



## Protocole de retour au jeu de FENB – juillet 2020

Sous la direction d'organisations nationales de sport, comme la Fédération canadienne d'escrime, [Sport Canada](#) (SC) et [À nous le podium](#), Fencing-Escime NB (FENB) travaille sur son protocole de retour au jeu en fonction des considérations actuelles en matière de santé publique afin de protéger nos membres, les familles et les collectivités. Il s'agit d'effectuer un retour progressif à notre sport tout en respectant les règles émises par les autorités de santé publique provinciale et fédérale.

**Tous les clubs membres doivent suivre ces protocoles, même si les recommandations et directives émises par les autorités municipales, provinciales et nationale de santé publique ont toujours préséance.** L'escrime étant un sport de contact en salle, il relève de la phase 2 (jaune) de rétablissement en réponse à la COVID-19 et, chaque fois qu'une région revient à une phase supérieure, les clubs d'escrime de cette région doivent cesser leurs activités.

Il s'agit d'un document de travail; ces protocoles peuvent être modifiés à mesure que les connaissances sur les pratiques exemplaires et la situation dans la province évoluent.

### Documents de référence :

GNB : [Page informative sur la maladie à coronavirus](#)

Travail sécuritaire NB : [S'adapter à la nouvelle normalité](#)

Bureau du médecin-hygiéniste en chef (Santé publique) : [Se protéger et protéger les autres](#)

Fédération canadienne d'escrime (FCE) : [Protocole de reprise de l'escrime](#)

À nous le podium : [Liste de vérification pour l'évaluation et l'atténuation des risques](#)

## **Ce qu'on attend des clubs**

### *Avant l'ouverture*

- Les clubs doivent préparer un plan opérationnel et en avoir une copie au club.
- Les clubs doivent remplir la liste de vérification pour l'évaluation et l'atténuation des risques.
- Les clubs doivent être classés « très bas » ou « bas » par l'outil d'évaluation des risques relatifs à la COVID-19 pour le sport.
- Les clubs devraient mettre à jour leurs formulaires de dérogation et d'acceptation des risques afin d'inclure la COVID-19.
- Les clubs doivent s'assurer que des affiches appropriées sur le lavage des mains sont placées dans les toilettes. Autant que possible (installations privées), des affiches sur la distanciation physique, la désinfection des mains et l'auto-isolement devraient également être placées.
- Lorsque possible, les clubs devraient clairement marquer le sol pour indiquer la distance physique dans les couloirs et autres zones où les personnes circulent.
- Les clubs devraient délimiter une zone dans l'aire d'entraînement désignée pour les sacs et l'équipement individuel afin de faciliter la distanciation physique.
- Ils devraient installer des stations de désinfection des mains à chaque entrée et sortie du club.
- Les clubs devraient communiquer leurs nouveaux protocoles à leurs membres et leur rappeler que la COVID-19 se transmet par gouttelettes absorbées par les yeux, le nez et la bouche.
- Les clubs et les athlètes ne doivent pas partager les masques, gants, vestes, culottes ou tout autre équipement. Si des participants ne possèdent pas d'équipement personnel, les clubs devraient assigner des pièces d'équipement du club à un escrimeur unique pour utilisation individuelle. Chaque escrimeur devrait apporter son propre équipement à chaque visite plutôt que de l'entreposer au club entre les séances d'entraînement.
- Il devrait y avoir un responsable désigné pour noter l'information de suivi pertinente (nom, prénom, courriel, numéros de téléphone) de toutes les personnes présentes aux séances d'entraînement en plus de la date, de l'heure et de la durée de chaque séance d'entraînement et les résultats de l'auto-évaluation (réponses négatives).
- Il devrait y avoir un responsable désigné pour traiter toute la correspondance relative à la COVID-19 du club, notamment les messages à l'intention des escrimeurs, des parents

et des clubs membres ainsi que les documents émis par Santé publique, la FENB, les organismes gouvernementaux et les médias.

