



# DOCUMENT DE RÉFÉRENCE SUR LE RETOUR À LA NATATION EN SITUATION DE COVID-19



## TABLE DES MATIÈRES

Avis de non-responsabilité.....	3
Remerciements.....	4
Introduction .....	5
Information et considérations sanitaires, médicales et sécuritaires générales.....	7
Information générale sur la COVID-19 et la natation.....	7
Surveillance de la santé .....	7
Protocole pour un groupe d'entraînement à la suite d'un test positif .....	8
Recommandations en matière d'isolement à domicile.....	8
Distanciation physique.....	9
Hygiène des mains et personnelle.....	10
Utilisation de l'équipement.....	11
Sport sécuritaire .....	11
Cadre du retour à la natation.....	12
Étape 1 .....	12
Taille du groupe .....	13
Groupes prioritaires.....	13
Marche à suivre pendant les séances d'entraînement .....	14
Recommandations pour les entraînements .....	14
Étape 2.....	16
Taille du groupe .....	17
Groupes prioritaires.....	18
Marche à suivre pendant les séances d'entraînement .....	18
Recommandations pour les entraînements .....	18
Étape 3.....	18
Étape 4.....	18
Retour à la compétition .....	18
Annexes et ressources supplémentaires.....	20
1) Processus de retour à la natation des centres de haute performance de Natation Canada.....	20
2) Processus recommandé de retour à la natation pour les clubs .....	21
3) Liens vers les services de santé publique fédéraux, provinciaux et territoriaux relatifs à la COVID-19..	22
4) Associations provinciales.....	22
5) Liens utiles .....	22
6) Groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance – COVID-19.....	23



## **AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ**

Natation Canada et le groupe de travail sur le retour à la natation ont préparé le présent document en fonction de l'information la plus récente communiquée à ce jour par des tierces parties, y compris l'Organisation mondiale de la santé et les autorités de santé publique locales. Le document sera mis à jour périodiquement au fur et à mesure que la situation évolue et que toute nouvelle information est communiquée.

Le document vise à fournir de l'information et à offrir des conseils en matière de pratiques exemplaires basées sur les avis courants. Chaque club est cependant responsable d'évaluer les risques dans son milieu particulier et d'établir les procédures de sécurité pour atténuer les risques, tout en suivant les conseils et les directives des autorités de santé publique et gouvernementales.

De plus, en consultation avec des professionnels de la santé, chaque individu est responsable d'évaluer ses propres risques et responsable des conséquences découlant de ses décisions et ses actions.



Le présent document a été rédigé conformément à la nouvelle orthographe recommandée par le Conseil supérieur de la langue française.



## **REMERCIEMENTS**

Natation Canada aimerait remercier les personnes suivantes de leur contribution au groupe de travail sur le retour à la natation. Le développement de la ressource s'est révélé une réelle initiative de la communauté canadienne de natation et continuera de l'être.

### Membres du groupe de travail

John Atkinson – Directeur de la haute performance, Natation Canada  
Jeremy Bagshaw – Représentant des athlètes  
Dean Boles – Directeur général, Swim Ontario  
Lance Cansdale – Président de l'Association canadienne des entraîneurs de natation et entraîneur provincial de Swim Nova Scotia  
Isabelle Ducharme – Directrice générale, Fédération de natation du Québec  
Kevin Dennis – Directeur du développement du sport, Swim Alberta  
Brian Edey – Directeur des opérations, Natation Canada (chargé de projet)  
Jocelyn Jay – Gestionnaire des événements, Natation Canada  
Dr Steve Keeler – Médecin de l'équipe nationale, programme olympique, Natation Canada  
Iain McDonald – Gestionnaire supérieur du parcours de la haute performance NextGen, Natation Canada  
Dr Stephen Norris – Directeur technique à la performance, Swim Alberta  
Suzanne Paulins – Gestionnaire supérieure des opérations nationales, Natation Canada  
Mark Perry – Entraîneur de distance et d'eau libre, Natation Canada  
Martine Rodrigue – Coordinatrice des opérations et du marketing, Natation Canada  
Mike Thompson – Entraîneur-chef du Centre de la haute performance - Québec, Natation Canada  
Dr Allan Wrigley – Directeur des équipes de soutien intégrées, Natation Canada

### Sous-comité d'entraîneurs

Ron Campbell – Cambridge Aquajets  
Andrew Craven – London Aquatic Club  
Brad Dingey – Entraîneur-chef, Centre de haute performance – Victoria  
Martin Gingras – Club aquatique Pointe-Claire  
Dave Johnson – Cascade Swim Club  
Tom Johnson – Entraîneur-chef, Centre de haute performance – Vancouver  
Ben Keast – Entraîneur, Centre de haute performance – Vancouver  
Ryan Mallette – Entraîneur, Centre de haute performance – Ontario  
Robert Novak – Manta Swim Club  
Derrick Schoof – Thunderbirds de l'Université de la Colombie-Britannique  
Abderrahmane Tissira – Regina Optimist Dolphins  
Ben Titley – Entraîneur-chef, Centre de haute performance – Ontario  
Martyn Wilby – Entraîneur sénior, programme olympique, Natation Canada



## INTRODUCTION

Depuis le début de la pandémie de la COVID-19, nous avons dû, en tant que communauté canadienne de natation, adapter considérablement nos routines et activités normales afin de donner la priorité à la santé et au bien-être de l'ensemble des Canadiens. Natation Canada tient à remercier tous les membres de la communauté de natation pour le leadership et l'engagement qu'ils ont démontrés pour aplatir la courbe. Bien qu'il ait été difficile de nous éloigner de la piscine, nous avons joué un rôle important dans la lutte contre la pandémie par les efforts que nous avons déployés. Merci.

Comme nos discussions sont maintenant axées sur la réouverture de certains secteurs de la société, Natation Canada est heureux de partager la première version de son document de référence sur le retour à la natation avec la communauté canadienne de natation. Nous désirons tous retourner nous entraîner dans l'eau et participer à des compétitions. C'est pourquoi nous espérons que ce document de référence fournira aux associations provinciales, aux clubs, aux entraîneurs, aux athlètes, aux installations et autres, quel que soit leur niveau, l'information nécessaire pour développer de solides plans afin de reprendre les activités aquatiques en toute sécurité et en temps voulu. La prochaine étape du retour à la natation sera l'élaboration d'un plan de retour au sport par chaque section provinciale. Une fois que les plans des sections provinciales seront en place, les clubs pourront alors achever l'élaboration de leurs plans spécifiques. Notre expérience collective du retour à l'entraînement sera différente, et nous devons faire preuve de créativité et de souplesse pour imaginer ce qui sera désormais la normalité pour notre sport.

Notre retour à la piscine doit d'abord et avant tout se faire en toute sécurité. Il est impératif que tous les plans de reprise soient alignés avec les directives et les restrictions en matière de santé mises en place à l'échelle municipale, provinciale et nationale. En tant que membres de la communauté de natation, nous sommes tous responsables de faire tout en notre pouvoir pour assurer la sécurité non seulement de notre communauté, mais aussi de l'ensemble du pays.

La situation de la COVID-19 et l'information communiquée à son sujet continuent d'évoluer rapidement. L'information que nous vous communiquons ici est basée sur l'information disponible en date de la publication. Nous continuerons à suivre la situation de très près et à mettre le document à jour en fonction de celle-ci. Nous planifions de faire une mise à jour à la fin juin, sous toute réserve, bien sûr.

Nous savons également que les installations aquatiques ouvriront à des moments différents à travers le pays. Nous comprenons que leur réouverture dans certaines communautés pourrait mettre de la pression sur d'autres communautés. Cet esprit compétitif est tout à fait naturel. En ces temps inhabituels, il est important de garder une vue d'ensemble et de célébrer le retour à l'entraînement des membres de la communauté de natation et non de s'en inquiéter. Le moment venu, nous aurons tous la chance de retourner dans l'eau en toute sécurité.

