



GUIDE DE RETOUR À L'ENTRAÎNEMENT

BALLE RAPIDE-LENTE-ORTHOXO

VOLETS MINEUR & MAJEUR



Introduction

Dans le contexte de la pandémie de la COVID-19, nous avons préparé ce guide afin de vous aider dans cette période d'adaptation.

Il est important de comprendre que ce guide est évolutif selon la situation et les annonces de la santé publique et du gouvernement.

Notre sport pourra retourner sur le terrain dès le 8 juin dans un mode d'entraînement. Les activités sous forme de match ne seront pas permises.

Il sera important de respecter la consigne de distanciation physique de 2 mètres ainsi que les mesures sanitaires que vous trouverez dans ce guide.

Beaucoup de questions restent encore en suspens pour la suite des activités et nous tenterons au cours des prochains jours/semaines d'avoir les réponses.

Lors de l'annonce, il a été mentionné qu'il pourrait être possible vers la fin juin de jouer des parties. Toutefois, il faudra attendre d'avoir l'autorisation du gouvernement avant de passer à cette phase.

Nous comprenons que vous pourriez avoir plusieurs questions c'est pourquoi nous préparons actuellement un « questions et réponses » (Q&A) qui permettra de répondre à vos questionnements.

Villes et municipalités

Accès aux infrastructures

Les villes et municipalités attendaient tout comme nous l'annonce du gouvernement afin de se préparer à la réouverture des installations. Ceci se fera graduellement selon la ville/municipalité. Selon l'endroit, un terrain peu devenir accessible immédiatement alors qu'à d'autres, on parle d'un délai de 6 semaines à partir de la date de l'annonce de la reprise des activités selon les informations que nous avons obtenues.

Certaines villes/municipalités pourraient décider de ne pas ouvrir ses installations pour diverses raisons (manque de ressources financières et humaines entre autre).

Également, certaines villes/municipalités pourraient ouvrir les terrains mais pas les bâtiments tels que toilettes, chalets et cantines. Il sera important de prévoir des alternatives spécialement pour les toilettes.

Il serait pertinent de vérifier rapidement avec votre ville/municipalité afin de connaître les délais et accessibilités.

Restriction régionale et déplacements

Directives de la santé publique

Bien que les déplacements entre les régions soient permis, il est demandé à toute personne d'éviter autant que possible de se déplacer d'une région à l'autre ou d'une ville à l'autre. **Les activités locales ou à proximité sont encouragées.**

Avant l'activité, rendez-vous directement sur le site de pratique. Évitez les déplacements inutiles.

Après l'activité, évitez de flâner sur place et retournez à votre domicile directement.

<https://www.quebec.ca/tourisme-et-loisirs/activites-sportives-et-de-plein-air/reprise-activites-sportives/?fbclid=IwAR0lkqEaD0Z7CQmNL-uh0tvktIBZYdnQ3LqvrHiV1Hb3qWu Un44MKCB7tq>

Calendrier de saison

Nous suggérons à nos associations/ligues membres tant mineur qu'adulte de prévoir un calendrier se prolongeant jusqu'en octobre lorsque ceci est possible.

Pour le volet mineur, nous sommes conscients que des matchs en soirée la semaine combiné à un retour en classe pourrait être problématique pour certains parents. Nous vous suggérons de penser à un calendrier de weekend. Évidemment, la pratique de d'autres sports automnaux pourrait également être un frein à une saison prolongée.

Il est conseillé de valider avec votre ville/municipalité si cette option est possible.

Règles de jeu, de distanciation et mesures sanitaires

Depuis le début de la pandémie, Softball Québec s'est donné comme mission de permettre une relance des activités à ses membres dès qu'il sera possible de le faire. Dans les prochaines pages, vous trouverez les mesures sanitaires, règle des distanciations et règles de jeu adaptées, ceci afin de permettre un retour sécuritaire tant pour le softball mineur que le softball adulte, quelque soit le niveau de compétition.

Comme pour l'ensemble de la population, afin de retourner sur le terrain, notre sport doit se conformer à la règle de distanciation physique et aux mesures sanitaires dictées par la santé publique. Également, nos règles de jeu en mode « partie » seront modifiées afin de respecter les consignes. Tel qu'annoncé par la ministre, ces règles devront être approuvées par la santé publique.

Les règles de jeu en mode « partie » pourront être adaptées selon la discipline jouée (BR-BO-BL).

Distanciation physique

Directives de la santé publique

Les mesures de distanciation physique de deux mètres doivent être respectées en tout lieu.

