# PLAN DE RETOUR À LA RINGUETTE

## COVID-19

Ringuette Québec

**RINGUETTE QUÉBEC**

**JUILLET 2020**

# TABLE DES MATIÈRES

**AVERTISSEMENT** ..... 5
**INTRODUCTION** ..... 6
**ÉTAT DE LA SITUATION** ..... 7
**COVID-19 – Situation actuelle** ..... 7
**Reconnaître les symptômes** ..... 7
**RETOUR AU JEU** ..... 8
**Rôle de la fédération** ..... 8
**Rôle des associations régionales** ..... 8
**Rôle des associations locales** ..... 8
**Rôle des infrastructures** ..... 9
**Assurances** ..... 9
**Mise en place du plan** ..... 9
**Groupe de pratique/équipes** ..... 9
**Coût d'inscription** ..... 10
**MESURES DE DISTANCIATION PHYSIQUE** ..... 11
**Généralité** ..... 11
**Directives aux infrastructures** ..... 11
**Directives aux associations locales et régionales** ..... 11
**Directives aux participants** ..... 12
**Directive aux accompagnateurs** ..... 12
**RÈGLES SANITAIRES** ..... 13
**Généralité** ..... 13
**Directives aux infrastructures** ..... 13
**Directives aux associations locales et régionales** ..... 14
**Directives aux participants** ..... 15
**Directives aux accompagnateurs** ..... 15
**ÉQUIPEMENT** ..... 16
**Joueuses** ..... 16
**Personnel entraîneur** ..... 16
**Officiel majeur et mineur** ..... 16
**Équipe** ..... 16
**PROGRAMMATION DU SPORT** ..... 17

**En tout temps** ..... 17
**Phase 1 - Entraînement à la maison ou à l'extérieur** ..... 17
**Description sommaire** ..... 17
**Format** ..... 17
**Logistique** ..... 17
**Nombre de participants** ..... 17
**Phase 2 - Développement technique et jeux de compétition sans contact sur glace.** ..... 18
**Description sommaire** ..... 18
**Format** ..... 18
**Logistique** ..... 18
**Nombre de participants** ..... 18
**Classes et formation des équipes** ..... 18
**Directives pour les entraîneurs** ..... 19
**Pourquoi s'inscrire dès la Phase 2?** ..... 19
**Phase 2.5 - Développement technique et jeux de compétition avec contact sur glace.** ..... 19
**Description sommaire** ..... 19
**Format** ..... 19
**Phase 3 - Parties locales supervisées** ..... 20
**Description sommaire** ..... 20
**Format** ..... 20
**Logistique** ..... 20
**Nombre de participants** ..... 21
**Classes et formation des équipes** ..... 21
**Directives pour les entraîneurs** ..... 21
**Phase 4 – Activités régulières à l'intérieur des associations régionales** ..... 22
**Description sommaire** ..... 22
**Format** ..... 22
**Logistique** ..... 22
**Nombre de participants** ..... 22
**Classes et formation des équipes** ..... 22
**Directives pour les entraîneurs** ..... 23
**Phase 5 – Retour aux activités normales** ..... 23
**Description sommaire** ..... 23

**Format** ..... 23
**Logistique** ..... 23
**Nombre de participants** ..... 23
**Classes et formation des équipes** ..... 23
**Directives pour les entraîneurs** ..... 23
**ADMINISTRATION** ..... 24
**Enregistrement des participantes** ..... 24
**GESTION DES URGENCES** ..... 24
**Plan pour une nouvelle crise** ..... 24
**PROGRAMMES** ..... 25
**SPORT-ÉTUDES** ..... 25
**CONCLUSION** ..... 26
Annexes 1 – Formulaire de reconnaissance de risque ..... 27
Annexe 2 – Questionnaire médical journalier ..... 31

# AVERTISSEMENT

Les lignes directrices pour le retour à la ringuette ne doivent être utilisées qu'aux fins décrites dans le présent document. Ringuette Québec s'engage à fournir des informations pertinentes et opportunes ; toutefois, le paysage de la COVID-19 évolue rapidement et la réalité de demain sera différente de celle d'aujourd'hui. Ces informations sont acceptées à la seule condition que les erreurs ou omissions ne servent pas de base à une réclamation, une demande ou une cause de poursuites.

Il ne s'agit pas d'un document juridique, et il ne doit donc être utilisé qu'à titre indicatif.

Il ne se substitue pas à la législation ou aux ordonnances de la Santé publique du Québec. En cas d'ambiguïté ou de conflit entre les lignes directrices pour le retour à la ringuette et la *loi sur la santé publique* du Québec, les règlements et ordonnances de cette *loi* prévaudront.

# INTRODUCTION

Ce document a été créé par Ringuette Québec et révisé par un comité formé d'intervenants représentant l'ensemble des sphères de la structure de Ringuette Québec : les associations locales et régionales, les officiels, les joueuses, les entraîneurs et le Conseil d'administration de Ringuette Québec.

Comme la situation évolue quotidiennement et différemment de région en région, ce plan de retour au jeu présenté aux instances gouvernementales est en constante évolution. Ce plan vise à préparer tous nos membres à un retour au jeu dans le contexte de la pandémie de la COVID-19. Ce plan est divisé en cinq phases, il mise non seulement sur le développement des habiletés des jeunes, mais également sur le plaisir de jouer et de bouger. Il est évident que l'ensemble de nos joueuses ont hâte de retrouver leur sport favori après cette longue pause et Ringuette Québec croit fermement que ce plan, basé sur le développement des habiletés et le plaisir de jouer, répondra à leur besoin de pratiquer leur sport.

Chaque phase est d'une durée variable et une approbation de la Fédération sera requise avant de passer à la phase suivante. Les cinq phases ne sont pas obligatoires. Nous avons élaboré ces phases afin d'être prêts à toute éventualité. Il se pourrait aussi que différentes phases soient appliquées à différentes régions, selon les recommandations gouvernementales. Comme vous pouvez le remarquer, nous avons beaucoup de flexibilité et cela nous permettra de faire face à toutes les circonstances de retour au jeu.

