



GUIDE DE RELANCE PROGRESSIVE DE LA DANSE SPORTIVE AU QUÉBEC

AVANT-PROPOS

Toute la communauté sportive québécoise vit présentement des moments difficiles sans précédent et nous savons tous que le sport sous toutes ses formes est important pour la population de tout âge autant pour la santé physique que mental.

Nous travaillons donc à préparer une relance progressive en attendant un retour à la normal. Cette relance devra se faire tout en respectant les consignes de santé publique en place.

Étant donné que la danse sportive est un sport de proximité dans la plupart des cas et qu'il se pratique à l'intérieur dans des espaces souvent restreints rendant difficile la reprise de façon sécuritaire, il s'avère nécessaire d'utiliser des stratégies innovatrices et créatives pour s'adapter à la situation.

Le guide suivant a donc pour but de vous donner les outils pour orienter vos décisions et de proposer des solutions temporaires pour reprendre les activités le plus rapidement possible. Il ne présente pas seulement des recommandations et des procédures, mais aussi les normes à respecter pour la reprise de notre sport de façon sécuritaire.

Ce guide s'applique pour tous les studios, écoles et académies de danse sportive, pour tous les danseurs qui pratiquent la danse de façon récréative où compétitive et aux instructeurs, entraîneurs et professionnels en danse sportive.

Il est de notre devoir à tous, de suivre et d'appliquer cette directive dans toutes les occasions ou vous participerez à des activités en danse sportive.

Les phases de déconfinement des activités sportives sont dictées par le Gouvernement du Québec. **Ce guide est donc voué à évoluer selon les nouvelles directives du gouvernement.**

Pour les informations à jours sur le déconfinement, veuillez-vous référer au site du Gouvernement du Québec sur [la reprise graduelle des activités en lien avec les mesures de ralentissement de la COVID-19](#).

8 juin 2020

Table des matières

Écoles, studios et académies de danse	3
Cours et entraînements	4
Athlètes compétitifs et danseurs récréatifs.....	4
Entraîneurs, instructeurs et professionnels.....	5
Annexe 1 - Reconnaissance du risque	6
Annexe 2 - Fiche à remplir en cas de COVID-19.....	8
Annexe 3 - Contacts et liens utiles	10

Écoles, studios et académies de danse

- Il est de la responsabilité des propriétaires et gestionnaires de mettre en place des mesures pour faire respecter les paramètres édictés par la santé publique.
- Aviser chaque personne des règles à suivre avant leur arrivée sur les lieux. De plus, chaque personne doit s'abstenir de se présenter si :
 - Elle présente des symptômes de la COVID-19 ou qu'elle a reçu un résultat positif. Elle doit respecter les consignes d'isolement.
 - Elle a eu des contacts étroits d'un cas de COVID-19. Elle doit respecter les consignes d'isolement qui s'appliquent.
- Un registre journalier des arrivées à la salle et des départs devrait être maintenu par le propriétaire du studio et conservé au cas où la santé publique est à faire enquête. Le registre devrait inclure les informations suivantes :
 - Nom
 - Téléphone
 - Date (jour/mois/année), heure d'arrivée et heure de départ
 - Questions importantes :
 - Présentez-vous des symptômes de la Covid-19 (fièvre, toux, difficultés respiratoires, perte soudaine de l'odorat, du goût sans congestion nasale) ?
 - Attendez-vous ou habitez-vous avec une personne qui attend un résultat de test de dépistage pour la Covid-19 ?
 - Revenez-vous d'un voyage dans un pays étranger ?
 - Avez-vous reçu l'indication par un médecin ou d'une autorité compétente de rester à la maison ?
- Face aux dangers associés à la pandémie, et afin d'en limiter les risques, nous vous conseillons fortement de faire signer, à chaque participant ou parent, un document « Reconnaissance de risque » que vous retrouverez à l'annexe 1.

Le document contient un engagement du participant de s'abstenir de participer aux activités s'il démontre des symptômes liés au COVID-19. Essentiellement, en signant un tel document, le participant reconnaît que malgré toutes les précautions prises, les risques de contracter le COVID-19 demeurent.