Natation Canada souhaite remercier tous les membres de son groupe de travail sur le retour à la natation, les associations provinciales, l'ACEN, la Société de sauvetage et ses partenaires aquatiques au Canada pour l'élaboration du document. De plus, la contribution de nos experts médicaux et scientifiques et les conseils du groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance – COVID-19, coordonné par À nous le podium, ont été essentiels à l'élaboration du document (consulter l'annexe 6 pour plus de détails).

Nous sommes plus forts ensemble.

Ahmed El-Awadi  
Directeur général, Natation Canada

Cheryl Gibson  
Présidente, Natation Canada



## **MANDAT DU GROUPE DE TRAVAIL SUR LE RETOUR À LA NATATION DE NATATION CANADA**

Le groupe de travail sur le retour à la natation se compose de représentants de nombreux intervenants clés de notre sport. Il comprend des représentants des nageurs, des entraîneurs (par l'entremise de l'ACEN), des officiels (par l'entremise du CORC), des associations provinciales, des experts en sciences et en médecine et du personnel de Natation Canada. Le mandat du groupe de travail consiste à élaborer un document de référence et un cadre de travail afin de communiquer de l'information au sujet de la reprise de la natation de compétition au Canada.

Au Canada, les gouvernements provinciaux et territoriaux sont responsables de la gestion, de l'organisation et de la prestation des services de soins de santé pour leurs résidents. Les lignes directrices et les réglementations émises par les gouvernements provinciaux et territoriaux détermineront ultimement les délais avant un retour possible à la natation. Les dix membres des associations provinciales de Natation Canada sont responsables d'adapter les ressources et le cadre décrits dans le présent document en fonction des directives qu'ils reçoivent de leur gouvernement provincial respectif. Les clubs doivent se conformer à toutes les exigences de leur association provinciale respective en ce qui a trait à leurs plans de retour à la natation. Il est important de noter que les directives de l'association provinciale peuvent, dans certains cas, différer de ce qui est présenté dans le présent document de référence.



## **INFORMATION ET CONSIDÉRATIONS SANITAIRES, MÉDICALES ET SÉCURITAIRES GÉNÉRALES**

### **INFORMATION GÉNÉRALE SUR LA COVID-19 ET LA NATATION**

La COVID-19 est un type de coronavirus qui se retrouve principalement chez les animaux, mais lorsque l'homme la contracte, il peut développer des symptômes variant de légers à graves selon un certain nombre de variables. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) a déclaré, le 11 mars 2020, que la COVID-19 était une pandémie mondiale. Les conséquences tragiques découlant du virus se font sentir dans le monde entier, y compris au Canada. Nous faisons face à de nombreux défis et, pour la communauté aquatique canadienne, il est primordial de recommencer la natation d'une manière sécuritaire et responsable.

L'information qui suit n'a pas pour but d'autoriser le retour au sport, mais plutôt de fournir au lectorat un guide des recommandations médicales actuelles afin de tenter d'atténuer les risques reliés à la COVID-19. L'objectif est d'éviter de contracter la maladie et de propager le virus à d'autres personnes dans la communauté. Ce document est destiné à fournir un complément d'information et non à remplacer les conseils des autorités locales de santé publique et des installations de loisirs.

La COVID-19 est dotée d'une enveloppe externe lipidique fragile et est donc très sensible aux savons et aux oxydants tels que le chlore. Selon les Centres pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC), rien ne prouve que la COVID-19 se transmettrait d'une personne à l'autre par l'intermédiaire de piscines ou de spas. Un entretien adéquat et la désinfection au chlore ou au brome des piscines devraient inactiver le virus (CDC 2020). Un coronavirus apparenté qui avait causé l'épidémie du SRAS en 2003 s'est avéré inactivé par le traitement aux ultraviolets et les désinfectants.

L'information sanitaire, médicale et sécuritaire est considérée comme applicable à toutes les étapes du retour à la natation jusqu'à ce que l'information et les directives de santé publique changent. En outre, elle est généralement applicable à tous les environnements d'entraînement, y compris les piscines intérieures, les piscines extérieures et les étendues d'eau libre, les gymnases et les terrains d'entraînement extérieurs. L'information et les lignes directrices en matière de santé publique émises par les municipalités et les provinces doivent être respectées en tout temps et ont préséance sur l'information ci-dessous.

### **SURVEILLANCE DE LA SANTÉ**

- Les athlètes, les entraîneurs et le personnel doivent répondre « non » à toutes les questions suivantes avant de participer à une séance d'entraînement:
  - Est-ce que je présente l'un des symptômes suivants : toux, essoufflement, douleurs thoraciques, respiration difficile, fièvre, frissons, tremblements répétés avec frissons, douleurs musculaires anormales, maux de tête, mal de gorge, déglutition douloureuse, écoulement nasal, perte récente du goût ou de l'odorat, maladie gastro-intestinale?
  - Suis-je revenu d'un voyage à l'étranger au cours des deux dernières semaines?
  - Ai-je été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 ou lui ai-je prodigué des soins?
  - Restez chez vous lorsque vous êtes malade, même si les symptômes sont légers.
- Tout athlète ou membre du personnel qui doit quitter une séance d'entraînement à la suite de l'apparition de signes ou de symptômes correspondants à ceux de la COVID-19 est tenu de communiquer avec son médecin pour envisager la pertinence de subir des examens



supplémentaires, qui pourraient comprendre un test de la COVID-19. Un résultat positif nécessiterait qu'il soit signalé aux responsables des autorités de la santé publique compétents, qui détermineront toute exigence à respecter en ce qui a trait aux opérations des installations et des groupes ainsi que toute exigence en matière de recherche des contacts en ce qui a trait à la gestion de la propagation du virus. L'athlète ou le membre du personnel ne peut revenir avant d'avoir reçu l'autorisation du médecin et, si un test pour la COVID-19 a été effectué, un résultat négatif sera exigé avant que la poursuite de l'entraînement ne soit autorisée. Dans le cas où l'isolement à domicile est nécessaire, des directives sont fournies dans une section ultérieure.

- Il est recommandé que les membres du personnel ou les athlètes susceptibles de tomber gravement malades à cause de la COVID-19 passent en revue leurs problèmes de santé particuliers avec leur médecin avant de participer aux séances d'entraînement.
  - Les conditions de santé sous-jacentes courantes qui pourraient augmenter le risque pour un individu d'être gravement malade comprennent l'hypertension, les maladies cardiaques, le diabète, l'immunodéficience, l'obésité, les maladies respiratoires chroniques telles que l'asthme, et toute condition immunovulnérable.

#### PROTOCOLE POUR UN GROUPE D'ENTRAÎNEMENT À LA SUITE D'UN TEST POSITIF

Si un athlète ou un membre du personnel est déclaré positif à la COVID-19, les étapes ci-dessous doivent être suivies :

- L'athlète est immédiatement retiré du groupe d'entraînement.
- L'entraînement en équipe sera suspendu et tous les membres de l'équipe devront observer l'auto-isolement.
- L'autorité de la santé publique locale fournira des recommandations de gestion qui pourraient inclure des tests additionnels et prévoir la recherche des contacts dans un but de gestion de la propagation du virus.
- Tout autre membre de l'équipe qui développe des symptômes sera référé à l'autorité de santé publique compétent ou le service d'assistance téléphonique pour plus de conseils à propos des tests et d'une gestion appropriée.
- L'entraînement en équipe pourra reprendre si :
  - Tous les membres respectent une période d'auto-isolement de 14 jours et aucun autre membre ne développe de symptômes.
  - Tous les membres obtiennent l'autorisation de leur médecin de reprendre l'entraînement de groupe conformément aux lignes directrices provinciales.

