**Les Olympiades en temps de COVID**



Les compétitions et tournois sont possibles en zone verte. Pour plus de détails sur les règles à suivre, veuillez consulter la [carte des paliers d'alerte](https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/systeme-alertes-regionales-et-intervention-graduelle/cartes-paliers-alerte-covid-19-par-region).

Le succès de notre semaine repose sur la capacité des parents et enfants à appliquer rigoureusement les consignes sanitaires dans la pratique des activités proposées dans cette semaine festive :

• éviter de porter les mains à son visage ;

• se laver les mains à l’eau et au savon, régulièrement durant 20 secondes ;

• tousser dans son coude ;

• garder une distance de deux mètres.

**AVANT l’activité**

• Si vous présentez des symptômes, avez reçu un résultat positif ou êtes considéré comme contact étroit d’un cas de COVID-19, demeurez à la maison.

• Malgré la réouverture de certaines régions, il est demandé à toute personne ayant récemment eu des déplacements non essentiels d’une région à l’autre ou d’une ville à une autre de ne pas se présenter aux olympiades.

• Pour les parents : planifiez la séquence de vos actions de manière à respecter en tout temps la distanciation physique de deux mètres.

• Pour nos enfants et moniteurs : planifiez la séquence de vos actions de manière à respecter en tout temps la distanciation physique d’1 mètre.

• Informez-vous auprès du gestionnaire de la CNF ou du CNSLJ sur les mesures mises en place et ce que vous devrez faire pour les respecter.

• **Identifiez** et limitez les accessoires ou équipements personnels à apporter au strict minimum (ex. : bouteille d’eau, lunch et serviette).

• Rendez-vous directement sur le plateau d’activité.

• En cas de pluie, les activités qui peuvent être pratiquées à l’intérieure seront déplacées au gymnase de **l’École Secondaire St-Denys-Garneau**. Votre enfant pourrait être transporté. La capacité maximale d’accueil du gymnase se détermine en fonction de l’espace disponible (aire) et de la possibilité de maintenir une distanciation physique d'un mètre entre les personnes qui ne vivent pas sous le même toit.

Nous demandons donc aux parents de rester à l’extérieur si jamais des compétitions se déroulent au gymnase.

Notez que des enfants pourraient être transportés en voiture par des adultes bénévoles vers le gymnase si des décisions de dernière minute survienne en cas de pluie. Si vous êtes inconfortable et préférez transportez votre enfant vous-même, merci de nous en faire part.

**PENDANT l’activité**

• Lavez-vous les mains à l’eau et au savon pendant 20 secondes ou avec une solution hydroalcoolique en arrivant et fréquemment par la suite.

• Respectez en tout temps la règle de distanciation physique de deux mètres, que ce soit avec les animateurs, les guides, les entraîneurs ou avec les autres participants, et ce, tant lors de la pratique que dans les aires de passage (ex. : entrée des vestiaires, toilettes, sortie vers les terrains, sentiers, escaliers, support à vélo). Les activités pratiquées doivent permettre de ne pas s’approcher à moins de deux mètres d’une personne qui ne réside pas sous le même toit.

• Les poignées de main, les accolades et tout autre contact physique doivent être évités.

• Évitez tout partage d’équipement. Si cela n’est pas possible, assurez-vous de désinfecter les objets ou les équipements partagés chaque fois qu’il y a un nouvel utilisateur.

• Chaque utilisateur devrait également utiliser son propre équipement dans la mesure du possible (ex. : jouer avec ses propres balles au golf, utiliser des balles distinctes entre les joueurs au tennis, utiliser sa propre pagaie).

**APRÈS l’activité**

• Évitez de flâner sur place et retournez à votre domicile directement.

• Lavez-vous les mains à l’eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique avant de quitter le lieu de pratique et à votre retour à la maison.

• Évitez de prendre votre douche sur place.

• À la fin de l’activité, retirez les vêtements, les dossards ou autres, placez-les dans un sac et lavez-les avec le savon à lessive habituel.