- Si vous êtes prévenu d'un cas confirmé de Covid-19 à votre école, studio ou académie, remplir la fiche sur le protocole à suivre dans une telle situation que vous retrouverez à l'annexe 2.
 - Dans tous les cas, le cas confirmé doit être exclu de votre établissement jusqu'à ce qu'il satisfasse les critères de levée de l'isolement.
 - Informez tous ceux qui étaient présents en même temps que le cas confirmé dans votre établissement de la situation et leur demander de surveiller les symptômes jusqu'à 14 jours.
- Pour vous aider à prendre des mesures appropriées pour la reprise des activités, la CNESST a produit une liste de vérification quotidienne ainsi qu'un guide des normes sanitaires que vous trouverez au lien suivant : <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Pages/outils-secteur-loisir-sport-plein-air.aspx>.
- Des affiches sur les règles de distanciation et d'hygiène doivent être affichées.
 - [Lavage des mains](#)
 - [Mesures de prévention pour la santé](#)
 - [Porte du couvre visage](#)
- Le lavage de mains devra se faire à l'arrivée et au départ de l'établissement.

- Les produits pour se nettoyer les mains et de désinfection des surfaces doivent être disponibles dans les toilettes et à l'entrée de toutes les salles de classe ou de danse.
- Le nettoyage des airs communes et des surfaces doit se faire fréquemment.
- Les objets ou les équipements partagés doivent être désinfectés entre chaque utilisateur.
- Les studios devraient ouvrir les fenêtres afin d'assurer une aération plus grande lorsque cela est possible.
- Si cela est possible, dédié une porte pour entrer et une autre porte pour sortir des salles. Lorsque c'est impossible, assurez-vous que l'entrée vers les salles est faite de manière à respecter les 2 mètres de distanciation afin d'éviter le croisement.
- Si vous planifier offrir des camps de jours consulter le lien suivant : <https://www.loisirmunicipal.qc.ca/guide-relande-camps-2020/> . Ce guide établit les mesures à prendre pour la relance des camps en contexte de Covid-19. Ces mesures impliquent notamment que :
 - Les activités extérieures doivent être favorisées ;
 - La distanciation physique de deux mètres entre les personnes soit respectée ;
 - Seules les activités sportives autorisées peuvent être pratiquées, c'est-à-dire les sports « déconfinés ».

Cours et entraînements

- Les cours de groupes devront être organisés de manière à ce que la distanciation de deux mètres soit respectée ce qui peut impliquer que le nombre de personnes devra être limité selon l'espace disponible. L'utilisation de pastilles collées aiderait grandement à déterminer l'espace réservé à chaque danseur.
- Des cours privés pourraient avoir lieu tout en respectant les deux mètres entre l'instructeur et l'élève (ou le couple). Si l'instructeur décide de se rapprocher d'un élève ou d'un couple afin de démontrer un élément, voir lien suivant pour vous aider à déterminer le niveau de risque : <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/formation-gestion-cas-covid19-niveau-risque3.pdf>
- Il est recommandé que l'instructeur porte un couvre-visage si les deux mètres ne peuvent être respecté lorsqu'il enseigne.
- Il est suggéré aux danseurs de porter un couvre-visage si l'intensité de l'activité le permet.
- Les règles concernant les méthodes pour porter un couvre-visage sont disponible au : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/port-du-couvre-visage-dans-les-lieux-publics-en-contexte-de-la-pandemie-de-covid-19/>
- Lors des cours pour enfants, un seul parent pourra accompagner l'enfant à l'intérieur de l'établissement.
- Les activités de regroupement tel que les pratiques de groupes, les soirées de danse, les spectacles ou les compétitions **ne pourront avoir lieu** tant que les restrictions au sujet des rassemblements ne soient levées.

Athlètes compétitifs et danseurs récréatifs

- Prenez connaissances des règles et mesures d'hygiène établie par l'établissement.
- Connaître et suivre les consignes de distanciation et d'hygiène émises par la CNESST et L'INSPQ.
- Se laver les mains à l'arrivée et départ.
- Porter un couvre-visage à l'arrivé et au départ et dans les aires communes (vestiaires...) et tout emplacement où la distanciation physique (deux mètres) ne peut être respecté. Il est suggéré d'aussi le

porter lors des cours ou de l'entraînement. Toutefois si l'activité devient trop intense et qu'il gêne votre capacité de respirer, il n'est pas recommandé de le porter.