#### RECOMMANDATIONS EN MATIÈRE D'ISOLEMENT À DOMICILE

Si vous ressentez des symptômes associés à la COVID-19 :

- Restez à la maison à moins d'avoir besoin de soins médicaux d'urgence.
- N'allez pas au travail, à l'école, à la piscine ou dans tout autre lieu public.
- Annulez vos rendez-vous non urgents.
- N'utilisez pas les transports en commun.
- Avisez votre médecin ou votre service de santé local par téléphone étant donné que vous pourriez avoir besoin de passer un test.





- Surveillez vos symptômes et consultez un professionnel de la santé si vous avez de la difficulté à respirer, si vous n'arrivez pas à boire ou si votre état s'aggrave considérablement.
- Portez un masque en compagnie d'autres personnes, particulièrement si vous ne pouvez pas respecter une distance physique.
- Éloignez-vous des membres du ménage, à une distance d'au moins 2 mètres en tout temps.
- N'accueillez pas de visiteurs.
- Demeurez dans une pièce bien aérée (ouvrez les fenêtres) et utilisez une salle de bain que les autres n'utiliseront pas.
- Désinfectez les surfaces fréquemment utilisées.
- Si vos proches sont vulnérables du point de vue de la santé, envisagez d'autres solutions d'hébergement.
- Évitez de partager les articles ménagers.
- Maintenez une excellente hygiène des mains.
- Suivez toute autre réglementation de santé locale.

## DISTANCIATION PHYSIQUE

- Évitez de vous exposer à la COVID-19 en vous éloignant physiquement (à un minimum de 2 mètres). Gardez une distance sécuritaire des autres en tout temps. **Il s'agit d'une mesure essentielle, car la COVID-19 peut se propager avant l'apparition des symptômes.**
- Évitez les endroits bondés.
- Évitez de saluer les autres en leur serrant la main, en leur faisant des embrassades ou des *high five*, etc.
- Les athlètes et le personnel doivent respecter une distance physique à tout moment durant un entraînement.
- Les athlètes, les entraîneurs et le personnel devraient envisager de porter un masque. Le port d'un masque devrait être envisagé lorsqu'il n'est pas toujours possible de respecter une distance physique comme lors d'un déplacement en transport en commun pour se rendre à l'entraînement, dans les endroits bondés et pour les personnes ayant des conditions médicales chroniques. N'oubliez pas que le masque à lui seul n'est pas suffisant et qu'il devrait être combiné à d'autres mesures de prévention comme le lavage des mains fréquent et le maintien constant d'une distance physique.
- Prévoyez un seul point d'entrée à vos installations et un seul point de sortie différent.
  - Si l'entrée et la sortie sont situées au même endroit, mettez des mesures en place permettant le maintien d'une distance physique de 2 mètres entre les personnes.
  - Installez des affiches pour diriger les athlètes, les entraîneurs et le personnel leur indiquant d'entrer une seule personne à la fois.
  - Placez des marques au sol pour guider le déplacement des athlètes, des entraîneurs et du personnel à l'intérieur des installations et jusqu'à la sortie.
- Placez des marques au sol ou sur les murs (cônes, lignes, collants, structures de bois, etc.) qui délimitent les 2 mètres de distance à respecter pour les athlètes, les entraîneurs et le personnel qui travaillent sur la plage ou dans les zones sèches.
- Les entraîneurs et le personnel doivent respecter une distance appropriée les uns des autres et avec le personnel des installations lorsqu'ils sont aux installations.
- Les athlètes devraient arriver au site en portant leur maillot d'entraînement.



- Prendre une douche devrait être obligatoire seulement si des douches sont disponibles près de la plage de la piscine (et sont accessibles sans que les athlètes aient à passer aux vestiaires).
  - Les athlètes devraient observer une bonne hygiène en se douchant à la maison avant et après avoir nagé.
- Pour respecter la distance physique de 2 mètres durant les longueurs, le nombre de nageurs doit être modifié en fonction des activités à l'horaire des installations aquatiques.
- Pour respecter la distance physique de 2 mètres, les nageurs devraient nager dans le milieu du couloir seulement (au-dessus de la ligne de couloir).
- Conservez les mêmes groupes d'athlètes d'une séance d'entraînement à l'autre.
  - Après examen par le médecin de l'équipe nationale de Natation Canada et sur son approbation, et toujours conformément avec les réglementations de voyage provinciales et municipales, les athlètes des centres de haute performance et de l'équipe nationale seront autorisés à se rendre dans une autre région du Canada pour s'entraîner avec un groupe résident.
  - Tout autre athlète qui souhaite se relocaliser en vue de s'entraîner avec un groupe résident (p. ex., une équipe universitaire) doit suivre toutes les réglementations relatives ainsi que toutes directives pouvant être mises en place par les associations provinciales. Les politiques et procédures d'inscription doivent également être respectées.
  - Tout athlète ne devrait participer qu'à un groupe d'entraînement et ne devrait pas se déplacer entre plusieurs groupes d'entraînement.
- Ne réalisez aucun entraînement complémentaire à la piscine. Tout entraînement complémentaire ou entraînement avant celui en piscine devrait être réalisé avant d'entrer dans les installations.
- N'arrivez pas trop à l'avance pour la séance d'entraînement et l'utilisation de la piscine.
- En ce moment, la prestation de traitements physiques qui requièrent une manipulation avec les mains, comme la massothérapie, la physiothérapie, la chiropractie, la thérapie sportive et le conditionnement physique, augmente le risque, et c'est pourquoi de tels services ne sont pas recommandés. D'autres moyens virtuels et sans contact devraient être envisagés comme solution de remplacement pour fournir une rétroaction et des conseils en thérapie physique.
- Les spectateurs et les parents doivent suivre les règles des installations et sont tenus d'observer les règles de distance physique.
- Les athlètes sont encouragés à agir de manière responsable et à promouvoir des comportements appropriés auprès de leurs pairs dans les réseaux sociaux.

## HYGIÈNE DES MAINS ET PERSONNELLE

- Lavez-vous les mains fréquemment avec du savon et de l'eau pendant au moins 20 secondes ou utilisez un désinfectant pour les mains (> 60 % en alcool). Les entraîneurs et les nageurs sont encouragés à transporter avec eux leur propre désinfectant pour l'utiliser au besoin avant, durant et après l'entraînement.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez et la bouche.
- À leur arrivée, les athlètes, les entraîneurs et le personnel doivent se laver les mains avec du savon et de l'eau ou utiliser un gel désinfectant (> 60 % en alcool) pendant au moins 20 secondes.
- Couvrez-vous la bouche et le nez d'un mouchoir jetable ou du creux de votre coude lorsque vous éternuez ou toussiez.
- Nettoyez ou désinfectez les surfaces régulièrement touchées.



- Ne partagez pas de nourriture ni de boisson.

## UTILISATION DE L'ÉQUIPEMENT

- Nettoyez à fond l'équipement avec un produit désinfectant avant et après la séance d'entraînement. N'oubliez pas que la COVID-19 peut demeurer entre deux heures et neuf jours sur les surfaces selon un certain nombre de facteurs. Des mesures simples de nettoyage peuvent inactiver le virus.
- Les athlètes ne doivent pas laisser d'équipement ou de sacs en filet au site. Tout l'équipement doit être ramené à la maison et nettoyé à fond après chaque séance d'entraînement.
- Les athlètes, les entraîneurs et le personnel doivent apporter le minimum d'effets personnels et de vêtements (sacs à dos, vestes, chaussures, etc.). S'ils doivent apporter des sacs, ils doivent les placer séparément à une distance suffisante des effets personnels de chaque membre (par exemple, des sacs à dos laissés à 2 mètres les uns des autres le long de la piscine).
- Limitez la quantité d'équipement à apporter dans la piscine durant le processus de retour au sport. L'entraîneur est tenu de communiquer quel équipement est nécessaire en vue de l'entraînement de natation avant chaque séance.
  - Les athlètes ne sont pas autorisés à partager leur équipement d'entraînement.
- Il n'est pas permis de partager les bouteilles d'eau. Les athlètes, les entraîneurs et le personnel sont tenus de remplir leur bouteille d'eau à la maison avant de se rendre aux installations.
- Les entraîneurs ne sont pas autorisés à utiliser les tableaux blancs afin d'éviter que les nageurs s'y rassemblent. Utilisez un autre moyen de communication, comme en imprimant des copies individuelles des entraînements, lors des séances d'entraînement pour donner les directives aux nageurs.
- Les entraîneurs ne sont pas autorisés à partager de l'équipement tenu dans les mains comme les chronomètres, les planchettes à pince ou les crayons avec leurs collègues ou d'autres personnes. N'oubliez pas de nettoyer l'équipement à l'aide de lingettes désinfectantes avant et après un entraînement.
- En général, l'installation de l'équipement, comme les cordes de couloirs et les fanions pour le dos, devrait être réalisée par le personnel des installations. Lorsque ce n'est pas possible, des protocoles particuliers devraient être développés et le lavage des mains devait être réalisé avant et après l'installation de l'équipement.

