PHASE 4 DE LA RELANCE

LIGNES DIRECTRICES - RETOUR AU JEU COVID-19
À jour en date du 31 août 2020

Tel qu'annoncé par le gouvernement du Québec, le port du masque ou du couvre-visage couvrant le nez et la bouche sera obligatoire pour les personnes de 10 ans et plus dans les lieux publics fermés et partiellement couverts depuis le **24 août 2020**. Cette obligation s'applique notamment aux installations intérieures de tennis. Le port du masque est obligatoire dès votre arrivée aux installations et jusqu'au moment où vous êtes sur votre terrain. Le masque ne peut être retiré que pour la pratique du sport. Il faut donc le remettre lors de déplacements hors du terrain. Il est important de noter que le refus de porter un masque ou couvre-visage entraînera un refus d'accès aux installations. Il demeure crucial de s'assurer de toujours adhérer aux principes de distanciation physique et de suivre toutes les autres directives émises par la Santé publique.

Les recommandations suivantes, qui se veulent un guide pour un retour au jeu sécuritaire et responsable, s'appliquent dans le contexte actuel. Veuillez noter que ces recommandations sont valides en date du 31 août 2020 et pourraient être appelées à changer rapidement en fonction de l'évolution de la situation.

Tennis Québec a à cœur la santé des gens et c'est dans cette perspective que nous invitons les instances locales à faire en sorte que tous respectent les règles et recommandations suivantes.

Nous vous invitons également à installer notre **affiche** dans des endroits bien en vue.

Balle officielle

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
  - Pour les joueurs et joueuses en fauteuil roulant, votre condition de santé vous expose à de hauts risques si vous attrapez la COVID-19
  - Autres…

PENDANT LE JEU

- Seules les personnes impliquées directement dans l'activité de tennis ont accès aux terrains.
- Arrivez le plus près possible du moment où vous devez être présent.
- Un seul parent/tuteur/assistant personnel[1] (fauteuil roulant) devrait accompagner un joueur et rester à l'extérieur du terrain.

DISTANCIATION PHYSIQUE

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 pendant le jeu;
- 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;

[1] Un décret du gouvernement du Québec a établi que l'assistant personnel doit résider à la même adresse que l'athlète. Si ce n'est pas le cas, l'assistant personnel doit porter un masque et, si la situation l'exige, des lunettes protectrices.

Penn® Balle officielle

- Éviter de toucher des surfaces et équipement sur le terrain comme le filet, les poteaux, les boyaux d'arrosage; en cas de manipulation, les désinfecter avant de quitter le terrain.

TENNIS LIBRE, PRATIQUE ENCADRÉE AVEC ENTRAÎNEUR ET LIGUES

- Réservez en ligne ou par téléphone lorsque possible.
- 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 (cônes, chaises, etc.) sur le terrain soit désinfecté pour les prochains joueurs.
- Afin de faciliter la distanciation physique 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 à 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 des joueurs et joueuses se trouvant sur les terrains adjacents.

Jeu libre en simple et en double

- La directive d'une boîte de balles par joueur n'est plus en vigueur. Toutefois, cet assouplissement signifie que le respect des règles d'hygiène et de distanciation physique devient d'autant plus crucial. Tous les joueurs et joueuses doivent donc impérativement se désinfecter les mains immédiatement avant et après leur pratique.
- Placer vos effets personnels (sac, serviette, boîte de balles, bouteille d'eau, etc.) à au moins deux mètres de ceux des autres participants (Voir illustrations en annexe).
- Pour les changements de côtés, assurez-vous de vous déplacer dans le sens horaire.

Pratique encadrée par un entraîneur

- Des leçons privées, semi-privées et en groupes (maximum de six participants par terrain) sont permises. Veuillez noter que l'entraîneur doit s'assurer que le minimum de deux mètres de distance entre les participants soit respecté en tout temps.
- Les entraînements de groupe ne sont permis que lorsque la distanciation physique peut être respectée.
- Les entraîneurs peuvent superviser au maximum deux terrains au même moment.
- Lorsque les entraîneurs sont activement impliqués dans les activités se déroulant sur les terrains et que la distanciation physique de deux mètres peut être respectée, le port du masque ou du couvre-visage n'est pas requis. Toutefois, les entraîneurs doivent porter le masque ou le couvre-visage quand la distanciation physique n'est pas possible ou si ils ou elles sont sur les terrains à titre d'observateurs.
- Seuls les instructeurs/entraîneurs dont la certification est active et qui sont membres de l'APT devraient 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.
- Établissez des protocoles pour le lavage des mains et des fauteuils roulants (incluant les roues) avant d'aller sur le terrain avec les clients.