- Les activités sportives pratiquées doivent permettre de ne pas s'approcher à moins de deux mètres d'une personne qui ne réside pas sous le même toit.
- Les activités supervisées ne devront pas provoquer des rassemblements de parents ou d'autres spectateurs. Il faudra restreindre le nombre de spectateurs au minimum et s'assurer que la distance de 2 mètres entre chacun soit respectée.
- Les activités pourront prendre la forme d'entraînements supervisés par un ou des intervenants. Donc, des situations d'apprentissage qui permettent en tout temps la distanciation physique d'au moins 2 mètres entre les participants.
- Les matchs et les exercices d'opposition et de marquage qui ne permettent pas en tout temps la distanciation physique d'au moins 2 mètres entre les participants ne seront pas permis.

*Pour plus d'information, voyez la section « foire aux questions » du gouvernement:
<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/reponses-questions-coronavirus-covid19/questions-et-reponses-rassemblements-activites-covid-19/>*

Mesures sanitaires et distanciation

Pour un retour au jeu en toute sécurité

Les mesures sanitaires doivent être suivies par tous les participants dans le but de protéger les joueurs, les entraîneurs, les arbitres, les organisateurs et les spectateurs. Il est important de minimiser les risques de transmission de la COVID-19 lors des activités de softball. Ces mesures seront adaptées au fur et à mesure selon les recommandations de la santé publique.

Bien que certains règlements de jeu en mode « partie » auront été adaptés à la situation, la fédération a tenté de ne pas dénaturer l'esprit de notre sport sans pour autant sacrifier la sécurité des participants. Le protocole des mesures sanitaires va également au-delà des règles de jeu, pour nous assurer de la sécurité des participants et des spectateurs de l'arrivée jusqu'à la fin de l'activité.

Nous avons séparé les mesures sanitaires et de distanciation en 3 volets:

- Obligatoires pour tous (mineur et adulte)
- Obligations supplémentaires volet mineur
- Fortement recommandé pour tous (mineur et adulte)

Il est permis d'ajouter des mesures à celles déjà présentées en autant qu'elles ne vont pas à l'encontre de celles-ci.

Mesures de base obligatoires

BR-BO-BL - Toutes catégories et classes

Pour toutes les phases

- En tout temps, les participants (entraîneurs, joueurs, arbitres, organisateurs) se doivent de respecter les mesures de distanciation physique de la santé publique en vigueur.
- En tout temps, les participants (entraîneurs, joueurs, arbitres, organisateurs) se doivent de respecter les mesures sanitaires de la santé publique en vigueur.
- **Faire signer le formulaire de reconnaissance de risque** à toutes les personnes présentes afin de valider la protection en assurance:
 - Phase 2 : pour toutes les personnes présentes
 - Phase 3 à 5: pour toutes les personnes qui s'ajouteront après la phase 2
- Un responsable devra s'informer de l'état de santé du participant avant que celui-ci entre sur le terrain.
- Un participant (joueur, arbitre, entraîneur, organisateur) présentant des symptômes ne peut pas se présenter sur le lieu de la pratique du sport.
- Un lavage des mains avec de l'eau savonneuse est fortement recommandé. Sinon, obligation pour tous de se désinfecter les mains à l'arrivée sur le site (joueurs, entraîneurs, parents, spectateurs).

Mesures de base obligatoires (suite)

BR-BO-BL - Toutes catégories et classes

Pour toutes les phases

- Le participant doit déjà être en uniforme à son arrivée sur le site.
- Chaque participant doit avoir sa propre bouteille d'eau. Les cruches d'eau d'équipe sont interdites.
- Il est interdit de manger sur le terrain (graines de tournesol, collations, etc...).
- Les crachats sont interdits en tout temps pour tous les participants.
- Pendant les entraînements, aucun participant n'est autorisé sur le banc. Le banc des joueurs sera prolongé le long de la clôture vers le champ idéalement à l'extérieur du terrain. Chaque participant aura une place déterminée par l'entraîneur ou le responsable de l'équipe. Il est recommandé à chaque participant d'apporter une chaise.
- Lorsque les participants prennent une pause, ils doivent respecter la distanciation physique.
- Les participants doivent sortir seuls du terrain avec leur équipement dans un sac en respectant la distanciation physique.
- Les rassemblements après l'activité sont interdits. Tous les membres de l'équipe doivent obligatoirement quitter le site.
- Se désinfecter les mains avant de quitter le site (joueurs, arbitres, entraîneurs, parents, spectateurs).