## SPORT SÉCURITAIRE

- Tous les efforts devraient être déployés pour s'assurer que les environnements sont ouverts et observables en tout temps. Pour avoir des environnements ouverts et observables, des efforts considérables et concertés doivent être déployés pour éviter des situations où un entraîneur, un officiel ou un autre représentant se retrouve seul avec un athlète ou une personne vulnérable. Toute interaction entre un athlète et une personne en position de confiance devrait normalement, et autant que possible, se faire dans un environnement ou un endroit qui est à la fois ouvert et observable par d'autres.
- Le principe d'environnement ouvert et observable s'applique également à la communication en ligne. Toute forme de communication électronique (courriel, messagerie texte, Zoom, Skype, etc.) ne devrait jamais être une rencontre individuelle et devrait toujours se faire en groupe.
- Les séances d'entraînement devraient compter au moins trois personnes.



## **CADRE DU RETOUR À LA NATATION**

Tous les programmes devraient procéder au retour à la natation selon une approche par étape. La situation varie évidemment d'un endroit à l'autre, mais le développement du plan des programmes doit suivre les principes du cadre ci-dessous. Les plans de retour à l'entraînement doivent obligatoirement respecter l'information et les directives de la santé publique en vigueur et les procédures des installations sportives.

En date de la publication de la première version du présent document, la première étape recommandée pour le retour à l'entraînement devrait se dérouler de la façon suivante.

### **ÉTAPE 1**

Pour la première étape, le retour à l'entraînement devrait commencer par un groupe restreint et fermé. Tous les programmes devraient choisir un groupe d'athlètes répondant aux critères ci-dessous. Nous avons inclus un aperçu des étapes subséquentes (2-4), mais il est possible qu'elles doivent être ajustées en fonction des résultats de la première étape et de la mise à jour de l'information. Pour maximiser les couloirs, on donnera tout d'abord la priorité à l'entraînement en petit bassin.

Avant de passer à cette étape, on doit attendre que les autorités municipales, provinciales et fédérales autorisent la reprise de ce type d'activités.

À cette étape, il est important de tenir compte des considérations sanitaires, médicales et sécuritaires générales, en plus des exigences de toute association provinciale.

Il n'y aura qu'un seul groupe de nageurs qui feront au maximum une séance d'entraînement par jour.

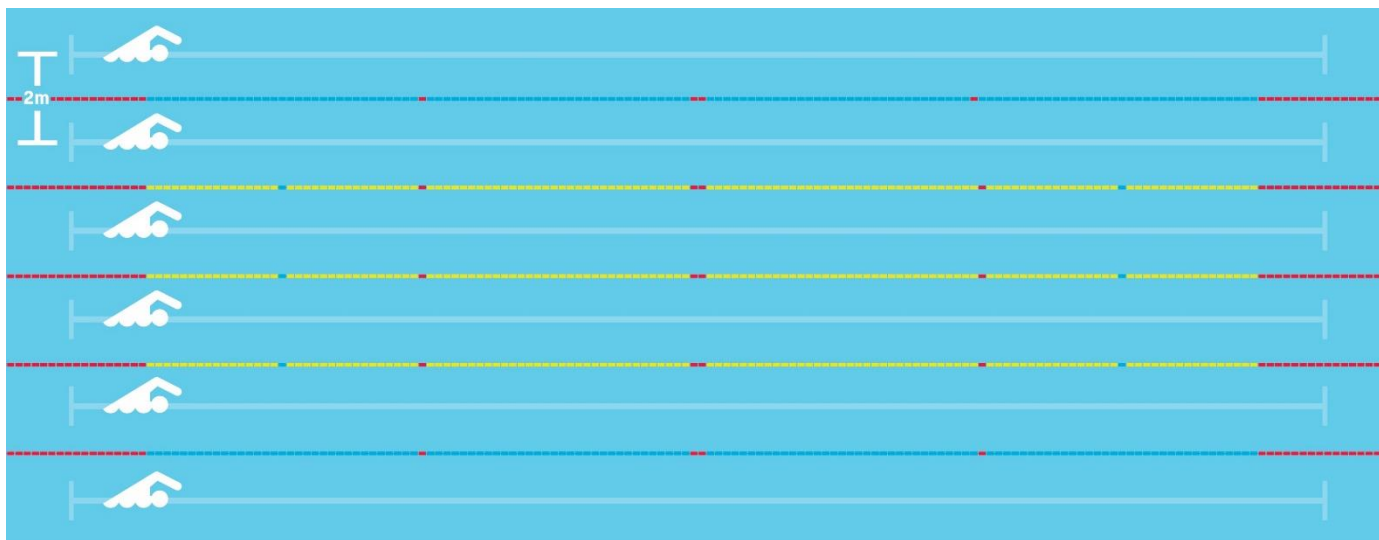
**Les seuls nageurs autorisés à s'entraîner pendant la première étape sont ceux qui sont en mesure d'effectuer une séance d'entraînement sans aucune manipulation physique et qui ne sont pas immunovulnérables.**

Avant de passer à la deuxième étape, la première étape doit se dérouler sans heurts pendant au moins trois semaines.



### Taille du groupe

Dans le but de respecter la distanciation physique, il ne doit y avoir qu'un seul athlète par couloir pendant la première étape. La taille du groupe est donc limitée par le nombre de couloirs et les restrictions de la santé publique (c'est-à-dire six nageurs pour une piscine à six couloirs ou vingt nageurs pour une piscine de 50 m à dix couloirs divisés en parcours courts).



Les règles sur le nombre de personnes autorisées dans un rassemblement en vigueur à l'échelle locale s'appliquent à la taille du groupe. En pratique, l'application des limites de la taille du groupe devrait être évaluée en fonction des directives en vigueur au moment de l'ouverture de l'installation et peut être exclusive aux politiques de l'installation.

### Groupes prioritaires

Les athlètes suivants seront choisis en priorité dans le groupe :

1. Athlètes olympiques et paralympiques ciblés;
2. Athlètes séniors brevetés;
3. Athlètes détenteurs d'un brevet de développement;
4. Athlètes qualifiés au sein de l'équipe nationale sénior;
5. Autres nageurs selon les caractéristiques sociodémographiques du programme (dont les clubs de maîtres nageurs).

Seuls les athlètes ayant suffisamment de maturité pour respecter par eux-mêmes les principes stricts de la distanciation physique sont admis dans le groupe.



### Marche à suivre pendant les séances d'entraînement

La « marche à suivre pendant les séances d'entraînement » doit être documentée pour tous les athlètes et membres du personnel. Dans la marche à suivre, il faut expliquer clairement les directives qui suivent.