Balle officielle

- 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 physique 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 (paniers, tubes, etc.).
- Lors d'un entraînement de groupe avec envois de balles par l'entraîneur, l'idéal est que seul l'entraîneur manipule les balles. Lorsque le panier de balles est vide, les élèves peuvent, par exemple, utiliser 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. Comme il est possible que les participants manipulent les balles, le respect des règles d'hygiène et de distanciation physique devient d'autant plus crucial. Les entraîneurs doivent donc s'assurer que les joueurs et joueuses se désinfectent les mains immédiatement avant et après leur pratique.
- Pour la séance d'entraînement suivante, il est recommandé qu'un autre panier de balles soit utilisé et que les balles utilisées lors de la séance précédente soient désinfectées avant d'être réutilisées.
- Pour les cours avec situations dirigées formés de groupes fixes (sans envoi de balles par l'entraîneur), les mêmes balles peuvent être manipulées par les participants. Toutefois, les balles devront être désinfectées lorsqu'utilisées par un nouveau groupe.
- Pour les cours récréatifs avec juniors et/ou adultes, les ratios d'encadrement suivants doivent être appliqués (voir diagrammes) :

Groupe d'âge*	**Ratio par entraîneur**
3-4 ans	6 joueurs par terrain
5-6 ans	6 joueurs par terrain
7-8 ans	6 joueurs par terrain 8 joueurs (deux terrains)
9 ans et plus	6 joueurs par terrain 8 joueurs (deux terrains)

<u>Ligues récréatives locales en simple et en double</u>

- Les ligues maison, locales et régionales sont permises.
- Afin d'éviter les rassemblements, les coordonnateurs doivent prévoir un horaire de matchs décalé pour éviter qu'il y ait trop de personnes sur le site en même temps.
- La directive d'une boîte de balles par joueur pour chaque match n'est plus en vigueur. Toutefois, cet assouplissement signifie que le respect des règles d'hygiène et de distanciation physique devient d'autant plus crucial. Les organisateurs doivent donc s'assurer que les participants se désinfectent les mains immédiatement avant et après leur match.
- Une zone d'accueil sans contact pour les participants doit être aménagée avec, si possible, une sortie différente de l'entrée pour une transition sécuritaire entre les matchs.
- Il est recommandé que seuls les participants et le personnel opérationnel soient sur le site.
- Pour les ligues avec rotation de joueurs et joueuses, les coordonnateurs ont la responsabilité d'assurer une transition où la distanciation physique est respectée.
- Toutes les informations concernant le déroulement de la ligue doivent être disponibles en ligne et non affichées sur le lieu de pratique pour éviter les rassemblements.

Balle officielle

ÉQUIPEMENT DE TENNIS

Sur les surfaces dures, la contamination par des gouttelettes respiratoires d'une personne infectée peut potentiellement survivre d'une à trois journées. Il n'a pas encore été établi si les balles sont un vecteur de transmission de la COVID-19. Par conséquent, évitez le plus possible de toucher les balles des autres et appliquez les consignes suivantes :

- Nettoyez vos mains et votre fauteuil roulant (incluant les roues) 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;
- 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;
- 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

- Le participant a la responsabilité de s'assurer d'avoir accès ou d'avoir avec lui du désinfectant pour les mains ou des lingettes désinfectantes.
- Si possible, fournissez du savon, du désinfectant pour les mains ou des lingettes à tous les endroits fréquentés de votre site.
- Dans la mesure du possible, fermez tous les espaces intérieurs, y compris le restaurant, les douches et les vestiaires. Si ces espaces sont accessibles, les surfaces fréquemment touchées (poignées de porte, lavabos, etc.) doivent être nettoyées plusieurs fois par jour. La fréquence de nettoyage et de désinfection des vestiaires et des installations sanitaires doit être augmentée et ajustée en fonction de l'achalandage.
- 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, téléphones, ordinateurs, gradins et bancs sur les terrains). Les joueurs doivent désinfecter les bancs et chaises sur les terrains avant l'utilisation de ceux-ci.
- Rappelez à tous 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.
- N'utilisez les toilettes qu'en cas d'urgence.
- Affichez les recommandations de Tennis Québec – **affiche**.

