



**LIGNES DIRECTRICES -
RETOUR AU JEU
COVID-19 – À jour en date
du 11 mai 2020¹**



Le gouvernement du Québec et les instances de la santé publique travaillent présentement à la mise en place d'un plan de relance qui permettra un déconfinement progressif. Il devient par conséquent envisageable qu'un retour au jeu graduel puisse s'effectuer dans les semaines et mois à venir. Comme vous le savez tous, la situation varie considérablement d'une région à l'autre au Québec et il est donc impératif pour tous et toutes de s'assurer que les autorités auront donné le feu vert à la pratique dans votre région avant de fouler à nouveau les terrains. **Les recommandations suivantes, qui se veulent un guide pour un retour au jeu sécuritaire et responsable, font partie de la première phase de relance et s'appliquent dans le contexte d'une pratique encadrée (jeu libre avec supervision ou leçons et entraînements en présence d'entraîneurs certifiés).** Veuillez noter que ces recommandations sont valides en date du **11 mai 2020** et pourraient être appelées à changer rapidement en fonction de l'évolution de la situation. **Tennis Québec, en étroite collaboration avec les instances gouvernementales et de la santé publique, s'emploie actuellement à la préparation des phases 2 et 3 qui permettront un retour graduel à une pratique moins restreinte. Tous les détails vous seront communiqués dès que possible.**

AVANT LE JEU

Vous devez rester à la maison si:

- Vous avez eu la COVID-19, avez été en contact avec quelqu'un ayant eu la COVID-19 ou êtes revenu de l'étranger au cours des 14 derniers jours;
- Vous avez des symptômes grippaux;
- Vous ou quelqu'un qui réside avec vous êtes dans une catégorie de santé à haut risque:
 - * Insuffisance rénale chronique
 - * Maladie coronarienne ou insuffisance cardiaque congestive
 - * Maladie pulmonaire chronique
 - * Diabète mal contrôlé
 - * Hypertension mal contrôlée
 - * Chimiothérapie ou radiothérapie actuelle
 - * Corticostéroïdes à haute dose (20 mg de prednisone par jour, ou équivalent) pendant 14 jours
 - * Autres...

¹ Les plus récents ajouts et modifications sont surlignés en jaune à travers le document.

PENDANT LE JEU

PARTICIPATION À UNE ACTIVITÉ DE TENNIS

- Seules les personnes impliquées directement dans l'activité de tennis y ont accès : joueurs, entraîneurs, personnel opérationnel.
- Arrivez le plus près possible du moment où vous devez être présent.
- Un seul parent/tuteur doit accompagner un joueur mineur/junior.

DISTANCIATION SOCIALE

Le tennis présente un avantage unique en tant que sport ne nécessitant aucun contact direct entre les joueurs. Vous devez toujours:

- Garder deux mètres de distance avec les autres lorsque vous regardez ou participez à une activité de tennis.

COMPORTEMENTS

Pour vous protéger contre l'infection, vous devez:

- Laver/stériliser vos mains avant, pendant et après votre match/entraînement et éviter de vous toucher le visage;
- Vous laver les mains avec du savon et de l'eau ou vous désinfecter les mains avant et après avoir mangé, après être allé aux toilettes, suite à des éternuements et toux;
- Apporter un désinfectant pour les mains;
- Apporter votre propre bouteille déjà remplie afin de ne pas utiliser celle des autres;
- Tousser et éternuer dans votre coude et éliminer immédiatement tout papier mouchoir usagé;
- Éviter de toucher des surfaces et équipement sur le terrain comme le filet, les poteaux, les baux d'arrosage; en cas de manipulation, les désinfecter avant de quitter le terrain.

ORGANISATION DES ACTIVITÉS DE TENNIS LIBRES OU AVEC UN ENTRAÎNEUR

- Réservez en ligne ou par téléphone.
- Payez en ligne ou par carte de crédit-débit / évitez de manipuler de l'argent.
- Implantez une procédure de transition sécuritaire entre deux réservations, notamment en instaurant une circulation dans le sens horaire lors de l'entrée et de la sortie des joueurs et en s'assurant que l'équipement sur le terrain soit désinfecté pour les prochains joueurs.
- Afin de faciliter la distanciation sociale et dans l'éventualité où les terrains ne sont pas tous utilisés, espacez la pratique en utilisant un terrain sur deux.
- Reportez tout rassemblement social.
- Tenez votre équipe et vos participants informés des actions que vous prenez.
- Tenez un registre des personnes qui assistent à vos activités et prenez leurs coordonnées.
- Laissez les portes ouvertes pendant les heures d'ouverture afin que les joueurs n'aient pas besoin de toucher les poignées pour entrer.
- Utilisez votre raquette/pied pour repousser les balles et/ou les frapper vers les autres de façon à éviter de toucher les balles avec vos mains.

