation de cours privés » donnés à l'intérieur du cours de MSA



5 GUIDE DU VIVRE AVEC Natation

Introduction

La Fédération a préparé ce document en se basant sur les dernières informations disponibles à ce jour provenant de diverses sources d'information, notamment celles des autorités de la santé publique. Le document sera 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.



Pour visionner le Guide, [cliquez ICI](#).

Francis Ménard
Directeur général



6 GUIDE DU VIVRE AVEC Natation artistique

Introduction

Depuis le 20 mai 2020, la ministre Isabelle Charest annonce progressivement le déconfinement sportif. Cette reprise graduelle est une bonne nouvelle puisque la pratique sportive contribue à la santé et au bien-être de la communauté. Il est important qu'elle puisse se dérouler dans un environnement encadré et sécuritaire. Des conditions strictes s'appliquent et la santé publique doit rester la priorité en tout temps.

Le contexte entourant la pandémie de la Covid-19 amène à repenser tous les domaines d'activités en société, dont le sport. Depuis plusieurs semaines déjà, Natation artistique Québec travaille activement avec plusieurs partenaires du milieu sportif et aquatique afin de préparer cette reprise des activités en période de pandémie. 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 sont disponibles sur le site de l'[Association des responsables aquatiques du Québec](#).

Consultez régulièrement ce document pour connaître les nouveautés. Son contenu est évolutif et peut être modifié en tout temps selon les nouvelles directives de la Santé publique.

Natation artistique Québec souhaite remercier les membres de son comité de relance pour la pertinence de leurs recommandations ainsi que la qualité de leurs travaux. Il est à noter que ce document couvre les activités d'entraînement seulement. Les consignes qui ont rapport aux compétitions seront préparées ultérieurement.



Pour visionner le Guide, [cliquez ICI](#).

Julie Vézina
Directrice générale



7 GUIDE DU VIVRE AVEC Plongeon

Introduction

Depuis le 20 mai 2020, la ministre Isabelle Charest annonce progressivement le déconfinement sportif. Cette reprise graduelle est une bonne nouvelle puisque la pratique sportive contribue à la santé et au bien-être de la communauté. Il est important qu'elle puisse se dérouler dans un environnement encadré et sécuritaire. Des conditions strictes s'appliquent et la Santé publique doit rester la priorité en tout temps.

Le contexte entourant la pandémie de la COVID-19 amène à repenser tous les domaines d'activités en société, dont le sport. Depuis plusieurs semaines déjà, Plongeon Québec travaille activement avec plusieurs partenaires du milieu sportif et aquatique afin de préparer cette reprise des activités en période de pandémie. 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 sécuritaire 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, ainsi que sur le site web de Plongeon Québec.

Consultez régulièrement ce document pour connaître les nouveautés. Son contenu est évolutif et peut être modifié en tout temps selon les nouvelles directives de la Santé publique.

Plongeon Québec souhaite remercier les membres de son comité de relance pour la pertinence de leurs recommandations ainsi que la qualité de leurs travaux. Il est à noter que ce document couvre les activités d'entraînement seulement. Les consignes qui ont rapport aux compétitions seront préparées ultérieurement.

► Pour visionner le Guide version 5.2, [cliquez ICI](#). Mise à jour 8 avril 2021.

Exemple de partage des responsabilités entre les clubs et le gestionnaire aquatique (page 15)