- Les entraîneurs, parents, escrimeurs et membres de la famille âgés de plus de 65 ans et ceux qui ont des problèmes de santé chroniques – notamment immunosuppression, maladies pulmonaires, hypertension, maladies cardiaques, asthme et diabète – devraient rester à la maison jusqu'à nouvel ordre de la part des représentants de la santé publique.

#### *Groupes d'entraînement désignés*

- Les escrimeurs doivent se diviser en groupes d'entraînement désignés avant le début du cours.
- Chaque escrimeur doit être affecté à un groupe particulier et y rester jusqu'à la phase 5. L'entraîneur doit également être le même pour chaque groupe.
- Le nombre d'athlètes par cours est déterminé par l'espace disponible :
  - Pour les phases 1 et 2 du protocole de retour au jeu, une bulle d'au moins 5 mètres doit être maintenue pour chaque escrimeur, et un maximum de 1 escrimeur par 25 mètres<sup>2</sup>.
  - Pour la phase 3 et les phases suivantes du protocole de retour au jeu, un maximum de 1 escrimeur par 25 mètres<sup>2</sup> est requis.
  - Le nombre d'athlètes par cours ne doit jamais dépasser celui recommandé dans les directives provinciales pour les rassemblements à l'intérieur.
- Une nouvelle personne peut être introduite dans un groupe d'entraînement désigné, mais doit ensuite rester dans ce groupe (c'est-à-dire qu'elle ne peut retourner à son groupe précédent) et ce groupe doit retourner à la phase 2 pendant 14 jours si cette personne est nouvelle au club ou si le groupe travaille avec un nouvel entraîneur.

#### *Horaire des cours*

- Le nombre maximal de cours offerts par jour dépend de la phase.
  - Dans les phases 1 et 2, on peut offrir un maximum de 2 cours par jour, et les gens sont répartis en fonction de leur groupe d'entraînement désigné respectif.
  - Dans la phase 3, on peut offrir un maximum de 3 cours par jour, et les gens sont répartis en fonction de leur groupe d'entraînement désigné respectif.
  - Dans la phase 4, on peut offrir un maximum de 4 cours par jour, et les gens sont répartis en fonction de leur groupe d'entraînement désigné respectif.
  - Dans la phase 5 et les phases suivantes, il n'y a aucune limite quant au nombre de cours par jour, mais les cours doivent être espacés d'une heure afin d'aérer les lieux.

- L'aire d'entraînement doit être nettoyée et désinfectée après chaque cours. Les lieux doivent être exempts de personnes pendant au moins 60 minutes pour permettre la dissipation des gouttelettes en suspension et la désinfection complète.
- Les cours privés ne peuvent être offerts pendant cette période de 60 minutes.
- L'entraîneur et l'escrimeur qui ont un cours privé doivent faire partie du cours immédiatement avant ou immédiatement après le cours privé, sinon, toute la zone d'entraînement devra être nettoyée et désinfectée avant et après l'utilisation.

### *Opérations quotidiennes*

- Un journal quotidien de toutes les personnes qui entrent dans le club (et leurs coordonnées) doit être tenu par le club pendant au moins 8 semaines.
- Si possible, il faut ouvrir les portes et fenêtres pour aérer la zone d'entraînement. S'entraîner à l'extérieur est une excellente idée. Si on utilise des ventilateurs, ils doivent être dirigés vers l'extérieur de la zone d'entraînement (plutôt que vers la zone d'entraînement elle-même) afin d'éviter d'envoyer les gouttelettes en suspension dans la zone d'entraînement.
- Il faut nettoyer et désinfecter les planchers, poignées de portes, interrupteurs, portes, couloirs et toilettes (y compris robinets, distributeurs de savon et chasse d'eau) avant et après chaque cours. (Consultez les notes ci-dessous pour les directives de nettoyage et de désinfection.) Les machines de pointage et les boîtes de câbles doivent être nettoyées et désinfectées après chaque utilisation.
- On ne peut manger durant les séances d'entraînement, et on ne peut manger dans la zone d'entraînement. Les abreuvoirs et éviers ne doivent pas être utilisés pour remplir les bouteilles à eau.
- Les gens doivent se désinfecter les mains avant d'utiliser l'équipement d'exercice du club (tapis d'exercice, ballon médicinal, planches d'équilibre et poids). L'équipement doit être nettoyé et assaini après chaque utilisation, et devrait être désinfecté régulièrement.
- Les attaches de câbles et l'extrémité des câbles doivent être assainies après chaque match. Il faut presser les boutons de la machine à escrime avec une main gantée ou l'extrémité du fleuret. Les personnes pourraient utiliser leur propre téléphone cellulaire équipé d'une application de pointage plutôt que les télécommandes communes pour les matchs. Sinon, il faut assainir les télécommandes après chaque utilisation.