**Le plan sera réévalué et ajusté selon l'évolution des connaissances au fil du temps. Les directives de la Santé publique (règles de distanciation physique et sanitaires/d'hygiène) génèrent une nouvelle réalité qui nécessite une adaptation temporaire de la ringuette, visant à contrôler la propagation de la COVID-19. La santé et la sécurité de l'ensemble de nos membres est la priorité de Ringuette Québec et le respect de ces directives est primordial et nécessaire au bon fonctionnement de la ringuette.**

# ÉTAT DE LA SITUATION

## COVID-19 – Situation actuelle

À l'heure actuelle, le Québec compte de nombreux cas de la COVID-19, dont un grand nombre d'entre eux sont déjà rétablis. Une distanciation physique est exigée pour éviter la propagation du virus. L'ensemble des activités sportives, de loisir et de plein air individuelles, collectives, intérieures ou extérieures sont autorisées sous réserve de l'application des principes de distanciation physique et de l'ensemble des recommandations des autorités de santé publique. Certaines régions sont davantage touchées et des règlementations ont été mises en place pour assurer la sécurité de la population. Les déplacements interrégionaux non nécessaires sont notamment limités/proscrits à moins que ceux-ci soient faits d'un point A à un point B sans arrêter ou le moins possible. Un déconfinement sportif est amorcé, la troisième phase de celui-ci a été annoncée le 22 juin 2020.

## Reconnaître les symptômes

Les personnes infectées par la COVID-19 peuvent n'avoir que peu ou pas de symptômes. Vous ne savez peut-être pas que vous avez des symptômes de la COVID-19, car ils peuvent s'apparenter à ceux d'un rhume ou d'une grippe.

Les symptômes peuvent inclure :

- De la toux
- De la fièvre
- Des difficultés respiratoires
- Une pneumonie dans les deux poumons
- Perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale, avec ou sans perte de goût.

Les symptômes peuvent apparaître jusqu'à 14 jours après l'exposition à la COVID-19. Il s'agit de la plus longue période d'incubation connue pour cette maladie. Dans les cas graves, l'infection peut entraîner la mort.

Des données récentes indiquent que le virus peut être transmis par une personne infectée qui ne présente pas de symptômes, soit parce qu'elle :

- N'a pas encore développé de symptômes (pré symptomatique)
- Ne présentera jamais de symptômes (asymptomatique)

Les experts savent que ce type de transmission se produit lorsque des personnes sont en contact étroit ou qu'elles se trouvent dans un milieu où elles ne peuvent pas maintenir leurs distances. Ils ne savent cependant pas dans quelle mesure. C'est donc dire qu'il est extrêmement important de suivre les mesures éprouvées de prévention.

Pour plus d'information consultez le lien suivant du site du Gouvernement du Canada.

# RETOUR AU JEU

## Rôle de la fédération

Le rôle de la Fédération est de communiquer l'information régulièrement à ses membres et de leur donner les outils nécessaires afin de s'assurer de la bonne compréhension et de l'application intégrale de son plan de retour au jeu. Ringuette Québec est l'organisme responsable du respect et du bon déroulement de son plan de retour au jeu et, à cet égard, la Fédération doit être en support constant avec l'ensemble de ses membres. La Fédération apportera des ajustements à sa règlementation et ses codes d'éthique afin de répondre à la réalité de l'évolution de la COVID-19.

## Rôle des associations régionales

Les associations régionales sont une extension de Ringuette Québec et agissent comme un facilitateur du concept et de son plan de retour au jeu. Elles nomment un responsable pour le suivi et l'accompagnement de la mise en place pour l'application intégrale du plan de retour au jeu avec ses associations locales.

Elles s'assurent de diffuser régulièrement toutes les informations et communications avec ses membres en lien avec le plan de retour au jeu de Ringuette Québec. L'association régionale doit s'assurer que le plan de retour au jeu soit respecté par ses ligues le temps venu.

Elles s'assurent auprès de Ringuette Québec qu'elles ont le droit de changer de phase dans leur région avant de le faire. Si elles pensent qu'elles sont en mesure de changer de phase avant que Ringuette Québec ne l'annonce, elles ont le devoir d'en informer la Fédération et de fournir toutes les informations nécessaires pour supporter leur demande.

## Rôle des associations locales

Les associations devront OBLIGATOIREMENT nommer au moins un agent de sécurité COVID-19 pour la mise en place et l'application intégrale du plan de retour au jeu.

### Rôle des agents de sécurité COVID-19 ou de leur délégué

- Les responsables santé/sécurité COVID-19 de l'association sont responsables de l'application et du respect du plan.
- Ils sont, au besoin, en communication avec l'association régionale, les infrastructures et Ringuette Québec.
- Ils sont en communication directe avec les participants et/ou les parents selon le cas.
- Ils s'assurent que les règles du présent plan soient appliquées et respectées dans les infrastructures. Au besoin, ils ont le devoir d'intervenir.
- Ils doivent tenir un registre des présences des participants à chaque activité, afin de pouvoir retracer ces derniers au besoin.
- Ils s'assurent de conserver la confidentialité de tous les dossiers en lien avec la COVID-19.

**Mise en place du plan de retour au jeu**

Les associations doivent maintenir la communication constante avec les parents afin de s'assurer que le plan de retour au jeu soit bien connu par l'ensemble des membres, notamment en partageant les communications provenant de la Fédération.

Les communications doivent passer par l'utilisation de toutes les plateformes disponibles, et ce, afin de s'assurer de rejoindre le maximum de personnes possible.

Les associations doivent assurer la mise en place du plan de retour au jeu.

## Rôle des infrastructures

Il est de la responsabilité des gestionnaires des infrastructures sportives (arénas ou autres) de s'adapter aux normes requises par la Santé publique. Ils doivent travailler conjointement avec les associations et les agents de sécurité COVID-19.

Le gestionnaire de l'infrastructure est responsable d'assurer que son établissement respecte les règles sanitaires/d'hygiène émises par la Santé publique.

## Assurances

Pour toutes les informations sur les assurances, veuillez consulter la section 2 du guide d'opération de Ringuette Québec en suivant ce lien ou en visitant notre site Web. À noter que des changements à la politique d'assurances pourraient être apportés pour la saison 2020-21 (renouvellement en septembre 2020). Les associations seront informées de toutes modifications.

## Mise en place du plan

### Groupe de pratique/équipes

La formation des équipes dépend de la phase. Elle variera aussi en fonction des mesures de la Santé publique en vigueur. Pour les premières phases (1 et 2), Ringuette Québec recommande de former des équipes de sept (7) ou neuf (9) joueuses incluant la gardienne de but. De cette manière, il y aura une diminution des contacts entre les joueuses sur la glace et cela facilitera la distanciation physique. Pour les phases suivantes, le nombre de joueuses par équipe sera décidé en fonction des mesures sanitaires en vigueur.