CONSIGNES ET RESPONSABILITÉS : CLUBS

ENTREPOSEZ SUR PLACE LE MATÉRIEL DES ATHLÈTES POUR ÉVITER LES ALLERS-RETOUR (ESPACE RÉPÉTITIVE)	UNE PERSONNE-RESSOURCE EST IDENTIFIÉE DANS LE CLUB POUR REMPLIR LES AUTORISATIONS	TENEZ UN REGISTRE DÉTAILLÉ DES PRÉSENCES À CHAQUE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT (DOIT ÊTRE DISPONIBLE POUR LES AUTORITÉS)	SUIVEZ LES DIRECTIVES DES PROPRIÉTAIRES DES INSTALLATIONS SPORTIVES	PRÉVOYEZ LA MISE À JOUR DE LA FORMATION EN LIEN AVEC LA COVID-19 SUR LES ENTRAÎNEURS QUI ONT UN BREVET DE SAUVETAGE
LES RÈGLES SONT COMMUNIQUÉES À TOUTS LES INTERVENANTS	UNE STATION DE LAVAGE DES MAINS OU UNE SOLUTION HYDROALCOOLIQUE EST DISPONIBLE SUR LE SITE D'ACTIVITÉ	LES RÈGLES D'HYGIÈNE SONT CLAIREMENT VISIBLES SUR LE SITE D'ACTIVITÉ	IDENTIFIEZ ET FORMEZ DES SUPERVISEURS POUR L'APPLICATION DES RÈGLES	ASSUREZ-VOUS D'INFORMER LES SUPERVISEURS DE POSER LA SÉRIE DE QUESTIONS LIÉS À LA COVID-19 (SYMPTÔMES) À CHAQUE PERSONNE
AJUSTEZ VOTRE PLAN D'ACTION D'URGENCE (PAUP) DU CLUB EN CONSÉQUENCE	TROUSSE DE PREMIERS SOINS DISPONIBLE SUR LES LIEUX	UN COULOIR DE CIRCULATION EST CLAIREMENT IDENTIFIÉ	PREVOYEZ UNE SÉANCE D'INFORMATION POUR VOS EMPLOYÉS À PROPOS DES RISQUES LIÉS À LA COVID-19 ET AUX NOUVELLES MÉTHODES DE PRÉVENTION SELON LA QUÉBEC	

Dernière mise à jour : 16 avril 2021 (Version 5.2)

Guide de relance progressive du plongeon | 15

Bonne lecture !

Marco Berthelot
Directeur général

[Retour à la table des matières ↑](#)



8 GUIDE DU VIVRE AVEC Triathlon

Introduction

Le retour de la pratique sportive encadrée est une bonne nouvelle pour le milieu sportif québécois. La pratique sportive contribue à la santé et au bien-être de notre communauté et il est important qu'elle puisse se dérouler dans un environnement encadré et sécuritaire.

L'équipe de Triathlon Québec a travaillé activement avec plusieurs partenaires du milieu sportif et aquatique afin de préparer cette reprise des activités en période de pandémie. Les partenaires de la Vision concertée de l'Univers aquatique (VCUA) se sont unis pour développer des guides de relance sportive afin d'outiller les clubs et les acteurs du milieu dans la reprise graduelle de leurs activités.



Pour visionner le guide, [cliquez ICI](#).

Marie-Eve Sullivan
Directrice générale



9 GUIDE DU VIVRE AVEC Waterpolo

Introduction

« Depuis le 20 mai 2020, la ministre Isabelle Charest procède progressivement au déconfinement sportif au Québec. Cette reprise graduelle est une bonne nouvelle puisque la pratique sportive contribue à la santé physique et mentale ainsi qu'au bien-être de toute la communauté. Il est primordial que la pratique sportive se déroule dans un environnement encadré et sécuritaire. Des conditions strictes s'appliquent et la santé publique doit rester prioritaire en tout temps.

Le contexte entourant la pandémie de la COVID-19 amène à repenser tous les domaines d'activité, dont le sport. La fédération collabore activement avec plusieurs partenaires du milieu sportif et aquatique afin de préparer cette reprise des activités. Les partenaires de la Vision concertée de l'univers aquatique (VCUA) se sont unis afin de produire des guides similaires pour relancer les activités et faciliter le retour à l'eau.

Consultez régulièrement ce document pour connaître les nouveautés. Son contenu est évolutif et susceptible d'être modifié de temps à autre selon les nouvelles directives de la Santé publique ou l'annonce d'une nouvelle phase du déconfinement.