1. Point d'entrée aux installations pour les participants, y compris le stationnement à utiliser
  - Les nageurs ne doivent pas se présenter à l'installation plus de 15 minutes avant le début de la séance d'entraînement.
  - S'ils ne viennent pas par leurs propres moyens, les nageurs doivent être déposés à l'extérieur de la piscine. Les parents doivent rester dans leur véhicule et à une distance sécuritaire des autres parents pendant toute la durée de la séance d'entraînement.
  - Les seules personnes autorisées à entrer dans les installations sont les nageurs et le personnel nécessaire. Lorsque c'est possible, une entrée leur sera réservée pour limiter l'interaction avec les autres usagers des lieux.
  - Lorsque c'est possible, les nageurs devraient déjà porter leur maillot pour limiter l'utilisation des vestiaires.
2. Trajet vers la piscine, les vestiaires et les autres salles d'entraînement à l'intérieur des installations
  - Le point d'entrée devrait correspondre au trajet le plus direct pour se rendre à la piscine, aux vestiaires et aux autres salles d'entraînement.
  - Lorsque les athlètes utilisent le vestiaire, on doit leur fournir un plan pour respecter la distanciation physique. Lorsque c'est possible, ils doivent se changer dans les cabines individuelles. Les athlètes doivent laisser leurs effets personnels dans leur propre sac et l'apporter sur le bord de la piscine pour limiter l'utilisation des casiers et l'exposition aux effets personnels des autres pendant l'entraînement.
3. Procédure de départ et trajet pour tous les participants
  - Tous les nageurs doivent quitter les lieux le plus rapidement possible à la fin de la séance d'entraînement.
  - Lorsque c'est possible, les nageurs ne devraient pas utiliser les vestiaires.
  - Lorsque tous les nageurs ont quitté les lieux, les membres du personnel doivent partir sans tarder.
  - Une fois dehors, tous les nageurs et membres du personnel doivent se désinfecter les mains.
  - Une fois dehors, tous les nageurs et membres du personnel doivent se rendre directement à leur véhicule et rentrer chez eux.

### Recommandations pour les entraînements

- Les entraîneurs et les athlètes doivent être conscients des effets de la réduction du volume d'entraînement pendant la pandémie de la COVID-19 sur la santé des nageurs. La plupart d'entre eux auront à composer avec une diminution de leur force, leur condition physique et leur endurance à cause de la pause prolongée. Pour diminuer les risques de blessures de surentraînement, on recommande une reprise graduelle en mettant tout d'abord l'accent sur la technique et une intensité plus faible. Lorsque c'est possible, suivez les conseils de votre équipe de soutien locale à ce sujet.
- Les entraîneurs devraient se familiariser avec tous les éléments de la section Information et considérations sanitaires, médicales et sécuritaires générales aux pages 5 à 8.
- Les entraîneurs devraient se familiariser avec la procédure et les lignes directrices relatives à la COVID-19 des installations fréquentées.



- Les entraîneurs devraient prendre les présences et les consigner dans un document. Les entraîneurs et les athlètes devraient se poser les questions suivantes avant chaque séance d’entraînement. Ils doivent répondre « non » à toutes les questions pour pouvoir participer à toute séance d’entraînement.
  - Ai-je (as-tu) des symptômes parmi les suivants : toux, essoufflement, douleurs thoraciques, difficulté à respirer, fièvre, frissons, tremblements répétés avec frissons, douleurs musculaires anormales, maux de tête, mal de gorge, déglutition douloureuse, écoulement nasal, perte récente du goût ou de l’odorat, maladie gastro-intestinale?
  - Ai-je (as-tu) été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 ou lui ai-je (as-tu) prodigué des soins?
  - Suis-je (es-tu) revenu d’un voyage à l’étranger au cours des deux dernières semaines?
- Les entraîneurs et le personnel doivent maintenir une distance appropriée les uns des autres, des sauveteurs et des nageurs.
- Les entraîneurs devraient réfléchir à la façon dont ils éduqueront leurs athlètes au sujet de l’importance de la distanciation physique et comment ils renforceront le message durant l’entraînement.
- La présentation du plan d’entraînement ne devrait pas se faire en groupe, c’est-à-dire autour des tableaux blancs.
  - Exemples
    - Les plans d’entraînement devraient être envoyés dans un courriel de groupe avant la séance (aucune communication personnelle).
    - La révision du plan d’entraînement devrait se faire à l’avance par voie électronique et présenter un diagramme indiquant les endroits où toutes les personnes doivent se tenir et ce qu’ils feront afin d’éviter qu’elles se rassemblent sur la plage.
    - Les athlètes devraient imprimer leur propre copie du plan d’entraînement et devraient l’apporter à l’entraînement.
    - Les nageurs pourraient écrire leurs entraînements sur des feuilles à plastifier ou de petits tableaux blancs.
- Tous devraient respecter les exigences de distanciation physique pour la réalisation de l’analyse vidéo. Partager les vidéos sur support électronique après les entraînements est une bonne option.
- Les entraîneurs ne devraient pas partager l’équipement qu’ils manipulent avec les mains, comme les chronomètres, les planchettes à pince ou les crayons à tableau blanc.
- Où les personnes devraient-elles se tenir sur la plage? Créez des marqueurs visuels sur le sol pour indiquer la distance appropriée à respecter sur la plage de la piscine.
- Interventions auprès des athlètes?
  - Songez à l’espace dans la piscine durant les entraînements, particulièrement aux éléments suivants :
    - départs en alternance, départs à des extrémités opposées, communication avec les athlètes, stations dans l’eau (similaires à celles d’un circuit d’entraînement), marqueurs aux points de départ et d’arrivée visibles aux athlètes (c.-à-d. marques de distance visibles sur la plage de la piscine, sur les cordes de couloir, etc.).
    - Assurez-vous de garder une distance adéquate durant toute interaction.
    - Faites faire une rotation des couloirs aux nageurs afin que chacun puisse être dans un couloir extérieur pour obtenir des commentaires.



- Établir le processus pour offrir la rétroaction au moyen d'une plateforme en ligne après l'entraînement (toujours dans un contexte de groupe).
- Contenu de l'entraînement
  - Réimaginez la natation. Il y a peut-être moins de temps dans l'eau et plus de temps pour l'entraînement complémentaire. Soyez créatif.
  - Faites preuve de créativité dans l'organisation du temps d'entraînement, du temps entre les séances, du nombre d'entraînements par semaine, de l'entraînement complémentaire, etc.
  - Prévoyez assez de temps entre les séances d'entraînement et entre les entraînements dans l'eau et ceux complémentaires afin de respecter la distance physique et les protocoles d'hygiène.
  - Assurez-vous d'avoir mis en place un plan pour faire un lien entre les séances dans l'eau et celles hors de l'eau pour assurer la bonne distance physique et les protocoles d'hygiène.
  - Entraînez-vous le même nombre d'heures, ce qui correspondra à un mélange à une combinaison d'entraînement dans l'eau et hors de l'eau.
- Autres
  - Indiquez clairement qu'il n'y aura aucune pénalité donnée à un athlète qui manque un entraînement ou que, si l'athlète ou tout membre de sa famille ne se sent pas bien, il devrait rester à la maison.

## ÉTAPE 2

Ci-dessous se trouvent les recommandations actuelles pour la deuxième étape. Elles seront mises à jour pour inclure les nouveaux renseignements et les conclusions de la première étape.

Avant de passer à cette étape, on doit attendre que les autorités municipales, provinciales et fédérales autorisent la reprise de ce type d'activités.

À cette étape, il est important de tenir compte des considérations sanitaires, médicales et sécuritaires générales, en plus des exigences de toute association provinciale.

À la deuxième étape, on introduira d'autres groupes. On recommande cependant de procéder au retour de chacun des groupes en suivant les recommandations sur la taille du groupe de la première étape durant au moins trois semaines. À la fin de la période initiale, il sera possible d'agrandir les groupes.

S'il le souhaite, le groupe de la première étape pourra ajouter d'autres séances d'entraînement quotidiennes.

Les seuls nageurs autorisés à s'entraîner pendant la première étape sont ceux qui sont en mesure d'effectuer une séance d'entraînement sans aucune manipulation physique et qui ne sont pas immunovulnérables.

