



Plan de relance de Parasports Québec

Pour une pratique sécuritaire du para-athlétisme

Principales adaptations de la pratique :

- Horaire adapté pour le partage de la piste
- Laisser un couloir libre entre les athlètes lors d'un départ simultané

Règles de sécurité :

- Si un athlète a besoin d'un assistant pour transférer dans son fauteuil roulant de basketball, il pourra être aidé que par une personne qui habite sous le même toit ou un accompagnateur qui doit porter un masque et, si la situation l'exige, des lunettes protectrices ainsi que de se laver les mains avant et après l'accompagnement.
- Chaque athlète doit utiliser des engins de lancer destinés à son usage exclusif pendant l'entraînement. Pour éviter la contamination croisée, il ne devrait pas y avoir de partage d'engins. En cas de partage, une désinfection appropriée doit être effectuée avant qu'un autre athlète ne prenne l'engin.
- Les athlètes doivent récupérer leurs propres engins dans la surface de chute
- Un athlète qui court habituellement avec un guide pourra être de retour à l'entraînement si le guide habite sous le même toit. Si ce n'est pas le cas, l'athlète ainsi que le guide devront porter un masque et, si la situation l'exige, des lunettes protectrices lors de l'entraînement.
- L'entraîneur restera à distance (2m) pour donner ses directives

Mesures individuelles demandées :

- Laver son fauteuil avant et après chaque entraînement
- Laver ses gants avant et après chaque entraînement
- Le participant devra nettoyer la chaise de lancer avant et après son entraînement.

Équipement personnel à prévoir :

- Ses propres engins de lancer
- Il est fortement recommandé à chacun de disposer de son propre gel désinfectant.
- Masque pour les coureurs avec guide.

À ne pas oublier :

- Les participants qui se transfèrent d'un fauteuil de tous les jours à un fauteuil sportif devront s'assurer que leur fauteuil de tous les jours est entreposé dans un endroit sécuritaire où personne d'autre qu'eux n'aura à le déplacer

Plan de relance complet :

<https://www.athletisme-quebec.ca/medias/guide-de-relance-en-athletisme-26-juin.pdf>

Liens pertinents :

<http://www.parasportsquebec.com/accueil.php?L=fr&N=1667>

Personne contact :

Karine Côté

Coordonnées :

info@parasportsquebec.com
www.parasportsquebec.com
514-252-3108