Waterpolo Québec vous remercie d'avoir gardé la flamme des athlètes durant le confinement. À nous maintenant de ranimer leur passion en toute sécurité ! »



Pour visionner le guide, [cliquez ICI.](#)

Olivier Bertrand
Directrice générale



10

GUIDE DU VIVRE AVEC Plages du Québec

Il n'y a pas de guide spécifique aux plages. Une section est documentée dans le guide des Parcs aquatiques du Québec p. 25 ainsi que dans le document INSPQ – Lieux de baignade p. 3 et 5.



11 GUIDE DU VIVRE AVEC Parcs aquatiques du Québec

Introduction

Le regroupement des parcs aquatiques du Québec a mis à jour son [guide de sécurité en situation de COVID](#) (et le [tableau](#))

Extrait du document de référence :

1.1 Plan de sécurité sanitaire de l'industrie touristique et plan spécifique aux parcs aquatiques

Le présent document vise à compléter le [Plan de sécurité sanitaire \(COVID-19\) de l'industrie touristique](#) traitant des éléments généraux communs à l'ensemble du secteur touristique, auquel nous référerons comme étant le « tronc commun ».

L'intention du présent plan est de traiter les aspects spécifiques à l'exploitation des parcs aquatiques en contexte de pandémie. Les éléments du plan ci-dessous sont donc inclus au « tronc commun » et seront appliqués dans l'ensemble des parcs du RPAQ :

1. [Engagement à se conformer](#) aux mesures sanitaires pour un retour des activités
2. [Informations utiles liées à la COVID-19](#)
3. [Planification de la logistique](#) pour la mise sur pied des équipes de gestion des mesures
4. [Élaboration des stratégies pour faire face à la pandémie](#)
5. [Élaboration d'un plan de prévention et de contrôle des risques d'infection liés à la clientèle](#)
6. [Élaboration d'un plan de prévention de la santé et de la sécurité \(COVID-19\) en milieu de travail](#)
7. [Élaboration d'un plan d'urgence advenant la constatation de symptômes ou la déclaration d'un cas de COVID-19 \(employés et clients\)](#)
8. [Gestion des ressources humaines](#)
9. [Gestion des communications](#)
10. [Préparation de l'après-pandémie](#)

Yves Juneau
Président-directeur général
Association des stations de ski du Québec
Tél. : 450 765-2012, poste 107

www.maneige.ski

Guide d'exploitation des piscines et pataugeoires



En 2019, l'Association québécoise du loisir municipal (AQLM) a formé un comité de pilotage réunissant des responsables aquatiques de neuf des dix plus grandes villes du Québec ainsi que des représentants de la Croix-Rouge, de la Société de sauvetage, de l'Association des responsables aquatiques du Québec (ARAQ), de l'Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail, secteur « affaires municipales » (APSAM) et du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES) afin de produire un guide sur l'exploitation, l'entretien et la surveillance des installations aquatiques (piscines et pataugeoires) dans un contexte municipal.

Ce guide, publié en 2020, s'adresse avant tout aux exploitants d'un lieu de baignade, aussi appelés gestionnaires aquatiques. Ce sont les premiers responsables de l'exploitation optimale du lieu de baignade et de la sécurité des usagers. Le guide présente les principales actions à mettre en œuvre afin d'assurer une offre de service aquatique de qualité et diversifiée dans le respect des normes, des lois et de la réglementation en vigueur.

À titre d'exploitant d'un lieu de baignade, ce guide vous aidera à vous acquitter de vos responsabilités sans restreindre indûment les activités aquatiques agréables et bénéfiques.



Pour visionner le guide, [cliquez ICI.](#)

N'hésitez pas à le consulter fréquemment, gardez-le à portée de main.

Défis et opportunités de la programmation

Mise en situation

L'arrêt forcé, ou du moins le ralentissement imposé, change nos perspectives. La définition de la normalité n'est plus aussi simple à dire, ou même à imaginer. Nos habitudes sociales ont été chamboulées, nous sommes en situation d'apprentissage. Il faut profiter de cet arrêt des activités pour réfléchir, tout en continuant d'agir et de s'adapter. Cette réflexion nous portera au-delà de la programmation de l'automne, elle se fera à petits pas, à partir de maintenant, et se poursuivra pendant plusieurs années.

