

**LIGNES DIRECTRICES -
RETOUR AU JEU
COVID-19**
À jour en date du **29 mars 2021**



Les recommandations suivantes se veulent un guide pour une pratique sécuritaire et responsable et s'appliquent dans le contexte actuel. Veuillez noter que ces recommandations sont valides en date du **29 mars 2021** 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 les adeptes du tennis respectent les règles et recommandations suivantes.

Afin d'outiller le mieux possible les joueurs et joueuses ainsi que les gestionnaires d'installations à travers la province, ce document présente d'abord les recommandations générales qui s'appliquent à l'échelle du Québec. Les sections suivantes offrent un portrait plus détaillé de la pratique permise en fonction des paliers de couleurs en vigueur s'appliquant aux diverses installations intérieures et extérieures.

Toute l'équipe de Tennis Québec se réjouit de ce retour au jeu et souhaite à tous et toutes une pratique aussi agréable que sécuritaire. Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivante : courrier@tennis.qc.ca.

Bon tennis!

RECOMMANDATIONS GÉNÉRALES

AVANT LE JEU

Les personnes doivent rester à la maison si :

- Elles ont la COVID-19, ont été en contact avec quelqu'un ayant la COVID-19 ou sont revenues de l'étranger au cours des 14 derniers jours;
- Elles ont des symptômes grippaux.

Les personnes atteintes de maladies chroniques ou avec un système immunitaire affaibli et leurs proches sont invités à redoubler de prudence s'ils ou elles font le choix de pratiquer le tennis.

Voici une liste de maladies chroniques et des conditions de santé susceptibles d'augmenter le risque de développer des complications graves à la COVID-19 :

- * Trouble du cœur ou des poumons;
- * Diabète;
- * Trouble du foie (incluant une cirrhose) ou des reins;
- * Hypertension artérielle;
- * Obésité;
- * Condition médicale entraînant une diminution de l'évacuation des sécrétions respiratoires ou des risques d'aspiration;
- * Personnes sous chimiothérapie/radiothérapie;
- * Personne greffée (incluant la greffe de moelle osseuse);
- * Personne qui prend des corticostéroïdes;
- * Personne qui prend des immunosuppresseurs;
- * Personne qui présente une immunodéficience;
- * Personne vivant avec le VIH;
- * Personne qui présente une anémie
- * Pour les joueurs et joueuses en fauteuil roulant, votre condition de santé vous expose à de hauts risques si vous attrapez la COVID-19.

Pour plus de détails, nous vous invitons à consulter les [*Consignes pour les personnes vulnérables et leurs proches dans le contexte de la COVID-19*](#) (Gouvernement du Québec).

PENDANT LE JEU

- Seules les personnes impliquées directement dans l'activité de tennis ont accès aux terrains.
- Il est important d'arriver et de quitter le plus près possible du début et de la fin de l'activité.
- Un seul parent/tuteur/assistant personnel¹ (fauteuil roulant) devrait accompagner un joueur et rester à l'extérieur du terrain.

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.

DISTANCIATION PHYSIQUE

Le tennis présente un avantage unique en tant que sport ne nécessitant aucun contact direct entre les joueurs et joueuses. Néanmoins, les participants doivent en tout temps garder une distance de deux mètres avec les autres personnes présentes sur le site.

COMPORTEMENTS

Pour protéger tout un chacun, chaque personne doit :

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

TENNIS LIBRE, PRATIQUE ENCADRÉE AVEC ENTRAÎNEUR

Les pratiques suivantes devraient être adoptées :

- Réservation en ligne ou par téléphone lorsque possible;
- Paiement en ligne ou par carte de crédit/débit afin d'éviter de manipuler de l'argent;
- Implantation d'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;
- Afin de faciliter la distanciation physique et dans l'éventualité où les terrains ne sont pas tous utilisés, espacer la pratique en utilisant un terrain sur deux;
- Report de tout rassemblement social;
- Communication continue avec les employés et les participants pour les tenir informés des actions prises;
- Tenue d'un registre des personnes qui participent aux activités;
- Maintien des portes ouvertes pendant les heures d'ouverture afin que les personnes n'aient pas à toucher les poignées pour entrer.

Jeu libre en simple

- Tous les joueurs et joueuses doivent impérativement se désinfecter les mains immédiatement avant et après leur pratique.
- Les effets personnels (sac, serviette, boîte de balles, bouteille d'eau, etc.) doivent être placés à au moins deux mètres de ceux des autres participants.
- Pour les changements de côtés, les déplacements devraient se faire dans le sens horaire.
- La raquette ou le pied doivent être utilisés 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.

Pratique encadrée par un entraîneur

- L'entraîneur doit s'assurer que le minimum de deux mètres de distance avec les participants soit respecté en tout temps.
- 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 s'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 superviser 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 entraîneurs et participants doivent se laver les mains et les fauteuils roulants (incluant les roues) doivent être désinfectés avant d'aller sur le terrain.
- Une approche non tactile (pas de poignées de main, ne pas toucher les raquettes des autres participants et leur équipement) doit être préconisée.
- Les joueurs et joueuses doivent être placés dans des zones bien espacées.
- La distanciation physique doit être maintenue en tout temps, y compris lorsque des conseils sont prodigués et lors des périodes de repos.
- Les participants ne doivent pas manipuler l'équipement (paniers, tubes, etc.).

ÉQUIPEMENT DE TENNIS

Une bonne gestion des équipements est requise et les actions suivantes sont par conséquent recommandées :

- Nettoyage des mains et du fauteuil roulant (incluant les roues) avant d'arriver sur le terrain et après la sortie;
- Éviter de se toucher le visage après avoir manipulé une balle, une raquette ou tout autre équipement;
- Aucun partage d'équipement;
- Remplacement de toutes les balles si quelqu'un soupçonné d'avoir ou ayant la COVID-19 entre en contact avec celles-ci;
- Nettoyage fréquent de tous les équipements de tennis avec un désinfectant à base d'alcool;
- Retrait de toutes les cartes de pointage des terrains;
- Brève vaporisation des balles de tennis avec un désinfectant (p. ex. Lysol ou Clorox) à la fin de la journée.

ENVIRONNEMENT PROPRE

- Le participant ou la participante a la responsabilité de s'assurer d'avoir accès ou d'avoir avec lui ou elle du désinfectant pour les mains ou des lingettes désinfectantes.
- Si possible, du savon ou du désinfectant pour les mains ou des lingettes devraient être disponibles dans toutes les aires communes des installations.
- Dans la mesure du possible, toutes les aires communes intérieures, y compris le restaurant, doivent être fermées. 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 installations sanitaires

doit être augmentée et ajustée en fonction de l'achalandage. **L'accès aux vestiaires n'est pas permis, sauf en zone jaune.**

- La fréquence du nettoyage et de la désinfection devrait être augmentée pour les surfaces fréquemment touchées (par exemple : poignées de porte, garde-corps, réception, entrées des terrains, tables, chaises, gradins et bancs sur les terrains) dans les aires communes avec un produit de désinfection habituel. Les joueurs et joueuses doivent désinfecter les bancs et chaises sur les terrains avant l'utilisation de ceux-ci.
- Un affichage bien en vue à travers les installations doit rappeler à tous et toutes la nécessité de se laver les mains régulièrement et d'adopter les autres principes d'une bonne hygiène.

APRÈS LE JEU

- Les joueurs et joueuses doivent quitter les lieux dès que le temps de jeu est terminé.
- Les contacts avec les autres personnes présentes doivent être évités.
- Il est important que les participants récupèrent tout leur équipement et effets personnels après l'activité.
- Un lavage des mains doit être fait dès le retour à la maison.
- L'équipement, y compris raquettes et bouteilles d'eau, doit être nettoyé après chaque séance.

RATIOS EN ZONES ROUGE, ORANGE ET JAUNE

Groupe d'âge	Ratio instructeur-entraîneur / participants (tennis)
3-6 ans	1/6 (sur 3 terrains de mini tennis)
7-17 ans	1/6 (sur 1 terrain régulier ou 1 terrain 3/4)
7-17 ans	1/8 (sur 2 terrains réguliers ou 2 terrains 3/4)

RECOMMANDATIONS EN ZONE ROUGE

Indépendamment du contexte de pratique ou de l'environnement spécifique à chaque site ou installation, la distanciation physique de deux mètres doit être respectée en tout temps, et ce, tant avant, pendant et après la pratique.

Les directives suivantes s'appliquent tant pour la pratique à l'intérieur que celle à l'extérieur :

- Les vestiaires ne peuvent être utilisés par les joueurs et joueuses.
- La tenue de compétitions n'est pas permise ni la présence de spectateurs. Il est toutefois possible d'autoriser un accompagnateur ou accompagnatrice, lorsque nécessaire (ex. le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'un joueur ou d'une joueuse en chaise roulante). Cette personne doit toutefois être comptabilisée dans le nombre maximal de personnes pouvant se trouver sur le site.

Intérieur

- Pratique libre en simple
- Pratique libre en double (lorsque les quatre joueurs ou joueuses partagent le même lieu de résidence)
- Cours privés
- Cours semi-privés ou de groupe (lorsque les joueurs ou joueuses partagent le même lieu de résidence)
- Une supervision du lieu de pratique doit être assurée en tout temps par minimalement une personne. Elle doit être employée par le propriétaire de l'installation ou désignée par celui-ci. Cette personne a notamment les responsabilités suivantes :
 - Accès contrôlé aux terrains avec entrées et sorties distinctes;
 - Assurer le respect des mesures et consignes sanitaires en vigueur.

Extérieur

- Pratique libre en simple
- Pratique libre en double (lorsque les quatre joueurs ou joueuses partagent le même lieu de résidence)

- Cours privés et de groupe (maximum de huit (8) participants) sous la supervision d'une personne responsable de l'encadrement

RECOMMANDATIONS EN ZONE ORANGE

Indépendamment du contexte de pratique ou de l'environnement spécifique à chaque site ou installation, la distanciation physique de deux mètres doit être respectée en tout temps, et ce, tant avant, pendant et après la pratique.

Les directives suivantes s'appliquent tant pour la pratique à l'intérieur que celle à l'extérieur :

- Les vestiaires ne peuvent être utilisés par les joueurs et joueuses.
- La tenue de compétitions n'est pas permise ni la présence de spectateurs. Il est toutefois possible d'autoriser un accompagnateur ou accompagnatrice, lorsque nécessaire (ex. le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'un joueur ou d'une joueuse en chaise roulante. Cette personne doit toutefois être comptabilisée dans le nombre maximal de personnes pouvant se trouver sur le site ou l'installation.

Intérieur

- Pratique libre en simple
- Pratique libre en double (lorsque les quatre joueurs ou joueuses partagent le même lieu de résidence)
- Cours privés et de groupe (maximum de huit (8) participants) sous la supervision d'une personne responsable de l'encadrement
- Une supervision du lieu de pratique doit être assurée en tout temps par minimalement une personne. Elle doit être employée par le propriétaire de l'installation ou désignée par celui-ci. Cette personne a notamment les responsabilités suivantes :
 - o Accès contrôlé aux terrains avec entrées et sorties distinctes;
 - o Assurer le respect des mesures et consignes sanitaires en vigueur.

Extérieur

- Pratique libre en simple
- Pratique libre en double (lorsque les quatre joueurs ou joueuses partagent le même lieu de résidence)



- Cours privés et de groupe (maximum de douze (12) participants) sous la supervision d'une personne responsable de l'encadrement

RECOMMANDATIONS EN ZONE JAUNE

Indépendamment du contexte de pratique ou de l'environnement spécifique à chaque site ou installation, la distanciation physique de deux mètres doit être respectée en tout temps, et ce, tant avant, pendant et après la pratique.

Les directives suivantes s'appliquent tant pour la pratique à l'intérieur que celle à l'extérieur :

- Les vestiaires peuvent ouvrir dans le respect des mesures sanitaires (accès contrôlé et nombre limité de personnes).
- La tenue de compétitions n'est pas permise ni la présence de spectateurs. Il est toutefois possible d'autoriser un accompagnateur ou accompagnatrice, lorsque nécessaire (ex. le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'un joueur ou d'une joueuse en chaise roulante. Cette personne doit toutefois être comptabilisée dans le nombre maximal de personnes pouvant se trouver sur le site ou l'installation.

Intérieur

- Pratique libre en simple
- Pratique libre en double (les joueurs et joueuses peuvent provenir de deux lieux de résidence différents)
- Cours privés et de groupe (maximum de douze (12) participants) sous la supervision d'une personne responsable de l'encadrement
- Une supervision du lieu de pratique doit être assurée en tout temps par minimalement une personne. Elle doit être employée par le propriétaire de l'installation ou désignée par celui-ci. Cette personne a notamment les responsabilités suivantes :
 - Accès contrôlé aux terrains avec entrées et sorties distinctes;
 - Assurer le respect des mesures et consignes sanitaires en vigueur.

Extérieur

- Pratique libre en simple
- Pratique libre en double
- Cours privés et de groupe (maximum de douze (12) participants) sous la supervision d'une personne responsable de l'encadrement