Balle officielle

APRÈS LE JEU

- Quittez les lieux dès que votre temps de jeu est terminé.
- Évitez les contacts avec les autres personnes présentes.
- 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.

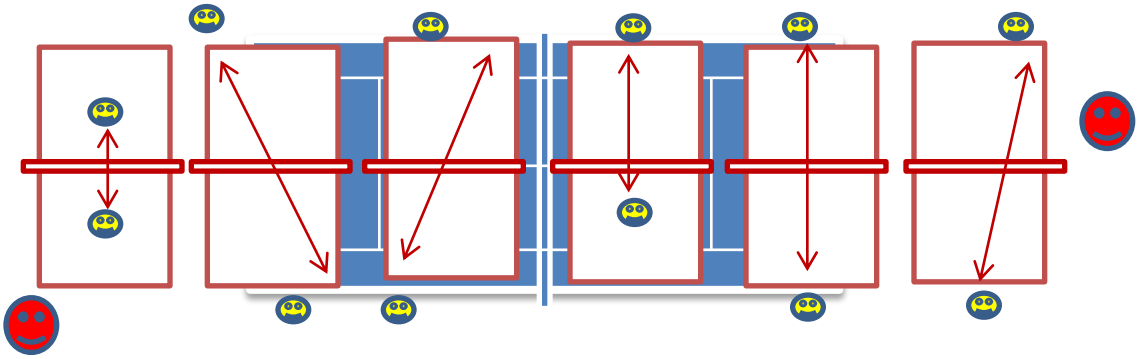
Pour toutes questions, veuillez contacter Andréanne Martin par courriel : regtech@tennis.qc.ca.

Balle officielle

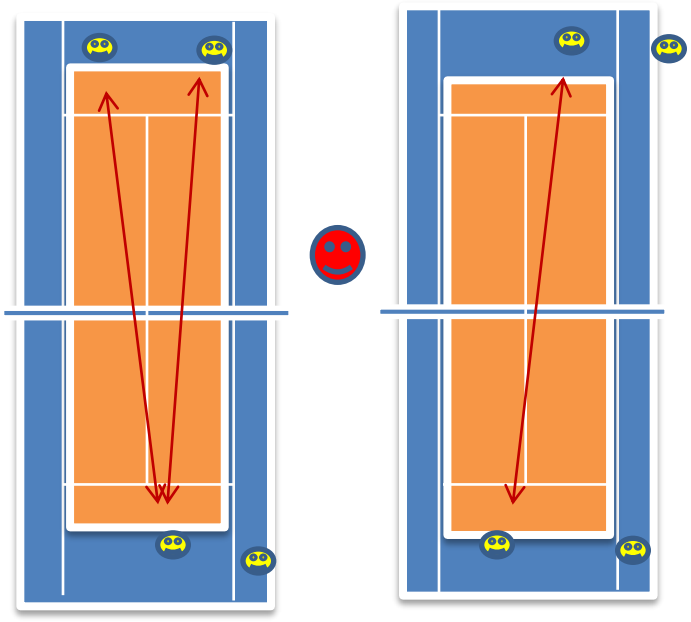
Annexe

Organisation de terrains et ratios pour la pratique encadrée

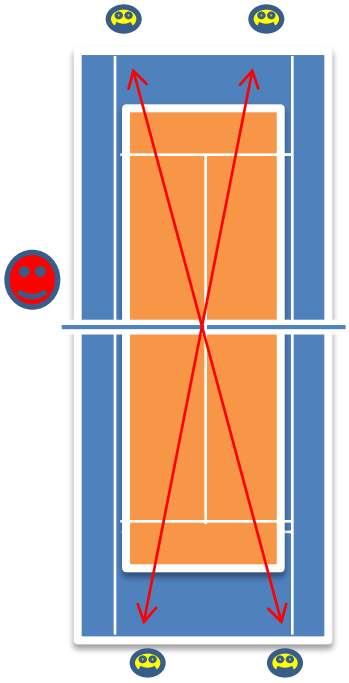
6 terrains de mini-tennis sur un plein terrain (3 à 6 ans) - Ratio 1 entraîneur / 6 jeunes



1 terrain ¾ sur un plein terrain
(7-8 ans)
Ratio 1 entraîneur / 8 jeunes / 2 terrains
ET
Plein terrain
(9 ans et plus)
Ratio 1 entraîneur / 8 jeunes / 2 terrains



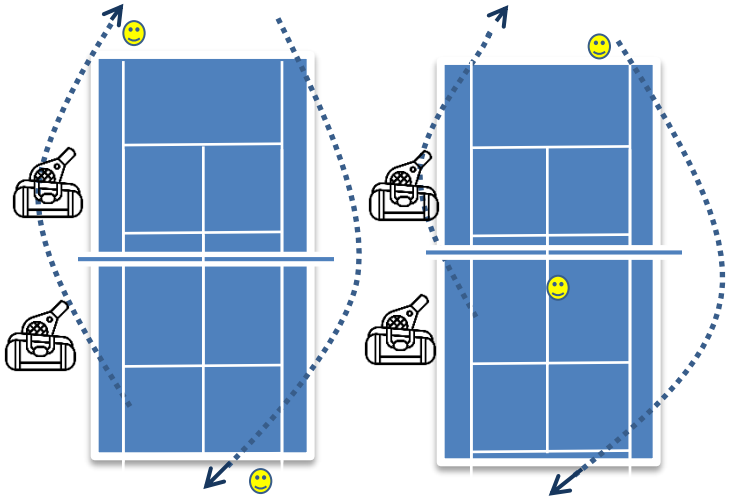
Balle officielle



1 terrain ¾ sur un plein terrain
(7-8 ans)
Ratio 1 entraîneur / 6 jeunes / 1 terrain
ET
Plein terrain
(9 ans et plus)
Ratio 1 entraîneur / 6 jeunes / 1 terrain

Balle officielle

Pratique libre et ligues
Changement de côtés et emplacement de l'équipement

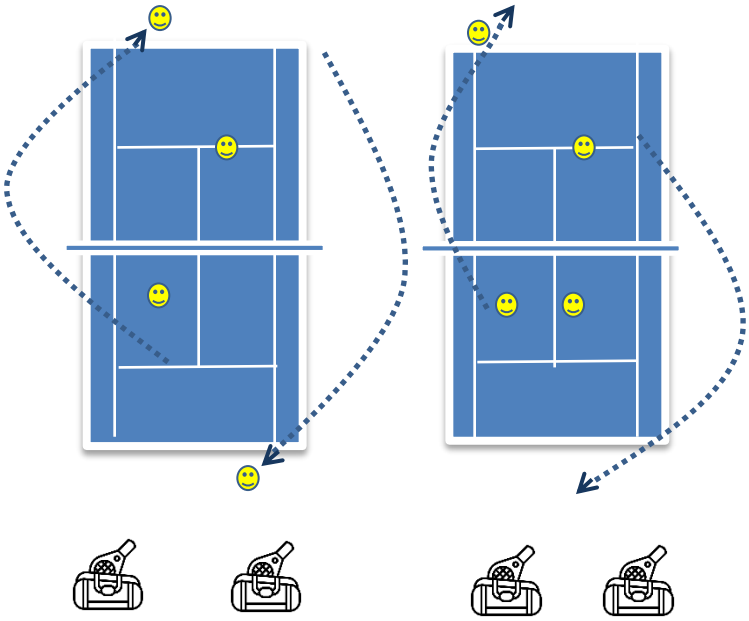


Changement de côté

Équipement d'un joueur

SIMPLE
Équipement des 2 joueurs de chaque côté du filet
Changement de côté sens horaire

DOUBLE
Équipement des 4 joueurs au fond du terrain
Changement de côté sens horaire



Balle officielle