Je vous invite à lire, à être curieux, à écouter les gens. Je vous invite, à titre d'influenceur, à vous questionner, à oser penser différemment, à créer et à innover... mais à petits pas.

Par exemple, lorsque je lis la [publication de l'Observatoire québécois du loisir](#), en janvier 2021, qui dit que le sport organisé québécois doit se recentrer sous les angles de l'accessibilité et du plaisir (Allison-Abauza, Woodburn, 2021), et que je regarde ce qu'ils proposent comme pistes d'actions, je constate qu'ils ont le pouvoir d'influencer, à petits pas, ma façon d'offrir une programmation post-COVID à ma clientèle.

Processus de cueillette d'idées – ARAQ et ses partenaires

Après le symposium de l'ARAQ en novembre 2020, les membres ont été invités à partager leurs visions d'une programmation post-COVID. Des 4 rencontres qui ont eu lieu, 4 thèmes ont été reconnus :

- C'est en janvier que Michelle Halde (Rimouski) a partagé aux 4 directeurs de région de l'ARAQ la liste des idées concernant les cours de natation,
- Samuel Cournoyer (Belœil) les idées pour l'organisation des bains libres et du programme *Nager pour survivre*, puis
- Beatrice Harvey (Gaspé) nous a fait une liste d'idées créatives pour animer des ateliers, des capsules qui rejoindraient mieux aux participants, et finalement
- Marie Duhamel (Saint-Hyacinthe) a aussi listé des défis et des opportunités pour les employés et les cours de formation.

Ce ne sont pas les idées qui manquent. Nous avons tenté de faire **UN RÉSUMÉ DU RÉSUMÉ** (2020-12-09) qui disait à peu près ceci :

- **Être créatif – se réinventer**
N'attendez pas un programme mur à mur, il n'y aura pas de consensus provincial ARAQ. Vos idées sont bonnes et répondent à votre milieu, essayez-les !
- **Développer une approche holistique**
Offrez des activités et réservez un accueil à votre clientèle qui tient compte de la personne, de la famille dans son tout. Ses besoins sont autant sociaux, psychologiques, émotifs que physiques. Même chose avec la variété : offrez l'ensemble des sports aquatiques, faites goûter autre chose, offrez-les en ateliers, trouvez-leur un nom accrocheur, etc.
- **Protégeons quand même nos programmes...**
On ne nivèle pas par le bas. Sion annonce un programme, on le fait parfaitement. La Croix-Rouge, les fédérations et la Société de sauvetage ont été créatives dans l'adaptation de leurs exigences, ne dénaturons pas leur travail.
- **Mobilisons notre relève d'employés**
Forçons-nous pour rendre ça « sexy ».
- **Nager pour survivre**
C'est le temps d'agir massivement pour prévenir la noyade. Un an sans cours de natation, c'est très long et les conséquences seront importantes. Le programme *Nager pour survivre* est une bonne porte à ouvrir.

De cette démarche découle ce chapitre des défis et opportunités pour qu'ils inspirent notre nouvelle façon de vivre avec.

Liste des défis et opportunités

Bain libre

Idées

- Animer des capsules techniques durant la baignade libre. Par exemple : comment tenir son enfant, prévention ou selon des thèmes généraux (flottaison, immersion), sans parler d'âge.
- Offrir de nouvelles plages horaires
- Programmer des bains libres thématiques (musique de Noël, trouvez le lutin)
- Transformer les bains libres animés en donnant des conseils durant les bains libres familiaux
- Qu'est-ce qu'on peut faire dans le bain *swimforce.ca* — flottaison dorsale, contrôle de la respiration, verser de l'eau sur la tête, etc.