## Coût d'inscription

### *Situation économique*

Nous réalisons tous que la pandémie a créé une grande instabilité financière et que les sommes allouées aux sports et loisirs sont ou seront moins disponibles pour une majorité de familles.

Devant ce constat, toutes les associations locales et régionales doivent revoir leurs dépenses pour déterminer lesquelles sont nécessaires pour mener à bien la reprise de la ringuette selon les phases présentées dans ce document.

Les frais d'inscriptions devront donc être ajustés pour refléter la nouvelle réalité de la ringuette tout en considérant les dépenses qui y sont essentielles.

### *Remboursement*

Les règles de remboursement en vigueur dans chaque association demeurent. Il est essentiel de déterminer et d'informer les parents des politiques de remboursement.

### *Budget des équipes*

Il est fortement recommandé de n'avoir aucun budget d'équipe avant la dernière phase du plan ou avant que des tournois soient permis.

### *Processus d'inscription*

Afin de respecter les normes de distanciation physique, l'ensemble des associations doivent utiliser un processus d'inscription en ligne. Plus d'informations seront données aux registraires des associations lorsque le temps de créer les cartons d'équipe sera venu.

# MESURES DE DISTANCIATION PHYSIQUE

## Généralité

Les règles de distanciation physique en vigueur sont obligatoires en tout temps, tant pour les participants que les accompagnateurs. Le port du masque est fortement recommandé pour les adultes, surtout lorsqu'il est impossible de respecter les mesures de distanciation physique. Il peut toutefois être exigé par l'infrastructure.

## Directives aux infrastructures

Les infrastructures doivent appliquer les règles de distanciation physique et travailler conjointement avec l'association. Ils ont la responsabilité d'afficher clairement la signalisation nécessaire au respect des règles de la Santé publique. Ringuette Québec recommande d'utiliser des aires ouvertes pour attacher les patins des participants lorsque les installations ne permettent pas l'utilisation des vestiaires.

Il est de la responsabilité de l'infrastructure de décider si, selon sa capacité à désinfecter, les vestiaires et les douches sont accessibles aux participants.

## Directives aux associations locales et régionales

Il est de la responsabilité de l'association de s'assurer que les règles de distanciation physique soient en tout temps respectées par ses participants et accompagnateurs. Advenant le non-respect de ces règles, l'association a le devoir d'intervenir.

**Avant l'activité/À l'arrivée des participants et accompagnateurs dans l'infrastructure :**

- L'association accueille les participants et accompagnateurs et les dirige selon les directives instaurées par l'association et l'infrastructure.

**Pendant l'activité :**

- L'association, via l'entraîneur du groupe/équipe, s'assure de rappeler régulièrement aux participants les règles de distanciation physique.

**Après l'activité :**

- L'association s'assure que tous les participants et accompagnateurs quittent l'infrastructure immédiatement après l'activité, et ce, en respectant les directives instaurées par l'association et l'infrastructure.
- Elle prévoit une période de temps pour éviter les chevauchements de groupes à l'entrée et à la sortie.

## Directives aux participants

**Avant l'activité/À l'arrivée dans l'infrastructure :**

- Ringuette Québec ne recommande pas le covoiturage entre les participants.
- Afin d'éviter les regroupements et de respecter la distanciation physique, le participant, lorsque les vestiaires ne sont pas disponibles, doit revêtir son équipement à la maison avant de se diriger à son activité. Les participants, incluant les gardiens de but, pourront compléter de revêtir leur équipement dans l'infrastructure dans ce cas.
- Les participants doivent entrer dans l'infrastructure seulement à l'heure mentionnée autorisée.

**Pendant l'activité :**

- Aucun contact physique n'est toléré entre les participants (phase 1 à 3 inclusivement).
- Le port du masque est obligatoire pour les entraîneurs derrière le banc des joueurs.

**Après l'activité :**

- Le participant doit quitter l'infrastructure immédiatement après l'activité.

## Directive aux accompagnateurs

**Avant l'activité/À l'arrivée dans l'infrastructure :**

- Il est de la responsabilité du parent, lorsque les vestiaires ne sont pas disponibles, que son enfant ait revêtu son équipement avant de se rendre à l'activité (tant que l'utilisation des vestiaires n'est pas autorisée).
- Ringuette Québec ne recommande pas le covoiturage entre les accompagnateurs et participants qui ne vivent pas sous le même toit.
- Afin d'éviter les rassemblements et pour assurer le respect de la distanciation physique, selon la capacité de l'infrastructure et des règles en vigueur sur les rassemblements publics, il pourrait être demandé qu'un seul accompagnateur par joueuse soit présent lors des activités. Il doit utiliser l'entrée et la sortie identifiées par l'infrastructure.
- L'accompagnateur dépose le participant à l'entrée identifiée pour celui-ci par l'infrastructure.

**Pendant l'activité :**

- L'accompagnateur entre à l'heure de début de l'activité. Pour les catégories moustique et novice, les accompagnateurs peuvent entrer 10 minutes avant pour attacher les patins de leur enfant seulement dans l'espace prévu par l'infrastructure.
- L'accompagnateur doit également respecter la règle de distanciation physique, de même que les règles sanitaires/d'hygiène mentionnées ici-bas.

**Après l'activité :**

- Aussitôt l'activité terminée, pour éviter des regroupements et minimiser l'achalandage, l'accompagnateur doit immédiatement quitter l'infrastructure et attendre le participant dans sa voiture. Pour les moustique et novice, les accompagnateurs peuvent rester pour détacher les patins de leur enfant seulement dans l'espace prévu par l'infrastructure.