Mesures supplémentaires obligatoires

BR-BO-BL - Volet mineur

Pour toutes les phases

- Chaque équipe devra désigner un gérant(e) M. Net pour l'équipe. Cette personne doit être clairement établie et figurer sur le contrat d'équipe.
- Le gérant M. Net s'informerera de l'état de santé du participant avant que celui-ci entre sur le terrain.
- À l'arrivée au terrain, un seul parent est autorisé à venir reconduire son enfant près du terrain.
- Avant de prendre possession du banc des joueurs, le gérant M. Net doit désinfecter l'espace (banc, poteau, etc...).
- Le gérant M. Net sera responsable de désinfecter le matériel et l'équipement.
- Catégorie U12 et plus : Les parents ne sont pas admis sur le terrain. Les enfants iront rejoindre leur parent à la sortie du terrain.
- Catégorie U8-U10 : Un parent à la fois viendra chercher son enfant et prendra l'équipement de celui-ci. Les autres participants seront en attente au champ.
- Après l'activité, le gérant M. Net sera responsable de s'assurer que les lieux sont laissés dans un état convenable.

Mesures fortement recommandées

BR-BO-BL - Toutes catégories et classes

Pour toutes les phases

- Le port du masque est fortement recommandé pour tous les participants. *Pourra être modifié, selon les recommandations de la santé publique.*
- Avant et après l'activité, l'espace utilisé devra être désinfecté (banc, poteau, etc...).
- Le covoiturage est déconseillé sauf pour les membres d'une même famille.
- Limité le partage d'équipements. Idéalement, le joueur aurait son propre casque, bâton, gant de joueur, grille, etc.
- Il est recommandé de désinfecter l'équipement qui est prêté entre chaque utilisation. S'applique également pour l'équipement de receveur. Si possible conserver le même receveur pour toute l'activité ou de limiter à 2 par partie.
- Que l'équipement soit dans un sac en tout temps lorsqu'il n'est pas utilisé.
- Chaque participant doit se désinfecter les mains le plus souvent possible. Le participant est responsable d'avoir son désinfectant à main ou un vaporisateur d'eau savonneuse.
- Les balles devraient être nettoyées le plus souvent possible.
- S'il pleut, diriger les gens vers leur véhicule afin de se mettre à l'abri.

Gestion des blessures

Pour toutes les phases, les mesures suivantes s'appliqueront pour toutes les disciplines, catégories et classes lorsqu'une blessure survient:

- L'équipe doit s'assurer d'avoir une trousse de premiers soins qui inclut des gants, un masque et du désinfectant pour les mains.
- En cas de blessure à un adulte, une personne désignée par celle-ci sera responsable d'intervenir directement sur le terrain.
- En cas de blessure à un enfant, le parent de l'enfant est responsable d'intervenir directement sur le terrain afin de lui donner les premiers soins.
- Le parent qui est absent devra signer une décharge autorisant une autre personne à s'occuper de son enfant sur le terrain en cas de blessure.
- La personne qui donne les premiers soins doit être munie de gants et d'un masque.

Organisation de l'activité

Pour les toutes les phases, nous recommandons les mesures suivantes pour toutes les disciplines, catégories et classes lors de l'organisation d'une activité de softball, que ce soit un entraînement, une partie ou un tournoi:

- Équipez-vous de matériel afin de délimiter le trafic pour se rendre au terrain (ligne au sol, barrière ou ruban de démarcation)
- Installer des affiches pour rappeler les règles de distanciation et sanitaires
- Prévoir des stations pour se laver les mains ou des bouteilles de désinfectant à main à l'entrée du site, en sortant des toilettes, dans le chalet et en sortant des terrains de balle. Il est possible que le chalet, toilettes et abreuvoir soient fermés. Vous devez en aviser les participants si c'est le cas et prévoir une alternative.
- Il est suggéré de délimiter les zones spectateurs et participants.
- Il est suggéré aux spectateurs d'apporter leur chaise et respecter la mesure de distanciation physique en vigueur. L'utilisation des estrades devra respecter la distanciation physique.
- Augmenter le temps entre chaque entraînement/partie afin d'éviter les regroupements près du terrain. (30 minutes).
- Limiter le nombre d'entraînements en même temps afin de s'assurer de respecter le nombre maximum de personnes possibles sur le site.

Phases de reprise d'activités

Voici le scénario de reprise des activités en plusieurs phases. Toutefois, ceci sera évolutif en fonction des annonces du Ministère et de la santé publique.

