



Veillez noter que le présent document est sujet à changements en fonction des recommandations des autorités de santé locales, le COC, et des INS/ICS. Veillez noter ci-dessous les changements indiqués par des flèches rouges (-->) car ils reflètent la deuxième version de ce protocole, qui tient compte des conseils du COC et des INS.

Contexte : Ce document est préparé spécifiquement pour l'équipe nationale et les athlètes du PHP et vise à aider à organiser des stages d'entraînement de manière sûre dans le contexte de la COVID-19 au Canada.

Avant le stage d'entraînement :

- Les athlètes et les entraîneurs doivent réduire au minimum les contacts avec les autres en dehors de leur bulle sociale 10 jours avant et pendant le stage d'entraînement.
- **Athlètes et entraîneurs :** --> Avant de participer au stage, **il n'est PAS nécessaire** que les athlètes et les entraîneurs obtiennent un résultat négatif à un test de COVID 19, à cause du fait que c'est infaisable dans la pratique, des résultats «faux négatifs» pendant la période d'incubation, des longs délais d'obtention des résultats des tests, le refus de tester les patients qui ne présentent pas de symptômes, et la courte durée des stages d'entraînement.
 - --> Cependant, il est **impératif** que les athlètes limitent leurs activités sociales à un strict minimum au cours des dix (10) jours précédant leur départ pour le stage d'entraînement, et qu'ils soient confiants de ne présenter aucun des symptômes liés à la COVID-19. Si quelqu'un présente de tels symptômes, il doit se faire tester le plus tôt possible.
- Les athlètes et les entraîneurs doivent se préparer en conséquence pour toute la durée du stage d'entraînement (nourriture, équipement d'entraînement, blanchisserie, articles de toilette, médicaments, etc.) afin de réduire au minimum les contacts avec les autres pendant le stage.
- Tous les athlètes et entraîneurs doivent, avant de participer au stage d'entraînement, signer les deux documents suivants, intitulés «FCE - Attestation COVID 19» et «FCE - COVID 19 - Entraînement à distance et utilisation des installations», et les envoyer au directeur de HP.

Pendant le stage d'entraînement :

- Les athlètes et les entraîneurs s'isoleront dans une **BULLE D'ENTRAÎNEMENT**, au mieux des capacités de chacun et de la faisabilité de le faire.

Bulle d'entraînement : Il s'agit d'un groupe d'entraînement ou de compétition qui vit, se déplace et s'entraîne ensemble dans un isolement (confinement) autonome par rapport à la communauté dans son ensemble. Tous les membres de cette bulle restent tout le temps dans cette «bulle» d'isolement. La nourriture ou les fournitures générales sont apportées dans la bulle de manière contrôlée. Avant d'entrer dans la bulle d'entraînement, les membres peuvent avoir besoin d'un pré-confinement et/ou



d'un test. Une fois qu'une personne quitte la bulle d'entraînement, elle doit être mise en quarantaine ou testée avant d'y retourner.

- Hébergement : Les athlètes de l'équipe nationale qui viennent de la même ville devraient idéalement être logés en priorité dans le même logement. Si cela n'est pas possible, les athlètes de l'équipe nationale doivent rester ensemble autant que possible sans se mélanger avec d'autres athlètes qui ne sont pas membres de l'équipe nationale.
- Obligatoire : En dehors des combats d'escrime, les athlètes et les entraîneurs doivent maintenir une distance physique de deux (2) mètres entre eux en permanence, et respecter l'étiquette générale d'hygiène et le port du masque facial, exactement comme indiqué dans le document «Retour au jeu» (affiché sur le site web de la FCE).
- --> Nous vous incitons à porter un masque protecteur sous votre masque d'escrime, ou une visière recouvrant votre masque d'escrime. Si vous choisissez de porter un masque protecteur, assurez-vous de le remplacer régulièrement pendant vos divers assauts.
- La nourriture, le linge et les autres nécessités doivent être prévus à l'avance, ce qui limite la possibilité de briser la bulle d'entraînement désignée en y faisant entrer d'autres personnes. Assurez-vous aussi de bien aseptiser vos mains quand vous touchez vos masques protecteurs.
- Il est fortement déconseillé de quitter le lieu de résidence pour effectuer des sorties sociales, car cela augmente les risques de contracter des maladies transmissibles telles que la COVID 19.
- Si, à un moment donné, quelqu'un développe des symptômes, cette personne sera isolée dans la bulle et suivra les conseils médicaux concernant les tests et le traitement ultérieur selon la juridiction de la résidence.
- Les athlètes et les entraîneurs peuvent sortir de la bulle en cas d'urgence directe ou s'ils ont besoin de soins médicaux.

Après le stage d'entraînement :

- Il peut y avoir des restrictions d'auto-confinement lors du retour dans la province ou le pays de résidence après la fin du camp (c'est-à-dire les provinces maritimes, le Manitoba, etc.). Les athlètes/entraîneurs sont tenus de toujours respecter la loi de leur province de résidence et de leur juridiction.

Ce document décrit brièvement comment organiser des stages d'entraînement en toute sécurité. Comme la plupart des protocoles, celui-ci n'élimine pas à 100 % les chances d'attraper la COVID 19. Il s'agit plutôt de mesures d'atténuation visant à diminuer ce risque. Les participants doivent être responsables de leur propre sécurité et de celle des autres.