## Terminologie relative au nettoyage

- **Nettoyer** : Éliminer la saleté, la poussière ou les débris visibles. Le nettoyage n'élimine pas les germes, mais est efficace pour les enlever de la surface.
- **Assainir** : Réduire le nombre de germes de surface à un niveau sécuritaire, comme déterminé par les normes de santé publique, généralement en environ 30 secondes. Les efforts d'assainissement sont principalement axés sur l'hygiène personnelle.
- **Désinfecter** : Utiliser un produit chimique pour tuer les germes de surface. La désinfection n'est efficace qu'après avoir nettoyé la surface. Le temps de désinfection varie selon le produit employé. Il faut donc s'assurer de lire les instructions d'utilisation du produit employé.
- Vous trouverez plus d'information sur les désinfectants pour surfaces dures et les désinfectants pour les mains sur le site web de Santé Canada, à :  
<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/medicaments-produits-sante/desinfectants/covid-19/liste.html>.

## Ce qu'on attend des entraîneurs

- Les entraîneurs devront laver leur équipement à l'eau chaude en fin de journée, notamment veste, protège-bras, protège-jambe et pantalons. Les entraîneurs devront nettoyer et désinfecter leur masque d'escrime, leurs gants et leurs armes après chaque cours (cours de groupe et cours privé).
- Pour chaque séance d'entraînement, les entraîneurs devront apporter leur propre équipement, une serviette pour le visage et une bouteille d'eau remplie. Les bouteilles à eau qui ne nécessitent pas de toucher l'embout buccal (celles sans bouchon) sont recommandées. Les bouteilles à eau ne doivent pas être partagées.
- Les entraîneurs devront s'auto-surveiller (absence de symptômes) et remplir le formulaire d'auto-évaluation avant d'entrer dans le club, chaque fois. Les entraîneurs devront enregistrer leur entrée et leur sortie du club, chaque fois.
- Il est recommandé que les entraîneurs portent un masque facial en tout temps pendant les cours (par opposition au masque d'escrime).

## Ce qu'on s'attend des athlètes

- Les athlètes devront apporter un désinfectant à main et des lingettes désinfectantes.
- Les athlètes devront s'auto-surveiller (absence de symptômes) et remplir le formulaire d'auto-évaluation avant d'entrer dans le club, chaque fois. Les athlètes devront enregistrer leur entrée et leur sortie du club, chaque fois.

