



## **DOCUMENT DE RÉFÉRENCE DE NATATION CANADA SUR LE RETOUR À LA NATATION**

### **FOIRE AUX QUESTIONS (FAQ)**

1. Comment le cadre et les étapes de Natation Canada pour un retour à l'entraînement s'alignent-ils sur l'approche graduelle de ma province ?

Les gouvernements provinciaux et les administrations municipales, en consultation avec leurs autorités de santé publique, détermineront la phase de leurs plans de réouverture à laquelle les installations aquatiques peuvent rouvrir. L'étape 1, comme l'indique le document de référence de Natation Canada sur le retour à la compétition, peut être déclenchée dès que possible après la réouverture des installations aquatiques et doit s'aligner sur toutes les directives de la santé publique en vigueur. Veuillez consulter votre association provinciale pour toute information sur les exigences et procédures dans votre région.

2. Quel est le but du document de référence sur le retour à la natation de Natation Canada ?

Le but de ce document est d'établir un cadre pour la reprise de la natation de compétition au Canada en commençant par une approche par étape pour le retour à l'entraînement des centres de haute performance et des clubs. Le document est basé sur des recommandations et des pratiques exemplaires que les associations provinciales (et leurs clubs), ainsi que l'ACEN (et tous les entraîneurs), doivent mettre en pratique. Ce document a été réalisé par un éventail d'experts de la natation, sous la direction de spécialistes de la science et de la médecine, et intègre toutes les recommandations du groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance – COVID-19.

3. Quelle différence existe-t-il entre le groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance – COVID-19 et le groupe de travail sur le retour à la natation de Natation Canada ?

Sous la direction d'À nous le podium, un groupe de travail national a été créé pour aborder la question du retour au sport pour les athlètes de haute performance de sports olympiques et paralympiques.

Le groupe de travail sur le retour à la natation de Natation Canada se compose de représentants de nombreux intervenants clés de notre sport, notamment 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.



#### 4. Qui peut retourner à l'entraînement à l'étape 1 ?

Le groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance – COVID-19 fonctionne selon une série de valeurs fondamentales pour le retour à l'entraînement du sport de haute performance à l'étape 1, et il donne les définitions suivantes :

- Un athlète ou un représentant nommé par l'ONS; et
- Un athlète sur la voie d'accès au podium de l'ONS en qualité d'athlète sénior ou d'athlète NextGen; ou
- Un athlète qui bénéficie du soutien financier du PAA.

Natation Canada, dont le plan s'allie sur les conclusions du groupe de travail national, a défini plus en détail le retour à l'entraînement pour la natation à l'étape 1. Ce plan peut être également utilisé en dehors des centres de haute performance, au sein des clubs et des programmes universitaires. Le retour à l'entraînement des athlètes se fera en fonction de l'ordre de priorité suivant :

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;
5. Autres nageurs selon les caractéristiques sociodémographiques du programme (dont les clubs de maîtres nageurs).

#### 5. Il n'y a pas beaucoup de nageurs de notre club qui répondent aux critères des priorités 1 à 4, pouvons-nous reprendre l'entraînement à l'étape 1 ?

Nous espérons, autant que possible, que les clubs seront en mesure de reprendre l'entraînement à l'étape 1. Si un club n'a, parmi ses membres, aucun nageur répondant aux critères des priorités 1 à 4, il peut quand même retourner à l'entraînement à l'étape 1. Seuls les athlètes ayant suffisamment de maturité pour respecter par eux-mêmes les principes stricts de la distanciation physique devraient être admis dans le groupe. Seuls les nageurs en mesure d'effectuer une séance d'entraînement sans aucune manipulation physique et qui ne sont pas immunovulnérables devraient être inclus à cette étape. De plus, les plans de retour à l'entraînement doivent se conformer à toutes les exigences de l'association provinciale dont relève un club.

#### 6. Où les compétitions s'inscrivent-elles dans le cadre du retour à la natation ?

En ce moment, le retour à la compétition devrait suivre le retour à l'entraînement. Le comité des officiels, des compétitions et des règlements (COGR), en collaboration avec les associations provinciales, travaille à l'établissement d'un cadre de référence sur l'accueil de rencontres par les clubs. D'autres lignes directrices suivront dans les versions subséquentes de ce document.



7. Pourquoi chaque étape du cadre est-elle assortie d'une recommandation de trois semaines ?

À l'heure actuelle, on estime que la période d'incubation de la COVID-19 varie de 1 à 14 jours. Les symptômes se présentent en général après 5 ou 6 jours, mais cela peut varier. L'instauration de la période de 21 jours permettra aux responsables de programme, aux exploitants des installations et aux responsables de la santé publique de déterminer l'efficacité des protocoles établis pour le retour au sport en ce sens qu'ils empêchent les infections et la propagation subséquente du virus au sein du groupe d'entraînement.

