



*Plan de relance  
et consignes sanitaires  
Septembre 2020*

## Table des matières

FONCTIONNEMENT ET CONSIGNES SANITAIRES .....	3
Pour les activités de la programmation régulière.....	3
PRISE DE PRÉSENCE, ACCUEIL, ET VÉRIFICATION DES SYMPTÔMES .....	4
Prise de présence et accueil.....	4
Vérifications des symptômes.....	4
Critères d'exclusion (participant, membre du personnel).....	4
Symptômes pendant la journée.....	5
ACCÈS AUX SANITAIRES .....	6

# FONCTIONNEMENT ET CONSIGNES SANITAIRES

## Pour les activités de la programmation régulière

1. Arriver en tenue de pratique, 15 minutes maximum avant le début de l'activité.
2. Entrer par la porte principale seulement, la sortie se fera par la porte côté patinoire.
3. Désinfection des mains obligatoire dès l'entrée au bâtiment.
4. Respect de la distanciation, sens de circulation, des entrées et des sorties.
5. Le port du couvre-visage est obligatoire pour accéder et se déplacer dans les espaces publics pour se rendre à l'activité ou pour quitter l'activité, et ce pour toutes les personnes (participants, responsables, professeur, etc.). Le couvre-visage peut être retiré durant l'activité uniquement lorsque les personnes sont en position stationnaire et à plus de 2 mètres (6 pieds) des autres personnes.
6. Des espaces seront assignés pour ranger les bottes et/ou souliers dans les casiers. Dans les locaux d'activités, des endroits individuels seront désignés pour déposer les manteaux et effets personnels.
7. Les participants seront invités à quitter immédiatement après l'activité. Aucun flânage ne sera toléré.
8. Les participants sont invités à limiter au strict minimum leurs effets personnels, à les identifier et à apporter un sac afin de les ranger.
9. Les contacts physiques non essentiels ne sont pas permis entre les participants, le personnel et les accompagnateurs (ex. : poignée de main, accolades).
10. Respect de la capacité maximum pour chaque activité.
11. Dans le cadre de l'activités :
  - CARDIO STEP ;
  - STEP TONUS ;
12. Les participants devront se munir d'une gourde, ils ne pourront pas boire à la fontaine d'eau, ils sont aussi invités à apporter une serviette.
13. Du matériel de désinfection sera à la disposition des participants s'ils en font la demande.

# PRISE DE PRÉSENCE, ACCUEIL, ET VÉRIFICATION DES SYMPTÔMES

## Prise de présence et accueil

Lors de chaque activité, la prise de présence devra être faite par le professeur ou le responsable d'activité. Si un nom ne figure pas sur la liste, il sera ajouté ainsi que le numéro de téléphone de la personne.

La vérification de la distanciation sociale devra être établie avant de débiter le cours ainsi que le rappel des consignes sanitaire

- Pas d'échange de matériel
- On tousse dans notre bras
- Si on doit se moucher, il faudra aller se laver les mains avant de poursuivre l'activité

## Vérifications des symptômes

Les participants seront avisés de cette procédure au niveau des symptômes, ils recevront cette information par courriel, elle sera aussi disponible sur notre site Internet ainsi que sur notre page Facebook. Un version papier sera également disponible au Centre.

## Critères d'exclusion (participant, membre du personnel)

### **Personne en isolement parce que :**

- Cas confirmé de COVID-19 ;
- Contact étroit d'un cas de COVID-19 ;
- Personne en attente du résultat d'un test diagnostique pour la COVID-19 ;
- Personne avec des symptômes évocateurs\* de la COVID-19 ;
- La personne est de retour d'un voyage à l'extérieur du Canada depuis moins de 14 jours ;

Personne dont un contact à la maison présente des symptômes de la COVID-19 **ET** est en attente des résultats d'un test.

Les personnes présentant un ou plusieurs symptômes\* de la COVID-19 doivent contacter le 811 et ne pas se présenter à leur activité, les personnes doivent s'isoler à la maison et appliquer les consignes de la santé publique.

\* Symptômes :

- Fièvre - 5 ans et plus : 38°C et plus par voie buccale ;
- Apparition ou aggravation d'une toux ;
- Essoufflement ou difficulté à respirer ;
- Perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale avec ou sans perte du goût ;
- Mal de gorge ;
- Douleurs musculaires généralisées non liées à l'effort ;
- Fatigue intense ;
- Importante perte d'appétit ;
- Diarrhée ;
- Vomissement.

## Symptômes pendant la journée

Symptômes\* évocateurs de la COVID-19 qui débutent pendant l'activité ou la journée (participant, membre du personnel)

- Si un participant ou un membre du personnel présente un ou des symptômes, les démarches seront entreprises pour que cette personne regagne son domicile. Le participant ou le membre du personnel qui présente des symptômes devra alors contacter le 811 et appliquer les recommandations de la santé publique.

Les procédures jusqu'au départ de la personne :

- Isoler la personne à au moins 2 mètres des autres jusqu'à ce qu'elle quitte les lieux.
- Remettre un masque de procédure à la personne symptomatique.
- S'assurer qu'UN seul et même membre du personnel s'occupe de la personne jusqu'à ce qu'elle quitte. Le membre du personnel doit porter l'ÉPI recommandé (masque de procédure et

protection oculaire) en gardant le plus possible la distance de 2 mètres. S'il y a contact physique, ajouter gants et blouse.

- Lorsque le participant ou le membre du personnel quitte lui recommander de contacter le 811 et d'appliquer les consignes de la santé publique
- Une fois que le participant ou le membre du personnel a quitté, l'autre membre du personnel retire les EPI et en dispose de façon sécuritaire. Il désinfecte le matériel réutilisable (protection oculaire), ouvre une fenêtre si possible, et lave ses mains avant de quitter la pièce en refermant la porte.
- Au départ de la personne, désinfecter le local qui a servi à l'isolement

## ACCÈS AUX SANITAIRES

L'accès aux sanitaires se fera de façon restreinte.

Seuls les usagers du Centre dans le cadre de leur activité pourront y avoir accès.

Afin de conserver la distanciation physique, certains sanitaires seront scellés.