# RÈGLES SANITAIRES

## Généralité

À l'heure actuelle, le gouvernement du Québec demande aux personnes fréquentant un lieu public de respecter les règles suivantes[1] :

- Lavez-vous les mains souvent à l'eau tiède courante et au savon pendant au moins 20 secondes, particulièrement lorsqu'on arrive de l'extérieur.
- Désinfectez-vous les mains avec une solution à base d'alcool si vous n'avez pas accès à de l'eau et à du savon.
- Observez les règles d'hygiène lorsque vous toussez ou éternuez :
- Couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation des germes.
- Si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite.
- Si vous êtes malade, évitez le contact avec les personnes plus vulnérables, dont les personnes âgées, les personnes ayant un système immunitaire affaibli et les personnes ayant une maladie chronique.
- Évitez le contact direct pour les salutations, comme les poignées de main, et privilégier l'usage de pratiques alternatives.
- Si vous devez sortir, maintenez autant que possible une distance d'au moins 2 mètres (environ 6 pieds) avec les autres personnes qui ne vivent pas sous votre toit.
- Conservez une distance de 2 mètres avec les autres personnes, ou si ce n'est pas possible, portez un couvre-visage. Le port du couvre-visage, aussi appelé masque artisanal, est fortement recommandé dans les lieux publics, particulièrement lorsque la distanciation physique n'est pas possible. Le port du couvre-visage dans les lieux publics doit obligatoirement s'accompagner des autres mesures de protection, comme l'application des mesures d'hygiène.
- Limitez autant que possible vos déplacements.

## Directives aux infrastructures

Les infrastructures doivent appliquer les règles sanitaires/d'hygiène. Ils ont la responsabilité de se procurer tout le matériel nécessaire afin d'assurer le respect des règles de la Santé publique.

Ringuette Québec recommande fortement aux infrastructures de développer une routine rigoureuse de désinfection.

Il est de la responsabilité de l'infrastructure de décider si, selon sa capacité de désinfecter, les vestiaires et les douches sont accessibles aux participants.

[1] *Gouvernement du Québec, 2020. Informations générales sur la maladie à coronavirus (COVID-19). https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/informations-generales-sur-le-coronavirus/#c53182*

## Directives aux associations locales et régionales

Il est de la responsabilité de l'association de s'assurer que les règles sanitaires/d'hygiène soient en tout temps respectées. Advenant le non-respect de ces règles, l'association est dans le droit de sévir.

**Avant l'activité/À l'arrivée des participants et accompagnateurs dans l'infrastructure :**

- Il est de la responsabilité de l'association, par le biais des agents de sécurité COVID-19, de s'assurer que les règles sanitaires/d'hygiène exigées soient mises en place par l'infrastructure.
- L'association accueille et s'assure en questionnant* les participants et accompagnateurs qui entrent dans l'infrastructure que ceux-ci ne manifestent aucun symptôme de la COVID-19, n'ont pas été en contact avec une personne testée positivement ou déclarée probablement infectée à la COVID-19.

  * Le questionnaire est l'annexe 2 de ce document.

**Pendant l'activité :**

- L'entraîneur rappelle régulièrement les règles sanitaires/d'hygiène aux participants.
- Dans le cas où un participant présenterait des symptômes potentiels de la COVID-19 durant l'activité, il est de la responsabilité des agents de sécurité COVID-19 d'isoler le participant dans une salle* jusqu'à ce qu'il soit pris en charge par son parent ou accompagnateur pour immédiatement quitter les lieux.

  * La salle doit être désinfectée avant d'être utilisée à nouveau.

**Après l'activité :**

- Lorsque l'association est avisée qu'un participant a été testé positif ou déclaré probablement infecté à la COVID-19, et qu'il a pris part à une activité, il est de la responsabilité des agents de sécurité COVID-19 d'aviser tous les participants présents lors de l'activité et tous ceux qui auraient pu être en contact avec ledit participant, obligatoirement par courriel ou téléphone. **Aucune information pouvant aider à l'identification de la personne infectée ne peut être divulguée sans le consentement de celle-ci ou de son tuteur légal.**
- Avant de réintégrer les participants aux activités, l'association doit recevoir un certificat médical attestant qu'ils sont aptes à un retour au jeu.

**RAPPEL**

**La confidentialité est primordiale et doit obligatoirement être respectée par tous les intervenants de l'association dans tous les dossiers, notamment ceux en lien avec la COVID-19.**

## Directives aux participants

Les participants doivent en tout temps respecter les règles sanitaires/d'hygiène mentionnées ci-haut.

**Avant l'activité/À l'arrivée dans l'infrastructure :**

- Un participant présentant des symptômes potentiels de la COVID-19 doit obligatoirement demeurer à la maison et aviser ses agents de sécurité COVID-19.
- À l'arrivée dans l'infrastructure, le participant doit se laver les mains.

**Pendant l'activité :**

- Chaque participant doit avoir sa propre bouteille d'eau, serviette, ruban, etc. clairement identifiés.
- Aucun partage d'équipement n'est toléré.
- Les entraîneurs doivent éviter de distribuer ou de toucher le matériel avec leurs mains, utilisation d'un bâton est fortement recommandée.
- Il est interdit de cracher.

**Après l'activité :**

- Le participant doit immédiatement quitter l'infrastructure après son activité, l'utilisation des douches est proscrite à moins que l'infrastructure ne permettre l'utilisation des vestiaires et des douches.
- À la sortie de l'infrastructure, le participant doit se laver les mains.
- L'entraîneur a la responsabilité de nettoyer et désinfecter le matériel utilisé après chaque pratique (sifflet, anneaux, cônes, etc.)

## Directives aux accompagnateurs

Les accompagnateurs doivent en tout temps respecter les règles sanitaires/ d'hygiène mentionnées ci-haut.

**Avant l'activité/À l'arrivée dans l'infrastructure :**

- Il est de la responsabilité du parent de garder obligatoirement son enfant à la maison s'il présente des symptômes potentiels de la COVID-19 et d'en aviser son agent de sécurité COVID-19
- Un accompagnateur présentant des symptômes potentiels de la COVID-19 doit obligatoirement demeurer à la maison.
- L'accompagnateur doit se laver les mains à l'entrée de l'infrastructure.

**Pendant l'activité :**

- L'accompagnateur doit en tout temps respecter les règles sanitaires/d'hygiène mentionnées ci-haut.

**Après l'activité :**

- À la sortie de l'infrastructure, l'accompagnateur doit obligatoirement se laver les mains.
- Il est de la responsabilité du parent de nettoyer et désinfecter l'équipement de son enfant après chaque activité et/ou utilisation.

# ÉQUIPEMENT

Afin de réduire les risques de transmissions, aucun partage d'équipement n'est toléré en tout temps, et ce, pour tous les participants.