8. Pourquoi l'étape 1 du cadre recommande-t-elle un maximum d'un nageur par couloir ?

Au cours de l'étape 1 du processus, l'objectif est de démontrer comment l'entraînement peut se dérouler en toute sécurité tout en respectant les exigences de distance sociale imposées par les responsables de la santé publique. Si les athlètes nagent au centre des couloirs, il y aura toujours de 2 m à 2,4 m entre eux dans la plupart des piscines. Une mise en œuvre réussie de l'étape 1 permettra aux programmes et aux installations de passer à l'étape 2 avec confiance, forts des connaissances clés acquises à l'étape initiale.

9. Existe-t-il des considérations spéciales par rapport au retour à l'entraînement des « populations vulnérables » ?

Le groupe de travail national sur le retour au sport de haute performance – COVID-19 a fourni l'information suivante en ce qui concerne les populations vulnérables.

#### POPULATIONS VULNÉRABLES

Les athlètes et le personnel de soutien atteints de problèmes de santé sous-jacents incluant des maladies respiratoires ou cardiaques, l'hypertension, des coagulopathies, le diabète, l'obésité, l'asthme grave et l'immunosuppression en raison d'une maladie, de condition chronique ou de la prise de médicaments peuvent être à risque accru d'infection grave de COVID-19. Au Canada, 68 % de toutes les hospitalisations et 96 % de tous les décès en raison de la COVID-19 touchaient les personnes âgées de 60 ans ou plus.

Les protocoles de retour au sport pour les para-athlètes doivent aussi considérer ce qui suit : une sensibilité accrue aux infections respiratoires, un système immunitaire affaibli en raison de lésions médullaires, des équipements particuliers (ex. : fauteuils roulants) qui exigent du nettoyage, l'accessibilité aux ressources médicales et l'accès à d'autres options pour l'entraînement. Les athlètes de parasport qui n'ont pas de problèmes de santé concomitants ne courent pas un risque plus élevé d'infection sérieuse à la COVID-19. De récents rapports indiquent que les gens peuvent être infectés avec la COVID-19 et ne démontrer aucun symptôme, mais peuvent toujours transmettre le virus aux autres. Ainsi, l'importance extrême d'un contrôle étroit et fréquent chez les athlètes de parasport.



Interventions possibles pour les athlètes de parasport et le personnel de soutien vulnérables :

- Retarder le retour au sport
- Entraînement prévu à des moments désignés « à risque moindre » (c.-à-d. lorsqu'il n'y a pas d'autres groupes ou athlètes présents)
- Personnel qui travaille à distance, lorsque possible
- Pratiquer l'éloignement physique (à au moins 2 mètres les uns des autres)
- Exclusion des athlètes ou du personnel à « haut risque » de l'environnement d'entraînement

Ceux qui sont atteints de problèmes de santé concomitants nécessitent un dépistage et une gestion personnalisés, en consultation avec le médecin en chef de leur ONS ou des grands Jeux ou de leur médecin traitant avant un retour à l'environnement d'entraînement ou de compétition.

Le document complet du groupe de travail national est affiché ici : <https://www.anouslepodium.org/fr-ca/Resources/COVID-19-Resources>

**10. Les entraîneurs et les nageurs qui retournent à l'entraînement doivent-ils porter un masque avant et après l'entraînement ?**

Les lignes directrices des installations peuvent imposer l'usage du masque, et ces consignes doivent être suivies en tout temps. Le masque doit être porté lorsque la distanciation physique n'est pas possible. Le port du masque ne peut en aucun cas se substituer à la distanciation sociale.

Voici l'information communiquée par le gouvernement du Canada sur la façon de mettre, d'enlever et de nettoyer les masques non médicaux :

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/2019-nouveau-coronavirus/prevention-risques/comment-mettre-enlever-nettoyer-masques-couvre-visage-non-medicaux.html>.

**11. Je suis un nageur qui envisage de retourner à l'entraînement, et un membre de ma famille est un travailleur essentiel. Dois-je prendre des précautions particulières ?**

Le fait de vivre avec un travailleur essentiel contribue à augmenter le niveau de risque de propagation de la COVID-19 dans un foyer. Toutefois, avec des mesures d'hygiène et d'assainissement appropriées, ainsi que le respect des mesures de distanciation physique, ce risque peut être largement atténué.