Cours de natation

Inquiétudes

- Est-ce que les clients vont répondre à l'appel (selon MIS, 43 % des parents ne s'inscrivent pas s'ils doivent aller dans la piscine) ? Les parents ne veulent pas aller à l'eau. Les parents ne savent pas quoi faire.
- De moins en moins de gestionnaires veulent s'embarquer dans la programmation d'une session traditionnelle
- Enseigner au parent « comment enseigner » a été très stressant pour ceux qui l'ont tenté. Les parents sont hésitants, les enfants écoutent moins. Comment discipliner le nageur ?
- Comment rendre le cours de natation un service essentiel ?

Point positif

- Les parents sont plus impliqués dans la progression puisqu'ils sont dans l'eau avec eux.

Idées

- Offrir de petites sessions (5 cours)
- Présenter les nouvelles méthodes d'enseignement pour les moniteurs
- Montrer aux parents comment soutenir leurs enfants
- Établir le lien avec l'enfant en n'étant pas le moniteur direct
- Offrir le plus d'encadrement possible aux moniteurs
- Être présent sur le bord de l'eau
- Utiliser le *Zoom* pour offrir des formations aux moniteurs
- Offrir des formations techniques sous forme de capsule vidéo
- Offrir des ateliers « découverte » ou cliniques de perfectionnement pour compléter des niveaux
- Offrir des ateliers-maison classés par groupe d'âge ou par technique et habileté (1 à 3 cours)

[Retour à la table des matières ↑](#)

- Donner des devoirs aux enfants, des périodes de perfectionnement/pratiques libres à ajouter aux périodes de cours (devoirs à faire à la maison)
- Donner des devoirs aux parents, donner un certain niveau de responsabilité aux parents pour l'apprentissage de leur enfant (devoirs/exercices à faire avant le prochain cours)
- Faire comme à Belœil : cours privés prix mitoyen, 5 cours de 30 ou 45 minutes par objectif
- *SwimGen* utilisé par YMCA, un portail pour employés et parents
- Ajouter de l'encadrement durant les leçons
- Offrir des séances *Zoom* pour réintroduire la natation.
- Exploiter le contenu des formations telles que : sécurité aquatique, sécurité sur la glace, sécurité des piscines résidentielles, baignade parfaite, etc.
- Utiliser les jeux interactifs de la Croix-Rouge —
- Offrir un bonbon aux parents pour les encourager à se mouiller : perfectionnement après le cours de l'enfant (YMCA yoga et Zumba gratuits pour parent)
- Vendre l'idée que c'est une occasion de « tisser des liens », des moments précieux à partager avec leur enfant
- Aller vers la qualité : ajouter des cours, diminuer les ratios, diminuer le temps par période
- Essayer l'évaluation continue et le changement de niveau en cours de session (+ gestion)
- Explorer des programmes spéciaux pour rendre les privés accessibles pour tous. Pensons à la [Fondation Bon départ](#) de Canadian Tire, qui finance des inscriptions aux enfants en situation de vulnérabilité.

Cours d'Activité physique aquatique (APA)

Idées

- Aquaforme pour une clientèle plus jeune (musique et contenu adapté) aqua-Zumba (YMCA), Speedo fit, CrossFit en piscine (beaucoup de succès au YMCA) — Bonne idée pour les fédérations aquatiques ?
- Formation George St-Pierre — CrossFit piscine
- Peut-être agrandir l'éventail des cours APA ARAQ
- Module sport pour ado Croix-Rouge

Formation en sauvetage et MSA

Idées

- Offrir des formations aux employés
- Talent LMS : Formation en ligne. MIS l'utilise pour former les moniteurs
- Offrir des cours *Gardien averti* faisables en ligne (perfectionnement pour MSA à jour)
- Voir à utiliser la formation en ligne pour les leçons sans contact : [voici un exemple](#) (anglais seulement)

Recrutement et entraînement du personnel

Idées

- Difficile d'offrir des heures pour leur permettre d'acquérir de l'expérience
- Faire travailler les nouvelles recrues quelques heures