**Port du masque**

Le port du masque est fortement recommandé pour les adultes (incluant les accompagnateurs). Il peut toutefois être exigé par l'infrastructure.

## Joueuses

- Chaque joueuse doit avoir tout l'équipement ou outil nécessaire et clairement identifié, notamment sa bouteille d'eau, serviette, ruban, etc. Aucun partage d'équipement n'est toléré.
- Il est fortement recommandé d'avoir sa propre solution hydro alcoolique pour assurer l'hygiène des mains.
- L'équipement doit être nettoyé et désinfecté après chaque utilisation.

## Personnel entraîneur

- Le port du masque est obligatoire lorsque l'entraîneur est derrière le banc.
- Chaque entraîneur doit avoir tout l'équipement ou outil nécessaire (sifflet électronique, cônes, bouteille d'eau, serviette, anneaux, ruban, etc.) Aucun partage d'équipement n'est toléré.

## Officiel majeur et mineur

- Tout type de sifflet électronique devra être utilisé en remplacement au sifflet traditionnel ; ce dernier expulsant de minuscules gouttelettes projetées dans l'air.
- Si ce n'est pas possible de respecter la distanciation physique, il n'y aura qu'un seul officiel mineur (chronométreur/marqueur).
- L'opérateur du chronomètre de tir (shotclock) devra être situé à un endroit où il est possible de respecter la distanciation physique. Si ce n'est pas possible, les chronomètres de tir ne seront pas utilisés.

## Équipe

- Les chandails ou dossards requis doivent être remis en début de saison. Il est de la responsabilité du participant de nettoyer et désinfecter l'équipement.
- Aucun équipement ne sera échangé entre les participants et/ou le personnel d'équipe durant les activités de groupe/équipe.

# PROGRAMMATION DU SPORT

**NOTE : Les 5 phases ne sont pas obligatoires. Nous avons élaboré cinq phases afin d'être prêts à toute éventualité mais selon les recommandations gouvernementales, il est tout à fait possible, par exemple, de débuter directement à la phase 2, ou passer de la phase 1 à 4 sans passer par les phases 2 et 3. Il se pourrait aussi que différentes phases soient appliquées à différentes régions, encore une fois selon les recommandations gouvernementales. Comme vous pouvez le remarquer, nous avons beaucoup de flexibilité et cela nous permettra de faire face à toutes les circonstances de retour au jeu.**

### En tout temps

- Si je présente des symptômes de la COVID-19, je ne participe pas aux événements et je demeure à la maison.
- Si j'ai été en contact avec une personne ayant été déclarée positive à la COVID-19, je ne participe pas aux événements et je demeure à la maison pour 14 jours.
- Si j'ai des antécédents de problèmes cardiaques ou d'autres problèmes de santé préexistants, je ne participe pas aux événements et je demeure à la maison.

## Phase 1 - Entraînement à la maison ou à l'extérieur

### Description sommaire

- Entraînement physique seul ou en groupe en respectant la distanciation physique en vigueur.
- Aucune activité nécessitant des contacts entre les participantes (et entraîneurs) n'est autorisée.

### Format

- Seuls les exercices physiques pouvant être réalisés à l'extérieur et sans contact entre les participants sont autorisés.

### Logistique

- Les participants doivent avoir leur propre matériel/équipement, aucun partage d'équipement n'est toléré.

### Nombre de participants

- Le nombre maximum de joueuses et d'entraîneurs présents tiendra compte des règles mises en place par la Santé publique.

# Phase 2 - Développement technique et jeux de compétition sans contact sur glace.

## Description sommaire

- Équipe ou groupe d'entraînement fixes ne pouvant changer avant la fin de la phase 2.
- Prise des présences de TOUTES les personnes présentes, seulement un accompagnateur admis par enfant.
- Aucune activité nécessitant des contacts entre les participantes (et entraîneurs), aucune partie et aucune activité où il y a un risque élevé de blessures ne sont permises.
- Aucun tournoi et aucun voyage entre les régions permis.

## Format

- Les exercices par atelier, divisés par section de glace, sont favorisés afin de travailler en plus petit groupe et de respecter la distanciation physique en vigueur.
- Utiliser le maximum d'espace sur la glace afin de permettre la distance nécessaire entre les participants.
- Élimination des files d'attente pendant les exercices ou marquer la glace avec un marqueur à bingo en fonction des mesures de distanciation physique en vigueur.

## Logistique

- Les participants doivent arriver déjà vêtus de leur équipement 10 minutes avant le début de leur activité. Si nécessaire, les patins pourront être attachés à l'intérieur de l'infrastructure tout en respectant la distanciation physique. Les gardiens de but pourront également revêtir certaines parties de leur équipement à leur arrivée.
- Les vestiaires ne doivent pas être utilisés; des chaises peuvent être installées dans les corridors en respectant la distanciation nécessaire afin de pouvoir attacher les patins.
- La distanciation physique en vigueur doit être respectée à l'extérieur de la patinoire en tout temps.

## Nombre de participants

- Le nombre maximum de joueuses et d'entraîneurs sur la glace tiendra compte des règles de sécurité mises en place par Ringuette Québec, votre installation ainsi que la Santé publique.

## Classes et formation des équipes

Ringuette Québec recommande de

- Former des équipes de 7 à 9 joueuses (incluant la gardienne de but).
- À l'intérieur d'une catégorie, former des équipes en fonction du calibre des joueuses en respectant les classes A, B et C.

### Directives pour les entraîneurs

- La « règle de deux » doit être appliquée, au moins un membre du personnel entraîneur doit être de sexe féminin.
- Les entraîneurs devront arriver 20 minutes avant le début de l'activité afin de superviser et encadrer les participants lors de leur arrivée. Ils devront arriver à l'infrastructure en survêtement afin d'éviter les regroupements entre eux.
- Les entraîneurs encadrent les participants dès leur arrivée et jusqu'à leur départ et font tout en leur possible pour que leurs joueuses respectent les règles de distanciation physique et sanitaires/d'hygiène à l'intérieur de l'infrastructure. Ils évitent également les contacts physiques et les rapprochements avec les participants (exemple : lors d'une intervention sur la glace avec un participant).
- Les entraîneurs doivent avoir leur propre matériel (sifflet électronique, cônes, anneaux, tableau, crayon, etc.). Aucun partage d'équipement ne sera toléré.