- Arriver dans vos habits de pratiques pour éviter l'utilisation des vestiaires lorsque c'est possible.
- Pour les athlètes de niveau compétitifs, regarder la possibilité de réserver des heures de cours ou de pratiques. Les échauffements avant votre cours ou pratique doivent être restreints. Vous devez vous assurer de respecter les règles de distanciation avec ceux qui sont présent sur les lieux.

Entraîneurs, instructeurs et professionnels

- Prenez connaissances des règles et mesures d'hygiène établie par l'établissement.
- Connaître et suivre les consignes de distanciation et d'hygiène émises par la CNESST et L'INSPQ.
- Question à se poser : est-ce que d'autres possibilités d'enseignement sont possible ?

Cours privés :

- Utilisation de vidéos sur place et projection sur écran ;
- Préparation de cours à l'avance suite à un échange courriel avec les élèves sur des points qu'il aimerait travailler lors du cours ;
- Projections de cours thématiques ;
- Etc.

Cours récréatifs pour enfants :

- Possibilité d'organiser à l'extérieur pendant l'été tout en étant sécuritaire pour éviter les blessures ;
- Possibilité d'horaires d'arrivées variées ;
- Possibilité de réduction du nombre d'enfants par groupe.

LOGO

**RECONNAISSANCE DE RISQUE
COVID-19**

Le nouveau coronavirus, COVID-19, a été déclaré pandémie mondiale par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Le COVID-19 est extrêmement contagieux et se propagerait principalement par contact de personne à personne. Par conséquent, les autorités gouvernementales, tant locales que provinciales et fédérales, recommandent diverses mesures et interdisent divers comportements, le tout dans le but de réduire la propagation du virus.

(Nom de la Fédération) et ses membres, dont *(nom du Club/de la Ligue)* fait partie, s'engagent à se conformer à toutes les exigences et recommandations de la Santé publique du Québec et autres autorités gouvernementales, et à mettre en place et adopter toutes les mesures nécessaires à cet effet. Cependant *(Nom de la Fédération)* et *(nom de l'organisme)* ne peuvent garantir que vous (ou votre enfant, si le participant est mineur/ou la personne dont vous êtes le tuteur ou le responsable légal) ne serez pas infecté par le COVID-19. De plus, votre participation aux activités pourrait augmenter vos risques de contracter le COVID-19, malgré toutes les mesures en place.

En signant le présent document :

- 1) Je reconnais la nature hautement contagieuse du COVID-19 et j'assume volontairement le risque que je (ou mon enfant, si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou le responsable légal) puisse être exposé ou infecté par le COVID-19 par ma (sa) participation aux activités de *(Nom de la Fédération)* ou de *(nom du Club/de la Ligue)*. L'exposition ou l'infection au COVID-19 peut notamment entraîner des blessures, des maladies ou autres affections ;
- 2) Je déclare que ma participation (ou celle de mon enfant, si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) aux activités de *(Nom de la Fédération)* ou de *(nom du Club/de la Ligue)* est volontaire ;
- 3) Je déclare que ni moi (ou mon enfant, si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), ni personne habitant sous mon toit, n'a manifesté des symptômes de rhume ou de grippe (incluant de la fièvre, toux, mal de gorge, maladie respiratoire ou des difficultés respiratoires) au cours des 14 derniers jours ;
- 4) Si moi (ou mon enfant, si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), éprouve des symptômes de rhume ou de grippe après la signature de la présente déclaration, je (ou mon enfant si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) m'engage à ne pas me (se) présenter ou participer aux activités de *(Nom de la Fédération)* (ou de *(nom du Club/de la Ligue)*) durant au moins 14 jours après la dernière manifestation des symptômes de rhume ou de grippe;
- 5) Je déclare que ni moi (ou mon enfant, si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), ni personne habitant sous mon toit, n'a voyagé ou fait escale à l'extérieur du Canada, ni dans aucune province à l'extérieur du Québec dans les 14 derniers jours. Si je (ou mon enfant si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) voyage à l'extérieur de la province de Québec après avoir signé la présente déclaration, je (ou mon enfant si le participant est mineur/ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) m'engage à ne pas me (se) présenter ou participer aux activités de *(Nom de la Fédération)* (ou de *(nom du Club/de la Ligue)*) durant au moins 14 jours après le de retour de voyage.