- Offrir des séances d'entraînement Zoom (c'est moins l'fun, mais ça garde le lien de l'équipe)
- Innover dans nos entraînements : travailler en sous-groupe
- Présenter de nouvelles approches pour nos jeunes
- Préparer des entraînements à faire dans la piscine
- Financement municipal pour des formations gratuites (Thetford Mines) : explorer les possibilités avec Emploi Québec (4 mois de formation, 2 mois de stage - YMCA)
- Fidélisation du personnel
- Climat de travail favorable
- Formation en ligne pour garder la technique à jour
- Offrir une rencontre zoom hebdomadaire thématique
- Encourager à maintenir la forme — défi physique. Mettre à contribution d'autres employés comme animateurs.
- Impliquer les moniteurs-chefs dans le cheminement des employés

Nager pour survivre

- Ce programme est-il possible pour les bulles classes en pallier rouge ? Prendre contact avec les écoles pour leur fournir le matériel didactique disponible
- Utiliser le programme au maximum, il n'y a pas eu de cours de natation depuis un an.
- Faire de la pub pour les écoles
- Communiquer avec les directeurs pour leur offrir cette activité
- Maximiser les déplacements. Si l'installation a une salle, l'utiliser pour une classe lorsqu'un groupe est en piscine et l'autre en classe, permettant une plus grande rentabilisation du voyage en autobus.

Piscines résidentielles

- YMCA — Zoom sur la sécurité piscine résidentielle
- Surveillance durant les rassemblements piscine résidentielle — sauveteur désigné Croix-Rouge
- Préparer la saison estivale
- Développer la sécurité des piscines résidentielles
- Mettre en place des outils pour les surveillants des piscines
- Rendre l'information disponible sur votre site web

Marketing et demande de la clientèle

- Important d'utiliser toutes nos plateformes disponibles
- Il va falloir innover, faire des pubs, garder le contact avec nos clients
- Possibilité de faire un sondage pour nos clients
- Connaître ce qu'ils aimeraient avoir comme cours ou service
- Les cours de formation fonctionnent bien, miser sur ce service pour que les clients viennent à la piscine
- Écouter les demandes des clients

- Mettre en place des outils pour eux : capsules sur les techniques de nage, par exemple

Fédération/club — comment les réintégrer ?

- Établir le contact et garder le lien avec eux
- Voir de quoi ils auront besoin
- Offrir des cours ou des périodes pour leurs nageurs
- Créer des ateliers « découverte »
- Présenter tous les sports aquatiques — VCUA
- Inviter la brigade *Tournée dans l'eau*

Opportunités

Parascolaire (mesures 15028 et 15023)

Le ministère de l'Éducation a deux mesures qui peuvent soutenir des initiatives dans votre milieu. Il est question ici de déboursier les salaires et toutes dépenses associées à l'activité.

- [Mesure 15023](#)
Pour les activités s'adressant aux élèves de niveau primaire
- [Mesure 15028](#)
Pour les activités s'adressant aux élèves de niveau secondaire – L'ARAQ et la Société de sauvetage vous invitent à déposer des projets. Une présentation provinciale a été faite aux délégués de tous les centres de services scolaires du Québec en avril dernier. (Présentation disponible : [Documents version 5,2\2021_04_09_Sauvetageparascolaire_SDES_ARAQ_final_AO.pptx](#).)

Informez-vous auprès de votre centre de service scolaire, préparez des projets clé en main. Des formations en sauvetage peuvent être offertes, de la relève d'entraîneur peut se préparer en parascolaire, soyons créatifs et surtout proactifs.

Webinaire — jeudi 25 mars 2021

La présentation de l'ARAQ en collaboration avec la VCUA a été faite. « Pour une vision concertée du développement de la littératie physique en milieu aquatique »

Document de réflexions : <https://sportpouurlavie.ca/portfolio-view/litteratie-physique-dans-les-environnements-aquatiques/>

Conclusion

Les idées des uns peuvent devenir la nouveauté des autres ! Le réseautage doit demeurer très vivant, c'est notre plus grande force actuellement.



ARAQ

Association des responsables
aquatiques du Québec

4545, av. Pierre-De Coubertin
Montréal (Qc) H1V 0B2
514 252-5244 • info@araq.net