### Pourquoi s'inscrire dès la Phase 2?

Ringuette Québec est consciente qu'ultimement, les joueuses préfèrent et ont hâte de jouer des parties. Par contre, nous voyons plusieurs avantages de prendre part à la Phase 2.

1. Permettre à l'athlète de s'amuser, progresser et socialiser. Ce sera l'occasion de revoir ses coéquipières après plusieurs semaines de confinement.
2. Après une longue période sans pratique sportive, le développement des habiletés individuelles et le travail technique lors des pratiques est très important. Cette Phase sera l'occasion pour les joueuses d'améliorer des aspects de leur jeu qu'elles n'ont habituellement pas beaucoup le temps de pratiquer.

## Phase 2.5 - Développement technique et jeux de compétition avec contact sur glace.

### Description sommaire

- Forme jouée (avec contacts) permise à l'intérieur d'une même équipe ou groupe d'entraînement, au sein d'une même association.
- Équipe ou groupe d'entraînement fixes ne pouvant changer avant la fin de la phase 2.5.
- Prise des présences de TOUTES les personnes présentes, seulement un accompagnateur admis par enfant.
- Jeu avec contact à effectif réduit permis à l'intérieur d'une même équipe ou groupe d'entraînement seulement.
- Aucun tournoi et aucun voyage entre les régions permis.

### Format

- Les exercices qui nécessitent les contacts entre les joueuses sont permis à l'intérieur de l'équipe.
- Retour aux pratiques normales mais les équipes sont fermées et ne sont pas en contact avec les autres équipes ou groupe d'entraînement.

* La logistique, le nombre de participants, la classe et formation des équipes ainsi que les directives aux entraîneurs sont les mêmes qu'à la phase 2.

# Phase 3 - Parties locales supervisées

## Description sommaire

- Mouvement des joueuses dans l'association permis (possibilité de reformer les équipes).
- Allègement des mesures sanitaires selon les recommandations gouvernementales.
- Parties permises entre les équipes d'une même association locale.
- Dans le but de permettre un bassin de joueuses plus intéressant, les associations locales qui ont moins de 20 joueuses dans une catégorie (2 équipes) pourront s'associer avec une autre association locale (à l'intérieur de leur association régionale) afin de jouer des parties. Les parties doivent être jouer toujours contre les mêmes équipes du même regroupement d'associations locales (2 maximum).
  *Ex. Une association «X» n'ayant que 12 joueuses dans la catégorie atome peut s'associer à l'association «Y» qui elle a 32 joueuses dans la catégorie atome.*
- Aucun tournoi et aucun voyage entre les régions permis.

## Format

- Pratiques normales
- Partie entre les équipes de même catégorie sont permises en forme de 3 contre 3 ou 4 contre 4 en suivant la réglementation modifiée de Ringuette Canada.
- Les équipes moustiques doivent jouer en respectant la règlementation de ringuette en espace restreint.
- Les équipes novices et plus ont la possibilité de jouer sur une pleine glace ou en espace restreint.

## Logistique

- Les participants doivent arriver déjà vêtus de leur équipement 10 minutes avant le début de leur activité. Si nécessaire, les patins pourront être attachés à l'intérieur de l'infrastructure tout en respectant la distanciation physique. Les gardiens de but pourront également revêtir certaines parties de leur équipement à leur arrivée.
- L'utilisation des vestiaires dépendra de l'assouplissement des mesures sanitaires, mais sera réservé seulement pour laisser les effets personnels, attacher les patins et enfiler le casque et les gants.
- La distanciation physique en vigueur doit être respectée à l'extérieur de la patinoire en tout temps.

## Nombre de participants

- Le nombre maximum de joueuses et d'entraîneurs sur la glace tiendra compte des règles de sécurité mises en place par Ringuette Québec, votre installation ainsi que la Santé publique.

## Classes et formation des équipes

- Recommandation de former des équipes de 7 à 9 joueuses (incluant la gardienne de but).
- Possibilité de reformer les équipes à l'intérieur de votre association.
  1- En fonction du calibre des joueuses (équipes homogènes) si vous êtes en mesure de former au moins 2 équipes dans chaque classe.

  OU

  2- En fonction d'avoir plusieurs équipes de calibres semblables (équipes hétérogènes) pour qu'elles puissent jouer entre elles. Vous pourrez essayer de faire jouer les lignes faibles l'une contre l'autre et même chose pour les lignes fortes.

## Directives pour les entraîneurs

Voir directives de la phase 2

- S'il n'y a pas d'officiels lors des parties, au moins un (1) entraîneur par groupe/équipe devra être présent sur la glace afin d'encadrer et d'animer la partie. Un maximum de deux (2) entraîneurs pourront être sur la glace.
- Deux (2) entraîneurs par groupe/équipe devront être présents derrière le banc lors du match. Au moins un des deux entraîneurs doit être de sexe féminin.
- Il n'est pas obligatoire d'assigner des officiels majeurs pour ces parties. Si un ou des officiels majeurs sont présents, il ne doit pas avoir d'entraîneur présent sur la patinoire. Pour la catégorie moustique, il ne doit pas y avoir d'officiels. Les officiels devront s'assurer de respecter les mesures sanitaires et de sécurité mises en place par Ringuette Québec, la Santé publique et les installations.

# Phase 4 – Activités régulières à l'intérieur des associations régionales

## Description sommaire

- Allègement des mesures sanitaires selon les recommandations gouvernementales.
- Parties permises entre les équipes d'une même association régionale.
- La possibilité de faire des tournois régionaux, accueillant seulement des équipes de l'association régionale qui régit l'association hôte du tournoi, sera évaluée.

## Format

- Pratiques normales
- Les parties entre les équipes de la même région sont permises.
- Le nombre de joueuses par équipes ainsi que sur la glace dépendra des mesures de sécurité publiques mises en place à ce moment. Il est possible de jouer des parties à 5 contre 5 (novice et plus) seulement s'il est possible de respecter la distanciation physique en vigueur en tout temps sur le banc des joueuses et dans les vestiaires s'ils sont utilisés.
- Les équipes moustiques doivent jouer en respectant la règlementation de ringuette en espace restreint.

## Logistique

- Utilisation des infrastructures en respectant les mesures sanitaires en place à ce moment. Les vestiaires et les douches peuvent être utilisées si l'infrastructure vous permet de le faire et si vous êtes en mesure de respecter les normes de distanciation physique en vigueur.