- Les athlètes devront s'entraîner uniquement avec leur groupe d'entraînement respectif, et dans un seul club.
- Pour chaque séance d'entraînement, les athlètes devront apporter leur propre équipement, une serviette pour le visage et une bouteille d'eau remplie. Les bouteilles à eau qui ne nécessitent pas de toucher l'embout buccal (celles sans bouchon) sont recommandées. Les bouteilles à eau ne doivent pas être partagées.
- Tout l'équipement lavable doit être lavé à la machine, à l'eau chaude, après chaque utilisation. Les pièces d'équipement qui ne peuvent être mis dans la machine à laver (comme les armes et les masques) doivent être nettoyées et désinfectées après chaque séance d'entraînement.
- Autant que possible, il faut maintenir la distance physique appropriée pendant la séance d'entraînement.
- Il ne faut pas se serrer la main, se frapper le poing (fist bump) ou se frapper les mains (high-five). Se saluer suffit.
- **Le port d'un masque facial pendant la séance d'entraînement, où des ajustements fréquents sont nécessaires entre les pauses d'hydratation et l'utilisation du masque d'escrime, est à la discrétion de chaque athlète et dépend de la capacité à maintenir une distance physique appropriée en tout temps.**
- Il faut [se laver ou se désinfecter les mains](#) immédiatement avant de mettre un masque facial et immédiatement après l'avoir retiré. **Tout ajustement du masque facial doit être immédiatement suivi d'une bonne hygiène des mains sans contamination croisées (c'est-à-dire qu'il ne faut pas utiliser la même main pour ajuster son masque que pour toucher le robinet pour se laver les mains).**
- Le masque facial doit être changé s'il devient sale ou humide (un masque sale ou humide ne fonctionne pas de façon optimale). Les masques réutilisables doivent être immédiatement placés dans un contenant hermétique pour être lavés à la maison. Les masques jetables doivent être immédiatement jetés dans un récipient couvert après leur retrait.
- Il ne faut pas [manger](#) à l'intérieur des installations d'escrime.
- [Il faut tousser ou éternuer à l'intérieur de son coude](#). Il faut se souvenir que la COVID-19 se transmet par gouttelettes, donc par les éternuements, la toux ou les postillons.
- [Il faut enfiler sa tenue d'escrime à la maison](#), avant de venir au club.
- Il ne faut pas respirer laborieusement près d'une autre personne, même si la distanciation physique appropriée (2 mètres) est respectée.
- [Il faut désinfecter son téléphone](#) fréquemment. On pourrait placer son téléphone dans un sac hermétique pendant la séance d'entraînement afin de le maintenir propre.

- **Il faut se laver les mains** avec de l'eau et du savon ou les désinfecter avec un désinfectant à main à base d'alcool, régulièrement.
- Il faut garder ses affaires à proximité de son sac. Il ne faut apporter dans les installations que l'équipement nécessaire pour la séance d'entraînement ou la compétition. Les autres articles doivent être laissés dans la voiture ou à la maison.
- Il faut déposer son sac ou son équipement dans les zones conçues à cette fin, et ce, pour maintenir la distance physique appropriée.
- Si un athlète commence à se sentir mal, il doit immédiatement arrêter et sortir du bâtiment. Il faut informer son entraîneur en cas de malaise.

### **Ce qu'on attend des parents**

- Les parents doivent déposer les athlètes à l'extérieur des installations et les y ramasser.
- Les parents doivent s'enregistrer en entrant et en sortant du club s'ils doivent y entrer.
- Les parents doivent rappeler à leurs enfants les bonnes pratiques d'hygiène des mains.
- Les parents devraient encourager les enfants à nettoyer et désinfecter leur propre équipement après chaque utilisation, et leur rappeler de le faire.
- Il faut éviter d'entrer dans les installations à moins d'absolue nécessité ou à moins que l'enfant soit d'âge mineur ou ait besoin d'aide. Les parents ne doivent pas rester dans le club, à moins que leur présence ne soit nécessaire pour respecter la règle de deux (dans le cadre de cours privés, par exemple). Ils doivent utiliser leur équipement de protection personnelle et respecter les mesures de distanciation physique, en tout temps.

**Auto-évaluation** : Avant de se rendre au club, tous les athlètes et tous les entraîneurs doivent effectuer une auto-évaluation de santé en répondant aux questions suivantes :

1. Est-ce que j'ai reçu un diagnostic positif de la COVID-19 ou est-ce que j'ai été testé, mais attends encore les résultats?
2. Est-ce qu'un représentant de santé publique m'a dit que j'ai pu être exposé à la COVID-19?
3. Est-ce que je suis allé à l'extérieur du Nouveau-Brunswick dans les 14 derniers jours?
4. Est-ce que je présente un ou plusieurs des symptômes suivants :
  - Fièvre de plus de 38 degrés Celsius
  - Nouvelle toux ou toux chronique qui s'aggrave
  - Écoulement nasal
  - Mal de gorge
  - Mal de tête (inexpliqué)
  - Diarrhée
  - Difficulté à respirer

- Nouvelle fatigue
- Nouvelles douleurs musculaires (inexpliquées)
- Perte du goût
- Perte de l'odorat
- Doigts ou orteils bleuâtres

***Si vous éprouvez deux des symptômes mentionnés ci-dessus, communiquez avec votre praticien de la santé ou composez le 811.***

Veillez consulter les ressources de Santé publique pour en savoir plus sur [les symptômes de la COVID-19](#) et pour consulter [les outils d'auto-évaluation](#).