Jeu libre:

- Limitez le nombre de joueurs par terrain à deux joueurs – jeu en simple seulement.

- Arrivez avec vos propres balles (une boîte de balles par joueur) et identifiez celles-ci avec vos initiales à l'aide d'un marqueur permanent.
- Pour la pratique du service, assurez-vous de n'utiliser que vos balles et non celles de votre partenaire de pratique.

Avec entraîneur:

- Seuls les instructeurs/entraîneurs dont la certification est active et qui sont membres de l'APT peuvent donner des leçons/entraînements. Lors de leur formation, ces instructeurs/entraîneurs ont appris à gérer de façon optimale l'organisation des activités sur les terrains.
- Les entraînements doivent être limités aux petits groupes (maximum de quatre joueurs par terrain et la présence d'un entraîneur pour chaque groupe).
- Les entraînements de groupe ne sont permis que lorsque la distanciation sociale peut être respectée.
- Établissez des protocoles pour le lavage des mains avant d'aller sur le terrain avec les clients.
- Développez une approche non tactile (pas de poignées de main, ne pas toucher les raquettes des autres participants et leur équipement).
- Positionnez les joueurs dans des zones bien espacées.
- Maintenez la distanciation sociale en tout temps, y compris lorsque vous donnez des commentaires à vos joueurs et lors des périodes de repos.
- Ne laissez pas les élèves manipuler l'équipement.
- Lors d'un entraînement de groupe, seul l'entraîneur doit manipuler les balles. Lorsqu'une zone de pratique est vide, les élèves utilisent leur raquette/pied pour repousser les balles dans une zone déterminée par l'entraîneur. Ce dernier ramasse les balles et les remet dans son panier.
- Pour la pratique du service, assurez-vous de n'utiliser que vos balles et non celles de l'entraîneur.

ÉQUIPEMENT DE TENNIS

Il n'existe aucune preuve que les balles peuvent propager la COVID-19. Nous savons que sur les surfaces dures, la contamination par des gouttelettes respiratoires d'une personne infectée peut potentiellement survivre d'une à trois journées. Par conséquent:

- Nettoyez vos mains avant d'arriver sur le terrain et après votre départ;
- Ne touchez pas à votre visage après avoir manipulé une balle, une raquette ou tout autre équipement;
- Utilisez votre propre matériel (balles et raquettes);
- Remplacez toutes les balles si quelqu'un soupçonné d'avoir ou ayant la COVID-19 entre en contact avec celles-ci;
- Nettoyez tous les équipements de tennis avec un désinfectant à base d'alcool, y compris les équipements d'entraînement tels que les cônes;
- Désinfectez les paniers d'entraînement;
- Retirez toutes les cartes de pointage des terrains;
- Envisagez de vaporiser brièvement les balles de tennis avec un désinfectant (p. ex. Lysol ou Clorox) à la fin de la journée.

ENVIRONNEMENT PROPRE

Il est essentiel d'offrir un environnement propre pour jouer au tennis.

- Fournissez du savon, du désinfectant pour les mains ou des lingettes à tous les endroits fréquentés de votre site.
- Fermez tous les espaces intérieurs, y compris le restaurant, les douches et les vestiaires.
- Assurez-vous que les fontaines d'eau ne sont pas accessibles.
- Identifiez et nettoyez fréquemment avec des gants jetables les aires communes des installations ou les points de contact à l'exposition au virus (poignées de porte, garde-corps, réception, entrées des terrains, filet/poteaux, tables, chaises, distributeurs automatiques, téléphones, ordinateurs, gradins et bancs sur les terrains).
- Rappelez à tous, en particulier les juniors, la nécessité de se laver les mains régulièrement et d'adopter les autres principes d'une bonne hygiène.
- Affichez à l'entrée les techniques de lavage des mains et d'hygiène ainsi que les informations/instructions générales aux clients/employés concernant les symptômes COVID-19 ou pseudo-grippaux.
- Fournissez du désinfectant pour les mains sur chacun des terrains.
- N'utilisez les toilettes qu'en cas d'urgence.

APRÈS LE JEU

- Quittez les lieux dès que votre temps de jeu est terminé.
- Évitez les contacts avec les autres joueurs/entraîneurs/personnel opérationnel.
- Assurez-vous de récupérer tout votre équipement après l'activité.
- Lavez-vous les mains au retour à la maison.
- Nettoyez votre équipement, y compris vos raquettes et vos bouteilles d'eau.

Pour toutes questions, veuillez contacter Andréanne Martin par courriel: regtech@tennis.qc.ca.