## Nombre de participants

- Le nombre maximum de joueuses et d'entraîneurs sur la glace tiendra compte des règles de sécurité mises en place par Ringuette Québec, votre installation ainsi que la Santé publique.

## Classes et formation des équipes

- Créer des équipes homogènes en fonction du calibre pour que les équipes puissent jouer l'une contre l'autre à l'intérieur d'une association régionale.

### Directives pour les entraîneurs

- La « règle de deux » doit être appliquée, au moins un membre du personnel entraîneur doit être de sexe féminin.
- Les entraîneurs devront arriver 20 minutes avant le début de l'activité afin de superviser et encadrer les participants lors de leur arrivée.
- Les entraîneurs encadrent les participants dès leur arrivée et jusqu'à leur départ et font tout en leur possible pour que leurs joueuses respectent les règles de distanciation physique et sanitaires/d'hygiène à l'intérieur de l'infrastructure. Ils évitent également les contacts physiques et les rapprochements avec les participants (exemple : lors d'une intervention sur la glace avec un participant).
- Les entraîneurs doivent avoir leur propre matériel (sifflet électronique, cônes, anneaux, tableau, crayon, etc.). Aucun partage d'équipement ne sera toléré.

## Phase 5 – Retour aux activités normales

### Description sommaire

- Allègement des mesures sanitaires selon les recommandations gouvernementales.
- Retour des ligues provinciales, les parties entre les équipes d'associations régionales différentes sont autorisées.
- Retour des tournois, championnats provinciaux, championnats canadiens et championnats mondiaux. Par contre, la tenue de ces événements n'est pas garantie.

### Format

- Parties et pratiques selon la règlementation normale de Ringuette Québec

### Logistique

- Utilisation des infrastructures en respectant les mesures sanitaires en place à ce moment.

### Nombre de participants

- À la discrétion des associations, en s'assurant de respecter les mesures sanitaires mises en place à ce moment.

### Classes et formation des équipes

- Les associations pourront se servir des phases précédentes afin d'évaluer les joueuses et de reformer les équipes si nécessaire.

### Directives pour les entraîneurs

- Tenir compte des mesures sanitaires en place à ce moment.

# ADMINISTRATION

## Enregistrement des participantes

Tant et aussi longtemps qu'il n'y aura pas de parties entre les équipes à l'intérieur des régions (phase 3), les associations locales n'auront pas à fournir de cartons d'équipe à Ringuette Québec. Pour le 1er novembre, si les associations ne sont toujours pas en mesure de créer des équipes dans le système membre, une liste complète de l'ensemble des joueuses devra être produite dans ce même système afin que Ringuette Québec puisse procéder à la facturation des affiliations. Des consignes plus précises seront alors envoyées aux associations locales et régionales.

Pour plus d'informations sur l'administration, voir le chapitre 2 du guide d'opération de Ringuette Québec disponible sur le site internet de la Fédération.

# GESTION DES URGENCES

## Plan pour une nouvelle crise

Ringuette Québec a l'autorité de suspendre l'ensemble des activités de ringuette sur son territoire advenant une nouvelle crise. Les associations locales et régionales seront avisées le plus rapidement possible par courriel et toutes les plateformes de communication seront utilisées afin d'aviser le plus de membres possible le plus rapidement possible.

# PROGRAMMES SPORT-ÉTUDES

Chaque programme Sport-études s'assure du suivi et de l'application intégrale du plan de retour au jeu de la Fédération auprès de leurs participants. Chaque programme Sport-études nomme des agents de sécurité COVID-19 pour la mise en place et l'application intégrale du plan de retour au jeu, du plan d'intervention et du respect des règles de distanciation physique et sanitaires/d'hygiène en vigueur.

### *Respect des règles sanitaires/d'hygiène du participant*

Les participants sont responsables de nettoyer et désinfecter quotidiennement leurs équipements personnels. De plus, l'équipement désinfecté par le participant pourra être entreposé seulement et à la condition que le participant possède un casier individuel.

Lors des entraînements hors glace, les participants doivent arriver avec les vêtements appropriés à l'entraînement et apporter tout l'équipement personnel nécessaire. Aucun partage d'équipement ne sera toléré.

### *Activités hors-glace*

L'utilisation des plateaux extérieurs est à privilégier. Lorsque les entraînements se feront en salle, ceux-ci devront respecter les règles sanitaires/d'hygiène et de distanciation physique.

# CONCLUSION

Ringuette Québec aimerait remercier les membres du comité de travail qui ont travaillé sur le plan de retour à la ringuette. Nous tenons aussi à remercier tous les membres qui ont participé à l'élaboration de ce plan avec leurs suggestions et leurs idées.

Plus que jamais, le travail d'équipe et la collaboration de toutes les parties sont nécessaires et nous sommes fiers de constater la grande participation de nos membres afin de relever ce nouveau défi.

En terminant, nous réitérerons que ce plan dépend des consignes de la Santé publique actuelles et qu'il évoluera au fil de la situation et selon les recommandations futures.

Le plan a été inspiré par les plans de retour au jeu d'Hockey Québec, Soccer Québec et Baseball Québec.

## Annexes 1 – Formulaire de reconnaissance de risque

**RECONNAISSANCE DE RISQUE**
**COVID-19**

Le nouveau coronavirus, COVID-19, a été déclaré pandémie mondiale par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Le COVID-19 est extrêmement contagieux et se propagerait principalement par contact de personne à personne. Par conséquent, les autorités gouvernementales, tant locales que provinciale et fédérale, recommandent diverses mesures et interdisent divers comportements, le tout dans le but de réduire la propagation du virus.

Ringuette Québec et ses membres, dont (*nom du Club/ de la Ligue*) fait partie, s'engagent à se conformer à toutes les exigences et recommandations de la Santé Publique du Québec et autres autorités gouvernementales, et à mettre en place et adopter toutes les mesures nécessaires à cet effet. Cependant, Ringuette Québec et (*nom de l'organisme*) ne peuvent garantir que vous (ou votre enfant, si le participant est mineur / ou la personne dont vous êtes le tuteur ou le responsable légal) ne serez pas infecté par le COVID-19. De plus, votre participation aux activités pourrait augmenter vos risques de contracter le COVID-19, malgré toutes les mesures en place.