Le présent document demeurera en vigueur jusqu'à ce que (*Nom de la Fédération*) reçoive les directives des autorités gouvernementales provinciales et de la Santé publique du Québec, à l'effet que les engagements contenus à la présente déclaration ne sont plus nécessaires.

J'AI SIGNÉ LA PRÉSENTE DÉCLARATION LIBREMENT ET EN TOUTE CONNAISSANCE DE CAUSE.

Nom du participant (lettres moulées)

Nom du parent/tuteur/responsable légal
(si le participant est mineur ou ne peut légalement
donner son accord)

Signature du participant

Signature du parent/tuteur/responsable légal

Lieu/Date : _____

Annexe 2 - Fiche à remplir en cas de COVID-19

Protocole à suivre si une personne nous indique qu'il est confirmé comme ayant le COVID-19

Si vous êtes prévenu d'un **cas confirmé** dans votre organisme qui pourrait impliquer un employé, un client ou une tierce partie, veuillez prendre les mesures suivantes. Veuillez noter que vous pourriez être informé par l'employé [ou un membre de sa famille], la tierce partie (ou son employeur), ou les autorités de santé publique.

Dans tous les cas, il est important de s'assurer que l'information est complète, précise et qu'elle provient d'une source fiable. **Ne prenez pas de mesures sur la base de oui-dire, de rumeurs ou d'informations incomplètes.**

Nom de la personne :	
Numéro de téléphone :	
Organisme :	
Date et heure de l'appel :	
Nom du gestionnaire qui a reçu l'information :	
1. Lors de l'appel, demandez à la personne comment elle se porte, si elle dispose du soutien et des informations nécessaires dont elle a besoin. En cas de problème, veuillez les référer au : 1 877 664-4545 pour obtenir des consignes.	
2. Vérifiez auprès de la personne si son cas est confirmé ou s'il fait toujours l'objet d'une enquête.	
3. Demandez s'il est possible pour lui de nous faire parvenir une photo ou une version numérisée de tous les documents que le médecin, l'hôpital ou les autorités de santé publique ont pu lui fournir. Expliquez que cela nous aidera à gérer les prochaines étapes.	<i>Documents reçus</i>
4. Si nous avons reçu les documents de confirmation, demandez si la personne a été en contact étroit pendant une période prolongée avec quelqu'un sur les lieux alors qu'elle présentait des symptômes (ex. toussant pendant des heures, avoir touché physiquement quelqu'un).	<i>Indiquer les noms des personnes mentionnées.</i>
5. Prévenez DanseSport Québec à qui vous avez envoyé tous les documents reçus.	<i>Indiquer à qui vous avez fait parvenir les documents :</i> <i>Date :</i> <i>Heure :</i>
6. Nettoyez immédiatement toutes les surfaces avec lesquelles la personne infectée aurait pu être en contact, les aires communes, l'équipement utilisé, etc.	<i>Indiquer le nom de la personne-ressource qui a procédé au nettoyage :</i> <i>Date :</i> <i>Heure :</i>

7. Procédez à la désinfection avec l'aide des fournisseurs de service d'entretien dès que possible après la fermeture du lieu (en cas d'exploitation continue : le moment et la manière peuvent être différents).	
Informations complémentaires :	

Annexe 3 - Contacts et liens utiles

Assistance :

Ligne d'information du gouvernement du Québec destinée à la population sur la COVID-19, du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h : 1 877-644-4545

Ligne d'information du gouvernement du Canada sur la COVID-19 : 1 833-784-4397

Sport'Aide - Écoute - Orientation - Accompagnement :

1 833-211-AIDE (2433)

1 833-245-HELP (4357)

Liens utiles :

[Reprise des activités sportives, de loisir et de plein air en contexte de COVID-19](#)

[Trousse COVID-19 CNESST](#)

[Sport'Aide](#)

[Ressources de sensibilisation](#)

[COVID-19 Nettoyage de surfaces et désinfection](#)

[Formations et outils en lien avec la COVID-19 - INSPQ](#)