Les athlètes doivent informer leur entraîneur ou le dirigeant du club s'ils ont répondu OUI à l'une de ces questions. Les clubs doivent documenter ces renseignements et informer de la situation toutes les autres personnes présentes en même temps, rappeler à tout le monde de s'autosurveiller et prendre les mesures prescrites par Santé publique.

**Un athlète qui a répondu OUI à l'une de ces questions ne peut participer à la séance d'entraînement.**

Un athlète qui a répondu OUI à l'une ou l'autre des questions 1 à 3 doit s'auto-surveiller (être à l'affût des symptômes) et éviter de participer aux séances d'entraînement pendant au moins 14 jours ou selon les instructions de Santé publique. Il faut ne présenter aucun symptôme pendant 48 heures avant de participer aux séances d'entraînement.

Si, en tout temps, une personne faisant partie d'un groupe d'entraînement reçoit un diagnostic positif de la COVID-19, tous les membres de ce groupe, y compris l'entraîneur, et toutes les personnes ayant été en contact avec l'entraîneur de ce groupe d'entraînement doivent en être informées et les autorités appropriées doivent être contactées afin de commencer la recherche de contacts, et tous les membres de ce groupe, y compris l'entraîneur, doivent s'auto-isoler pendant 14 jours, et les autres personnes doivent s'auto-surveiller (être à l'affût des symptômes) et suivre les directives de Santé publique. Toute communication concernant des cas possibles devrait respecter la vie privée de toutes les personnes concernées. Les personnes qui ne présentent aucun symptôme dans les 14 jours suivants peuvent, après autorisation de leur praticien de la santé ou de Santé publique, retourner à l'entraînement.

### **Phases de retour au jeu**

Bien que la FCE propose des délais plus longs pour les différentes phases, nous sommes chanceux, au Nouveau-Brunswick, d'avoir enregistré peu de cas de contamination et peu de cas actifs de la COVID-19, et d'avoir des politiques provinciales de santé publique assez rigoureuses. À ce titre, nous sommes à l'aise de modifier les phases pour le Nouveau-Brunswick en ce moment. *Veillez noter que les phases ne sont pas les mêmes d'un club à l'autre.*

### Échéancier de la réouverture (phases) : Phase provinciale 2 (jaune)

Phase	Durée / groupes	Permis	Risque	Statut provincial
1	2 semaines  Groupes d'entraînement désignés	- Jeu de jambes, en groupe - Entraînement ciblé - Entraînement musculaire léger - Étirement	Groupes en salle	Phase provinciale 2 (jaune)
2	2-4 semaines 4 cours  Groupes d'entraînement désignés	- Interaction directe avec l'entraîneur - Cours techniques privés - Exercices en ligne - Entraînement musculaire modéré, conditionnement physique	- Contact étroit avec l'entraîneur - Augmentation de la respiration avec la distanciation physique	
3	2-4 semaines (4 semaines pour les programmes s'adressant aux débutants)  Groupes d'entraînement désignés	- Exercices avec un partenaire - Cours de combat privé - Cours de groupe pour débutants	- Contact étroit avec les autres escrimeurs - Augmentation de la respiration avec un contact étroit avec l'entraîneur - Introduction de nouvelles personnes	Aucun cas actif dans la région
4	4-6 semaines Groupes d'entraînement désignés	Assaut	- Augmentation de la respiration avec un contact étroit avec les autres escrimeurs	
5	L'interaction entre deux clubs peut commencer lorsque les deux clubs ont passé 2 semaines dans la phase 5	Interaction entre plusieurs clubs (les escrimeurs peuvent aller dans différents clubs)	Interaction avec des personnes extérieures au groupe désigné	Aucun cas actif dans la province
6		Retour à la compétition		Phase verte ou tel que permis par la province