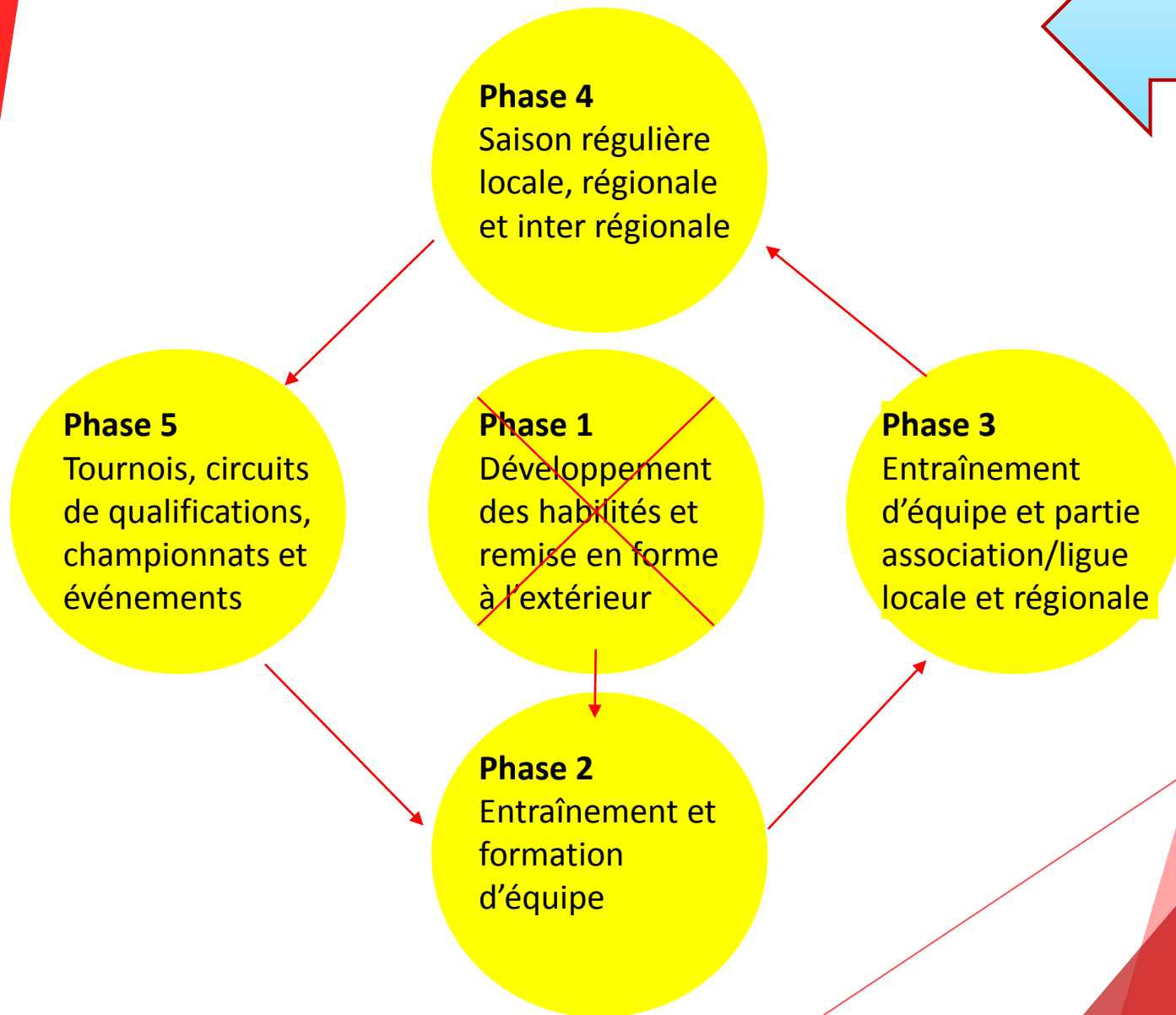
Certaines phases devront attendre une levée des restrictions afin de permettre aux équipes de jouer des parties et de pratiquer le softball à l'extérieur de leur région.

Il est possible que selon les annonces du gouvernement, certaines phases ne soient pas nécessaires. La divulgation du détails de chacune des phases se fera au fur et mesure qu'elles seront autorisées.

Dans tous les cas les règles de distanciation physique et mesures sanitaires approuvées devront être appliquées, tout comme les règles de jeu, version « COVID ».

Les phases sont pour toutes les catégories de membres et discipline (BO-BL-BR), tant mineure que majeure. Il y aura des règles de jeu adaptées selon la discipline jouée (BR-BO-BL).

Phases de reprise d'activités



Les phases sont pour toutes les catégories de membres et discipline (BO-BL-BR) tant mineur que majeure.



Phase 1

Développement des habiletés et remise en forme à l'extérieur

La première phase se concentre uniquement:

- Sur l'entraînement individuel et la remise en forme
- L'apprentissage d'habiletés et la mise en situation de jeu sans matériel
- Le tout doit se faire en respect de la règle de distanciation physique de 2 mètres et éviter les contacts rapprochés entre les individus.

Règles à respecter dans cette phase :

- Ouvrir l'activité aux membres directs de l'association/ligue ainsi qu'aux nouveaux membres désirant se joindre à votre organisation
- Limiter le nombre de participants à 10 par groupe incluant les entraîneurs (*pourrait être plus en fonction des annonces de la santé publique*)
- Mise en place d'un registre des présences des participants aux activités
- Aucune activité sous forme de partie et ne permettant pas la distanciation physique
- L'échange de matériel est interdit.
- Le lancer et frappe de balles entre individu est interdit.

Phase 1 suite

Développement des habiletés et remise en forme à l'extérieur

Parmi les activités permises dans cette phase, il y a :

- La mise en situation de jeu par position défensive (sans matériel)
- L'apprentissage d'habiletés tel que la course et glissade sur les buts
- La remise en forme par de la course et divers entraînements physiques
- Utilisation d'un t-ball pour pratiquer la frappe en utilisant la clôture ou filet (chaque joueur doit avoir son propre matériel personnel)
- Utilisation d'un filet ou clôture pour pratiquer les lancers.

Suggestions pour cette phase :

- Limiter la session à environ 1h à la fois par groupe
- Faire un calendrier de pratique sur une journée avec plusieurs plages horaires
- Établir le calendrier par groupe d'âge
- Profiter de cette phase afin de compléter les inscriptions pour la saison



Phase 2 – Entraînement Mineur et majeur

Cette phase permettra la tenue d'entraînement:

- La distanciation physique de 2 mètres doit être maintenue en tout temps.
- La tenue d'ateliers, de mise en situation de jeu et de concours d'habiletés
- L'interaction entre les participants permettant les échanges entre les joueurs notamment lancer et recevoir une balle mais en évitant les contacts entre les participants.
- Ultimement à cette phase, la formation des équipes devrait se confirmer avant de passer à la phase #3. Nous serons en mode « affiliation des équipes ».

Règles à respecter dans cette phase :

- Ouvrir l'activité aux membres directs de l'association/ligue ainsi qu'aux nouveaux membres désirant se joindre à votre organisation
- Limiter le nombre de participants maximum à 15 par *groupe** (incluant les entraîneurs lorsqu'applicable).
- Au volet mineur, établir le calendrier par groupe d'âge dans le but d'arriver à former les équipes.
- Au volet majeur, faire l'entraînement en équipe.
- Mise en place d'un registre des présences des participants aux activités
- Aucune activité sous forme de partie.

Phase 2 – Entraînement (suite)

Mineur et majeur

Suggestions pour cette phase :

- 1 ou 2 *groupes** de 15 pourraient être en action à la fois sur un terrain
- Limiter la session à maximum 2h environ à la fois
- Faire un calendrier de pratique sur une journée avec plusieurs plages horaires
- Si 2 groupes, utiliser l'avant-champ et le champ pour l'entraînement et s'assurer de respecter la distanciation de 2 mètres entre les participants en tout temps.
- Profiter de cette phase afin de finaliser les inscriptions pour la saison

Groupe*: À titre d'exemple, dans le cas où une équipe serait composée de plus de 15 joueurs/entraîneurs, elle pourrait se répartir en 2 groupes.

Phases 3 - 4 - 5

Mineure et majeure

Balle rapide – orthodoxe - lente

Les phases 3, 4 et 5 impliqueront les règles de jeu pour la reprise des activités sous forme de « partie ».

Ces phases seront dévoilées lorsque la santé publique aura approuvée nos propositions de règles de jeu pour chacun des volets mineur et majeur ainsi que pour chaque discipline soit, balle lente, balle rapide et balle orthodoxe.

Notez également qu'au fur et à mesure que nous avancerons dans le processus de retour au jeu, il est possible qu'il y ait un allègement des mesures sanitaires et règles de distanciation basé sur les recommandations de la santé publique. Ceci pourrait également permettre qu'on puisse passer les phases plus rapidement.

En terminant....

Comme la situation actuelle est appelée à évoluer avec le temps, nous avons fait ce guide en étant conscient que vous avez tous hâtes de jouer des matchs.

Nous tenterons de faire en sorte de ne pas trop dénaturer le sport.

Toutefois, comme c'est la santé publique qui guidera les règles « officielles » de notre retour au jeu, nous vous demandons d'être patient même si la tentation est présente de sauter des étapes.

La fédération en lien avec notre assureur vous offrira les couvertures en assurances seulement si les consignes sont respectées.

Maintenant « PLAYBALL » !

Bonne saison !