---

En signant le présent document,

1) Je reconnais la nature hautement contagieuse du COVID-19 et j'assume volontairement le risque que je (ou mon enfant, si le participant est mineur / ou la personne dont je suis le tuteur ou le responsable légal) puisse être exposé ou infecté par le COVID-19 par ma (sa) participation aux activités de Ringuette Québec ou de (*nom du Club/ de la Ligue*). L'exposition ou l'infection au COVID-19 peut notamment entraîner des blessures, des maladies ou autres affections;
2) Je déclare que ma participation (ou celle de mon enfant, si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) aux activités de Ringuette Québec ou de (*nom du Club/ de la Ligue*) est volontaire;
3) Je déclare que ni moi, (ou mon enfant, si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), ni personne habitant sous mon toit, n'a manifesté des symptômes de rhume ou de grippe (incluant de la fièvre, toux, mal de gorge, maladie respiratoire ou des difficultés respiratoires) au cours des 14 derniers jours;
4) Si moi (ou mon enfant, si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), éprouve des symptômes de rhume ou de grippe après la signature de la présente déclaration, je (ou mon enfant si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) m'engage à ne pas me (se) présenter ou participer aux activités de Ringuette Québec ou de (*nom du Club/ de la Ligue*) durant au moins 14 jours après la dernière manifestation des symptômes de rhume ou de grippe.

5) Je déclare que ni moi (ou mon enfant, si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal), ni personne habitant sous mon toit, n'a voyagé ou fait escale à l'extérieur du Canada dans les 14 derniers jours. Si je (ou mon enfant si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) voyage à l'extérieur du Canada après avoir signé la présente déclaration, je (ou mon enfant si le participant est mineur/ ou la personne dont je suis le tuteur ou responsable légal) m'engage à ne pas me (se) présenter ou participer aux activités de Ringuette Québec (ou de (*nom du Club/ de la Ligue*) durant au moins 14 jours après la date de retour de voyage.

Le présent document demeurera en vigueur jusqu'à ce que Ringuette Québec reçoive les directives des autorités gouvernementales provinciales et de la Santé publique du Québec, à l'effet que les engagements contenus à la présente déclaration ne sont plus nécessaires.

J'AI SIGNÉ LA PRÉSENTE DÉCLARATION LIBREMENT ET EN TOUTE CONNAISSANCE DE CAUSE.

| | |
|---|---|
| ---------- | ---------- |
| Nom du participant (lettres moulés) | Nom du parent/tuteur/ responsable légal (si le participant est mineur ou ne peut légalement donner son accord) |
| ---------- | ---------- |
| Signature du participant | Signature du parent/tuteur/responsable légal |

Lieu / Date :_____

**ACKNOWLEDGMENT OF RISK**
**COVID-19**

The novel coronavirus, COVID-19 has been declared a worldwide pandemic by the World Health Organization. COVID-19 is extremely contagious and is known to spread mainly by contact from person to person. Consequently, local, provincial and federal governmental authorities recommend various measures and prohibit a variety of behaviors, in order to reduce the spread of the virus.

a) Ringuette Québec and its members, which (*name of club/league*) is part of, commit themselves to comply with the requirements and recommendations of Quebec' Public health and other governmental authorities, and to put in place and adopt all necessary measures to that effect. However, Ringuette Québec and (*name of club/league*) cannot guarantee that you (or your child, if participant is a minor/ or the person you are the tutor or legal guardian of) will not become infected with COVID-19. Further, attending the Activities could increase your risk of contracting COVID-19, despite all preventative measures put in place.

---

By signing this document,

1) I acknowledge the highly contagious nature of COVID-19 and I voluntarily assume the risk that I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) could be exposed or infected by COVID-19 by participating in Ringuette Québec or (*name of club/league*)'s activities. Being exposed or infected by COVID-19 may particularly lead to injuries, diseases or other illnesses.
2) I declare that I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) am participating voluntarily in Ringuette Québec or (*name of club/league*)'s activities.
3) I declare that neither I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) nor anyone in my household, have experienced cold or flu-like symptoms in the last 14 days (including fever, cough, sore throat, respiratory illness, difficulty breathing).
4) If I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) experience, or if anyone in my household experiences any cold or flu-like symptoms after submitting this declaration, I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) will not attend any of Ringuette Québec or (*name of club/league*)'s activities, programs or services until at least 14 days have passed since those symptoms were last experienced.
5) I have not (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of), nor has any member of my household, travelled to or had a lay-over in any country outside Canada in the past 14 days. If I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) travel, or if anyone in my household travels, outside Canada after submitting this declaration, I (or my child, if participant is a minor/ or the person I am the tutor or legal guardian of) will not attend any of Ringuette Québec or (*name of club/league*)'s activities, programs or services until at least 14 days have passed since the date of return.

This document will remain in effect until Ringuette Québec or (*name of club/league*), per the direction of the provincial government and provincial health officials, determines that the acknowledgments in this declaration are no longer required.

I HAVE SIGNED THIS DOCUMENT FREELY AND WITH FULL KNOWLEDGE.

---

Name of participant (print)

---

Name of parent/tutor/ legal guardian (print) (if participant is minor or cannot legally give consent)

---

Signature of participant

---

Signature of parent/tutor/legal guardian

Place / Date: _____

## Annexe 2 – Questionnaire médical journalier

| | |
|---|---|
| Nom et prénom | Numéro de téléphone cellulaire |
| Équipe et catégorie | Adresse courriel |

| **Questions** |
|---|
| 1- Avez-vous en ce moment ou avez-vous eu des symptômes reliés à la COVID-19 dans les 14 derniers jours (incluant fièvre, toux, maux de gorge, problème respiratoire et/ou difficulté à respirer) ? |
| 2- Avez-vous été en contact avec quelqu'un qui a reçu un diagnostic de COVID-19 dans les 14 derniers jours ? |
| 3- Êtes-vous de retour d'un voyage à l'étranger depuis moins de 14 jours ? |
| 4- Avez-vous été en contact avec quelqu'un qui a voyagé à l'étranger dans les 14 derniers jours ? |

**Si vous répondez oui à l'une de ces questions, vous ne pourrez pas participer à l'activité.**

| Date et lieu | Heure arrivée | Heure départ | QS 1 | | QS2 | | QS3 | | QS4 | | Signature de la joueuse ou de son tuteur |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Oui | Non | Oui | Non | Oui | Non | Oui | Non | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |