



DIRECTIVES DE CKC CONTRE LA COVID-19 2022

Mise à jour : 20 août 2022

Principes clés

Les mesures contre la COVID-19 indiquées dans le présent document sont conçues pour créer un environnement d'entraînement et de compétition sécuritaire pour tous les membres de l'équipe. CKC va respecter les lignes directrices de la santé publique du Québec lors des championnats nationaux de vitesse 2022. Plus spécifiquement, les consignes concernant l'isolement sont importantes. Les consignes se trouvent ici : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/isolement/quand-faut-il-sisoler>.

- Port du masque
- Distanciation physique
- Test, suivi, isolement
- Hygiène

Port du masque

Portez toujours un masque lorsque vous êtes à l'intérieur ou à moins de 6 pi les uns des autres pour vous protéger et protéger ceux autour de vous.

Les masques aident à prévenir la propagation de la COVID-19, car ils bloquent les gouttelettes projetées par les personnes infectées. En portant un masque en tout temps (**sauf lorsque vous mangez ou buvez, en entraînement ou en compétition ou lorsque vous êtes dans votre lieu d'hébergement**), vous aidez à créer un environnement d'entraînement et de compétition sécuritaire pour tous.

Diminuez les interactions physiques

- Minimisez les interactions physiques avec les autres (et n'oubliez pas de porter le masque lorsque vous êtes à l'intérieur!).
- Évitez les contacts physiques, incluant les accolades et les poignées de main.
- Maintenez une distance de 6 pi si possible.

Isolation et retour au sport - Nationaux de vitesse 2022

Comme les Nationaux de vitesse ont lieu à Shawinigan, nous allons respecter les consignes établies par le gouvernement du Québec par rapport à la COVID. Selon ces consignes, la période d'isolement est de 5 jours après l'apparition de symptôme ou un résultat de test positif.



Après la période d'isolement, les personnes et leurs parents (pour les mineurs) doivent évaluer leurs symptômes et, dans le meilleur des cas, être vus par un médecin en cas de fatigue ou problèmes respiratoires ou cardiaques. S'ils n'ont plus de symptômes et, le cas échéant, si un médecin leur donne l'autorisation de reprendre les activités intenses, ils peuvent revenir au site de la régates et participer à la compétition.

Lorsqu'un athlète revient sur le site de compétition après une infection à la COVID, il doit continuer à prendre des précautions pour prévenir la propagation du virus, tel que recommandé par le gouvernement du Québec, pendant 5 jours :

- *Portez un masque lors de toute interaction sociale.*
- *Évitez les contacts avec les personnes vulnérables.*
- *Évitez de participer à des événements sociaux non essentiels.*
- *Respectez la distanciation de 2 mètres.*
- *Après 10 jours, vous pouvez reprendre vos activités normalement tout en respectant les gestes pour limiter la propagation du virus.*

Pour respecter ces consignes, porter un masque en tout temps sur place lorsque vous n'êtes pas dans un bateau est la meilleure chose à faire, ainsi que de prévoir l'hébergement et les repas pour permettre la distanciation. Les interactions à l'extérieur, lorsque possible, sont toujours plus sécuritaires, incluant lors des réunions d'équipe ou autres.