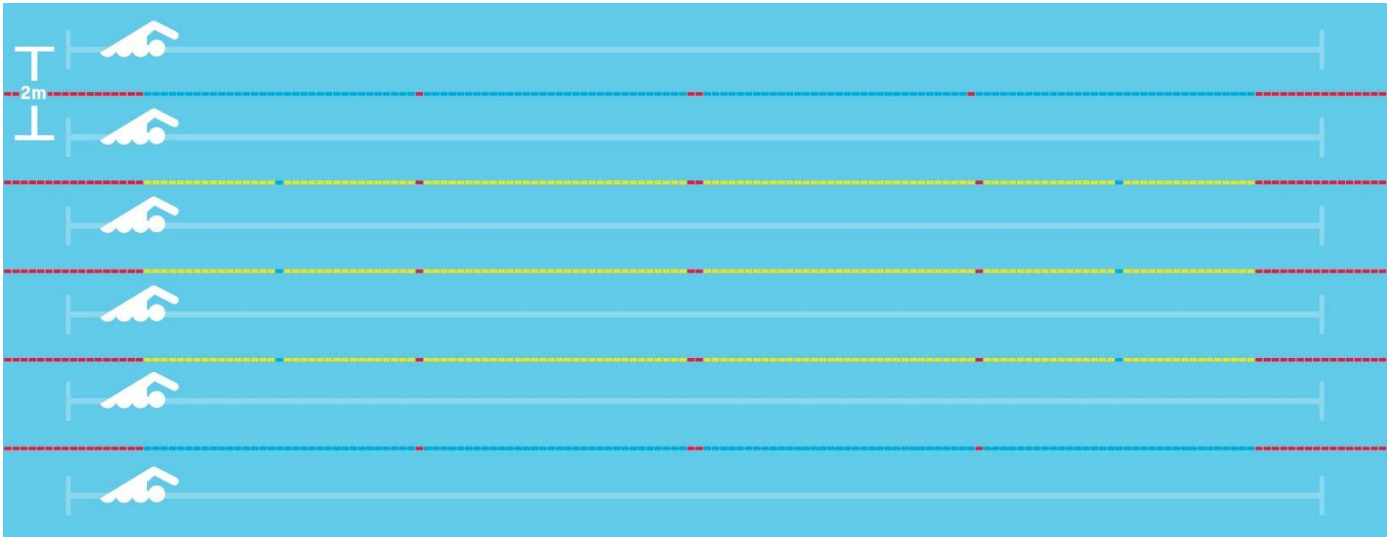
Avant de passer à la troisième étape, la deuxième étape doit se dérouler sans heurts pendant au moins trois semaines.



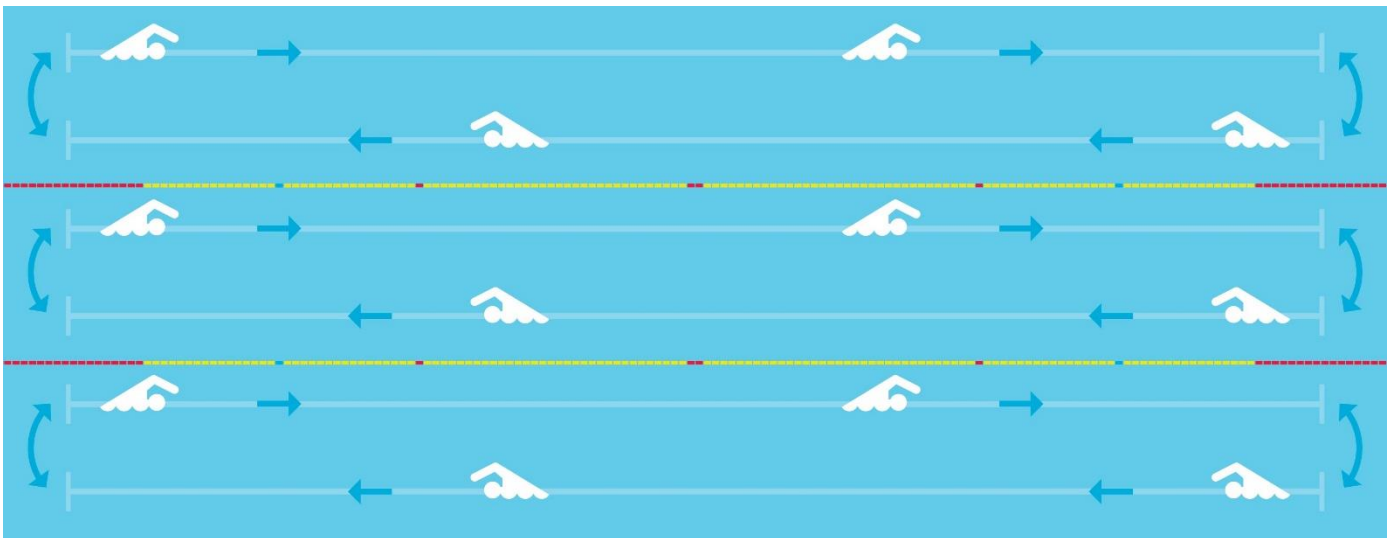


### Taille du groupe

Comme pour la première étape, tous les nageurs des groupes qui s'ajoutent à la deuxième étape doivent commencer par s'entraîner séparément dans un couloir pendant trois semaines. La taille du groupe est donc limitée par le nombre de couloirs et les restrictions de la santé publique (c'est-à-dire six nageurs pour une piscine à six couloirs ou vingt nageurs pour une piscine de 50 m à dix couloirs divisés en parcours court.)



Les groupes qui ont terminé l'étape initiale de trois semaines peuvent ensuite passer à un environnement comprenant plus de nageurs par couloirs. Ils doivent cependant continuer à respecter les règles de distance physique.



P. ex., un couloir à double sens dans lequel quatre nageurs nagent au-dessus des lignes de couloirs et exécutent de larges virages.

Les règles sur le nombre de personnes autorisées dans un rassemblement en vigueur à l'échelle locale s'appliquent à la taille du groupe. En pratique, l'application des limites de la taille du groupe devrait être



évaluée en fonction des directives en vigueur au moment de l'ouverture de l'installation et peut être exclusive aux politiques de l'installation.

#### **Groupes prioritaires**

Les groupes d'athlètes continuent à s'ajouter en respectant la priorité suivante :

1. Athlètes olympiques et paralympiques ciblés;
2. Athlètes seniors brevetés;
3. Athlètes détenteurs d'un brevet de développement;
4. Athlètes qualifiés dans l'équipe nationale senior;
5. Autres nageurs selon les caractéristiques sociodémographiques du programme (dont les clubs de maîtres nageurs).

Pendant la deuxième étape, les groupes se limitent toujours aux athlètes ayant suffisamment de maturité pour respecter par eux-mêmes les principes stricts de la distanciation physique.

#### **Marche à suivre pendant les séances d'entraînement**

La section sera développée lors de prochaines versions du document. Tous les principes de la première étape devraient pour le moment continuer d'être pris en considération et observés.

#### **Recommandations pour les entraînements**

La section sera développée lors de prochaines versions du document. Tous les principes de la première étape devraient pour le moment continuer d'être pris en considération et observés.

### **ÉTAPE 3**

Les détails de la troisième étape seront développés et communiqués dans les prochaines versions du document. L'objectif de la troisième étape serait le retour de tous les groupes du programme. Avant de passer à la troisième étape, les deux premières étapes doivent se dérouler sans heurts.

### **ÉTAPE 4**

Le retour complet à l'entraînement se fera à la fin de la pandémie. D'autres détails suivront dans les prochaines versions du document.

## **RETOUR À LA COMPÉTITION**

À son retour à l'entraînement, et avant le retour à la compétition, un club doit absolument suivre les lignes directrices de Natation Canada établies précédemment dans le présent document.

La sécurité est la priorité absolue en ce qui concerne tous les aspects du retour à l'entraînement et à la compétition. La sécurité par rapport au virus, mais aussi par rapport aux blessures reliées à une augmentation des activités ou de l'entraînement, ou des deux, doit être soigneusement prise en considération lorsqu'on envisage un retour à la compétition. Les clubs se doivent de respecter les directives provinciales et nationales relativement aux grands rassemblements. Cela peut avoir un impact sur le nombre de nageurs pouvant prendre part à une compétition, le nombre d'officiels requis et la présence des spectateurs. Il sera nécessaire d'évaluer continuellement l'environnement de compétition (installations



d'entraînement et de compétition) pour s'assurer que toutes les précautions sont prises en vue de minimiser les risques pour les nageurs et les personnes qui participent aux événements en qualité de spectateur (dans la mesure du possible).

Le retour à la compétition devant suivre le retour à l'entraînement, d'autres directives suivront, alors que les provinces recevront l'autorisation d'ouvrir les installations et que les clubs pourront reprendre leurs séances d'entraînement. Lorsque les clubs seront de retour à l'entraînement et qu'ils seront prêts pour la compétition, les choix suivants s'offriront à eux : les essais de temps et les compétitions à domicile. Avec le besoin de distanciation physique et les restrictions quant à la taille des foules, les rencontres virtuelles peuvent également être une occasion pour les équipes de club de nager dans les installations de leurs villes de résidence et de se mesurer à d'autres équipes de leur province. D'autres lignes directrices suivront dans les versions subséquentes de ce document.

Le comité des officiels, des compétitions et des règlements (COCR), en collaboration avec les associations provinciales, travaille actuellement sur un cadre d'organisation de compétitions pour les clubs. Le COCR étudie les formats de rencontre (essais de temps, compétitions invitation organisées par les clubs, etc.) en déterminant le nombre d'officiels requis au bord de la piscine afin de respecter les directives en matière de distanciation physique et garantir l'intégrité des résultats.



## **ANNEXES ET RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES**

### **1) PROCESSUS DE RETOUR À LA NATATION DES CENTRES DE HAUTE PERFORMANCE DE NATATION CANADA**

Afin de recevoir l'autorisation d'entreprendre la première étape des lignes directrices de Natation Canada pour le retour à la natation, chaque Centre de haute performance (CHP) devra suivre le processus suivant :

1. Un groupe d'évaluation composé des personnes suivantes se réunira afin d'examiner le plan de retour à la natation à la lumière de l'outil d'évaluation des risques reliés à la COVID-19 pour le sport préparé par le Réseau des instituts du sport olympique et paralympique (RISOP) du Canada et À nous le podium (ANP).
  - Entraîneurs des centres de la haute performance
  - Directeur de l'équipe de soutien intégrée (ESI) de Natation Canada
  - Médecin de l'équipe nationale de Natation Canada
  - Entraîneur sénior du programme olympique de Natation Canada (pour l'Ontario, Vancouver et Victoria)
  - Entraîneur sénior du programme paralympique de Natation Canada (pour le Québec)
  - Gestionnaire supérieur du parcours de la haute performance NextGen de Natation Canada (pour l'Ontario, Vancouver et Victoria)
  - Directeur associé de la haute performance et entraîneur national de paranatation (pour le Québec)
2. Après le développement d'un plan acceptable, une séance d'information virtuelle sera organisée pour les entraîneurs et nageurs des CHP afin d'expliquer clairement les procédures qu'ils devront suivre et les responsabilités qu'ils devront assumer. Dans le cadre de cette séance d'information, les procédures de pré-entraînement, d'entraînement et de post-entraînement en vigueur pour protéger la santé et la sécurité de tous les participants seront passées en revue. Cette séance d'information sera présentée par le directeur de l'ESI, l'entraîneur sénior du programme olympique et le gestionnaire supérieur du parcours de la haute performance NextGen pour l'Ontario, Vancouver et Victoria. Pour le programme paralympique, la séance d'information sera présentée par le directeur de l'ESI, l'entraîneur sénior du programme paralympique et le directeur associé de la haute performance et entraîneur national de paranatation.
3. À la suite de la séance d'information, le gestionnaire supérieur du parcours de la haute performance NextGen (pour l'Ontario, Vancouver et Victoria) ou le directeur associé de la haute performance et entraîneur national de paranatation (pour le Québec) fera savoir au gestionnaire de l'installation compétent que les séances d'information ont eu lieu. Les entraîneurs des CHP seront également mis au courant, de façon à ce que l'entraînement reprenne conformément au plan.
4. Les entraîneurs des CHP devront étroitement surveiller le respect des protocoles établis. Tout problème devra immédiatement être signalé au groupe d'évaluation par l'entremise du gestionnaire supérieur du parcours de la haute performance NextGen (pour l'Ontario, Vancouver et Victoria) ou du directeur associé de la haute performance et entraîneur national de paranatation (pour le Québec). Au cours de la première étape, le groupe d'évaluation se réunira tous les jours par conférence



téléphonique pendant la première semaine, deux fois pendant la deuxième semaine et une fois à la fin de la troisième semaine afin d'examiner la situation et d'aborder tous les problèmes et toutes les préoccupations.

## 2) PROCESSUS RECOMMANDÉ DE RETOUR À LA NATATION POUR LES CLUBS

La priorité, dans un plan de retour à la natation, est la protection de la santé et la sécurité des athlètes, des entraîneurs et des praticiens. Le plan sera élaboré autour de ce principe, et toutes les lignes directrices municipales, provinciales et fédérales en matière de santé publique doivent être respectées.

Avant d'entreprendre la première étape des lignes directrices de Natation Canada pour le retour à la natation, chaque club doit mettre sur pied un groupe d'évaluation en vue de créer, revoir et approuver son plan de retour. On recommande que ce groupe soit formé de quatre à six membres, y compris l'entraîneur-chef et le président du club, un médecin ou un professionnel de la santé publique, ainsi que le gestionnaire de l'installation aquatique. Les clubs devront communiquer avec leur association provinciale avant le retour à l'entraînement. On leur recommande également de partager leur plan de retour à la natation avec leur association provinciale avant d'amorcer un retour à l'entraînement. Les associations provinciales établiront peut-être des exigences, des lignes directrices ou des processus d'approbation supplémentaires auxquels les clubs devront se soumettre.

Natation Canada a adopté l'outil d'évaluation du risque de la COVID-19 pour le sport du RISOP du Canada et d'ANP afin de fournir aux clubs une liste d'éléments clés à prendre en considération en passant en revue leur plan de retour à la natation. Cet outil a été développé à partir de la liste de contrôle de l'OMS pour l'évaluation et l'atténuation des risques.

Après l'élaboration d'un plan acceptable, une séance d'information virtuelle sera organisée pour tous les entraîneurs, nageurs et parents du club afin de leur expliquer clairement les procédures qu'ils devront suivre et les responsabilités qu'ils devront assumer. Au cours de cette séance d'information, seront passées en revue les procédures de préentraînement, d'entraînement et de post-entraînement en vigueur pour protéger la santé et garantir la sécurité de tous les participants.

À la reprise de l'entraînement, l'entraîneur-chef devra s'assurer du respect rigoureux des protocoles établis. Tout problème devra être immédiatement signalé au groupe d'évaluation pour un examen approfondi. Au cours de la première étape, le groupe d'évaluation se réunira tous les jours par conférence téléphonique pendant la première semaine, deux fois pendant la deuxième semaine et une fois à la fin de la troisième semaine afin de passer en revue la situation et d'aborder tous les problèmes et préoccupations.

### ÉLÉMENTS CLÉS DU PLAN DE RETOUR À LA NATATION

Les questions suivantes doivent être à l'avant-plan des protocoles de retour à la natation.

#### **Mesures spécifiques pour limiter la transmission**

Quelles mesures prendrez-vous spécifiquement pour réduire le risque de transmission chez les athlètes et les membres du personnel? Indiquez des mesures précises pour chaque installation et chaque site.

#### **Connaissances du personnel**

Quels plans mettrez-vous spécialement en œuvre en vue d'accroître la compréhension de votre personnel (dont le personnel de soutien) de la situation entourant la COVID-19?



### Sensibilisation à la santé publique

Quelles étapes suivrez-vous spécifiquement pour tenir les athlètes et le personnel informés des derniers développements en matière de santé publique relativement à la COVID-19?

### État de préparation aux situations d'urgence

Quelles stratégies préparez-vous afin de répondre efficacement aux situations d'urgence? Veuillez inclure les mesures de dépistage que vous mettrez en œuvre ainsi que le type de tests diagnostiques (s'il y a lieu) que vous utiliserez pour le dépistage des personnes asymptomatiques.

### Coordination et logistique

1. Quels plans élaborerez-vous spécifiquement en vue d'améliorer la communication et la collaboration avec vos organismes partenaires?
2. Quelles sont les politiques et procédures que vous mettrez en place afin d'améliorer la coordination de la logistique entre les agences?

### Communication des risques

1. Quelles mesures prendrez-vous spécifiquement en vue de communiquer les risques associés à l'entraînement durant la pandémie de COVID-19?
2. Quels sont les processus qui limiteront l'effet de la désinformation orchestrée par d'autres sources?

## 3) LIENS VERS LES SERVICES DE SANTÉ PUBLIQUE FÉDÉRAUX, PROVINCIAUX ET TERRITORIAUX RELATIFS À LA COVID-19

<a href="#">Canada</a>	<a href="#">Nunavut</a>
<a href="#">Alberta</a>	<a href="#">Ontario</a>
<a href="#">Colombie-Britannique</a> (anglais seulement)	<a href="#">Québec</a>
<a href="#">Île-du-Prince-Édouard</a>	<a href="#">Saskatchewan</a> (anglais seulement)
<a href="#">Manitoba</a>	<a href="#">Terre-Neuve-et-Labrador</a>
<a href="#">Nouveau-Brunswick</a>	<a href="#">Territoires du Nord-Ouest</a>
<a href="#">Nouvelle-Écosse</a>	<a href="#">Yukon</a>

## 4) LIENS VERS LES ASSOCIATIONS PROVINCIALES

<a href="#">Alberta</a>	<a href="#">Nouvelle-Écosse</a>
<a href="#">Colombie-Britannique</a>	<a href="#">Ontario</a>
<a href="#">Île-du-Prince-Édouard</a>	<a href="#">Québec</a>
<a href="#">Manitoba</a>	<a href="#">Saskatchewan</a>
<a href="#">Nouveau-Brunswick</a>	<a href="#">Terre-Neuve-et-Labrador</a>

## 5) LIENS UTILES

Nous vous invitons à consulter le Carrefour des ressources - COVID-19 de Natation Canada pour de plus amples renseignements : <https://www.swimming.ca/fr/carrefour-des-ressources-covid-19/>



## 6) GROUPE DE TRAVAIL NATIONAL SUR LE RETOUR AU SPORT DE HAUTE PERFORMANCE – COVID-19

Sous la direction d'ANP, un groupe de travail national a été créé pour aborder la question du retour au sport pour les athlètes de haute performance dans le sport olympique et paralympique.

Le groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance - COVID-19 fonctionne selon les valeurs fondamentales pour le sport de haute performance en ce qui a trait à la COVID-19.

Au niveau de la haute performance, le sport transforme la vie des Canadiens, fournit des modèles à nos jeunes et aide à définir la culture canadienne. Dans le présent document, un athlète de haute performance est défini comme suit:

- Un athlète ou un représentant nommé par l'organisme national de sport (ONS);
- Un athlète sur la voie d'accès au podium de l'ONS en qualité d'athlète sénior ou d'athlète NextGen;
- Un athlète qui bénéficie du soutien financier du Programme d'aide aux athlètes.

La reprise du sport de haute performance repose sur des principes fondamentaux basés sur des valeurs:

1. D'abord et avant tout, les athlètes de haute performance, les entraîneurs et le personnel de soutien respectent le besoin de retourner au jeu ou au travail en respectant les lignes directrices et les procédures développées par les autorités sanitaires, à l'échelle locale, provinciale et fédérale.
2. Les athlètes de haute performance, les entraîneurs et le personnel de soutien veulent retourner au jeu ou au travail d'une manière qui protège la santé et la sécurité de tous les participants et des communautés dans lesquelles ils vivent et s'entraînent.
3. Les Canadiens valorisent le sport de haute performance, qui est un mécanisme éprouvé pour ce qui est de renforcer, d'unir et de bâtir les communautés canadiennes en temps de crise.
4. Les athlètes de haute performance sont résilients et sont capables de s'adapter à toutes les situations de crise et d'adversité. Ils peuvent être des modèles pour tous les Canadiens dans leur manière de faire face à l'adversité occasionnée par la COVID-19. Ils sont pour tous les Canadiens l'incarnation de l'espoir. Ils leur montrent la voie à suivre et suscitent leur fierté citoyenne.
5. Le sport de haute performance développe les leaders communautaires canadiens de la relève. Pour les athlètes canadiens de haute performance, la poursuite de l'excellence est la profession qu'ils ont choisie, et à ce titre, le retour au jeu est essentiellement un « retour au travail ».
6. Le retour au jeu ou au travail est un moyen d'aider les communautés canadiennes à panser leurs blessures, à se reconstruire et à renforcer leur unité à la suite de la COVID-19.

Le plan de Natation Canada s'aligne sur ces valeurs nationales et va un peu plus loin en permettant que notre approche de retour à l'entraînement, soit la première étape, soit utilisée dans les programmes des clubs et des universités ainsi que dans nos centres de haute performance.



**Membres du groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance - COVID-19**

Anne Merklinger – Présidente du groupe de travail, directrice générale, À nous le podium  
Dr Mike Wilkinson – Chef des services médicaux, Comité olympique canadien  
Dr Andy Marshall – Chef des services médicaux, Comité paralympique canadien  
Lorraine Lafreniere – Chef de la direction, Association canadienne des entraîneurs  
Paul Melia – Directeur général, Centre canadien pour l'éthique dans le sport  
Catherine Gosselin-Després – Directrice exécutive du sport, Comité paralympique canadien  
Dave Mirota – Directeur de la performance olympique, Comité olympique canadien  
John Atkinson – Directeur de la haute performance, Natation Canada  
Rowan Barrett – Directeur de la haute performance, Canada Basketball  
Eugene Liang – Directeur de la haute performance, Triathlon Canada  
Marshall Starkman – Directeur général, Hockey Canada  
Mike Slipchuk – Directeur de la haute performance, Patinage Canada  
Carla Nicholls – Responsable de la performance en para-athlétisme, Athlétisme Canada  
Ian Mortimer – Directeur du développement, Canoe Kayak Canada  
Kate Boyd – Gestionnaire de la haute performance et entraîneure, NextGen, Nordiq Canada  
Dave Ellis – Directeur athlétique, Canada Ski Cross  
Iñaki Gomez – Commission des athlètes, Comité olympique canadien  
Erica Gavel – Commission des athlètes, Comité paralympique canadien  
Jocelyn East – Coprésident, groupe de travail fédéral, provincial et territorial sur la sécurité, l'intégrité et l'éthique dans le sport  
Dale Measner – Coprésident, groupe de travail fédéral, provincial et territorial sur la sécurité, l'intégrité et l'éthique dans le sport  
Kelly Dearborn – Analyste principal de programme, Sport Canada  
Jason Poole – Directeur des services à la performance, Institut canadien du sport - Calgary  
Dr<sup>e</sup> Suzanne Leclerc – Médecin-chef, Institut national du sport du Québec  
Dr<sup>e</sup> Taryn Taylor – U SPORTS  
Mark Hahto – Directeur des sports d'été, À nous le podium  
Patricia Chafe – Directrice des sports d'hiver, À nous le podium  
Andy Van Neutegem – Directeur des sciences de la performance, de la recherche et l'innovation, À nous le podium