

Guide de relance de l'accompagnement de personnes handicapées en loisir
en situation de COVID-19

Mise à jour : 15 septembre

Équipe de rédaction

Alexandra Gilbert, agente de projets, Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Marc St-Onge, directeur général, Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Frédéric Simon, stagiaire, Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Collaboration

Les instances régionales pour le loisir des personnes handicapées

Sylvain Manseau, Office des personnes handicapées du Québec

Francis Ménard, Directeur général, Parasports Québec

Guy Demers, Fédération québécoise des centres communautaires de loisirs

Remerciements

Ministère de l'Éducation et l'Enseignement supérieur

Direction générale de la santé publique

Révision linguistique

Denis Poulet

Graphisme

Michel Lamothe

Table des matières

Introduction	1
Définitions	2
Personnes handicapées	2
Accompagnement	2
Accompagnateur et accompagnatrice	3
Activités de loisir et répit	3
Expérience inclusive de loisir	4
Accommodement	5
Mesures d'hygiène, de sécurité et d'intégrité	6
Rappel des consignes et mesures	6
Direction générale de la santé publique	6
CNESST	19
Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse	19
Transport	19
Transfert de la personne	20
Pistes d'application en accompagnement pour une pratique inclusive de loisir	21
Carte accompagnement loisir	21
Clientèles à risque	21
Formation	21
Soutien financier	22
Rôle-conseil	22
Comment pratiquer des activités de loisir : adaptations et processus d'adaptation	22
Programmation inclusive	23
Variables sur lesquelles agir	23
Pistes pour l'organisation d'une activité de loisir pour une personne handicapée en contexte de COVID-19	26
Étude de cas	28
Vélo tandem	28
Randonnée pédestre	29
Visite au musée	30

Introduction

La reprise progressive des activités de sport, de loisir et de plein air en contexte de COVID-19 fait partie des défis importants en matière de gestion et d'application de mesures d'hygiène et de sécurité chez les personnes handicapées et leurs accompagnateurs ou accompagnatrices.

De nombreux acteurs sont engagés dans le quotidien pour composer avec les directives de la Direction générale de la santé publique (DGSP), de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST), de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ) et du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. Ils font preuve de créativité et de résilience exemplaire et sont empreints de ce souci de préserver l'intégrité et l'autonomie des personnes vulnérables.

Les accompagnateurs et accompagnatrices sont nécessaires pour soutenir l'accessibilité à une pratique de loisir pour un très grand nombre de personnes handicapées¹. Ce sont des acteurs de proximité physique et sociale, et l'importance de les outiller en matière de mesures d'hygiène et de sécurité spécifiques au loisir s'avère essentielle à l'accessibilité et la continuité à long terme de la pratique d'activités de sport, de loisir et de plein air.

Ce guide est destiné aux gestionnaires et intervenants œuvrant en sport, loisir et plein air. Il vise à leur faciliter la tâche pour assurer une accessibilité équitable, exempte de formes de discrimination à l'égard des personnes handicapées, dans l'application des mesures d'hygiène et de sécurité caractéristiques de la COVID-19. Ce guide peut aussi être utile aux proches des personnes handicapées, à ces personnes elles-mêmes, ainsi qu'aux bénévoles et aux autres ressources humaines concernées par l'accompagnement.

Pour opérationnaliser l'accompagnement des personnes handicapées dans leur pratique inclusive de loisir en contexte de COVID-19, ce guide s'articule en trois parties. La première présente des définitions permettant à tous les utilisateurs du guide d'avoir une compréhension commune des principaux termes employés. La seconde présente de façon concrète les consignes et mesures émises par la DGSP, la CNESST et la CDPDJ. Finalement, la troisième partie présente des pistes d'application et des outils de nature à faciliter la gestion de l'accompagnement en situation de COVID-19.

Comme l'évolution des consignes et mesures de santé publique en contexte de COVID-19 se poursuit, ce guide est sujet à des modifications qui tiendront compte des mises à jour et orientations provenant des principaux acteurs.

Au Québec, 16 % des personnes âgées de 15 ans et plus ont une incapacité. Une proportion de 10 % des Québécois et des Québécoises de 15 ans et plus ont une incapacité allant de modérée à très sévère, représentant environ 640 000 personnes. Ce qui constitue trop souvent une entrave à la pratique d'activités physiques, de sports et de loisirs (Statistique Canada, Enquête canadienne sur l'incapacité, 2017 – Les Canadiens ayant une incapacité : un profil de la démographie, de l'emploi et du revenu, 2017, [<https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/181128/dq181128a-fra.htm>] (Consulté le 31 juillet 2019)).

Une personne sur trois présentant une incapacité physique ou intellectuelle a besoin d'aide pour participer à de telles activités. La proportion s'élève à 50 % en cas d'incapacité modérée et à 90 % en cas d'incapacité grave (Institut de la statistique du Québec, 2013, Enquête québécoise sur les limitations d'activités, les maladies chroniques et le vieillissement 2010-2011 – Utilisation des services de santé et des services sociaux des personnes avec incapacité, Gouvernement du Québec).

Définitions

Personnes handicapées

Définition simplifiée :

Pour être considéré comme une personne handicapée, on doit :

- Avoir un handicap : une déficience, une incapacité
- Avoir ce handicap à long terme
- Rencontrer des difficultés à réaliser des activités de tous les jours

Pour une définition officielle, référez-vous à l'[Office des personnes handicapées du Québec](#).

Accompagnement

Ces activités [sportives, de loisir et de plein air] peuvent également être pratiquées par des personnes handicapées, même si cela nécessite un accompagnement. Il est proposé que l'accompagnateur soit une personne qui habite sous le même toit. Sinon, il est recommandé que la personne handicapée accompagnée détienne sa [Carte accompagnement loisir \(CAL\)](#) comme preuve du besoin. D'ailleurs, la CAL accorde la gratuité d'entrée à l'accompagnateur d'une personne handicapée dans les organisations de loisir, culturelles et touristiques partenaires. Dans ce cas, si la règle de distanciation n'est pas respectée, l'accompagnateur doit porter l'équipement de protection individuel (EPI).

Gouvernement du Québec (2020)

Même en contexte de COVID-19, l'accompagnement permet, en se centrant sur la personne accompagnée et en favorisant la participation pleine et entière à des activités de loisir, de fournir des opportunités de développement : aptitudes, autonomie, etc. S'ajoute donc la notion d'autonomisation, à savoir mettre en valeur le pouvoir d'agir et les potentiels de la personne handicapée. L'accompagnement, au quotidien, permet à la personne de faire différents choix en fonction de ses besoins et intérêts (activité, modalité de pratique, etc.) ce qui favorise la découverte de potentiels et d'opportunités de loisir. L'accompagnement est aussi un travail d'équipe entre une multitude d'acteurs, dont les proches et, surtout, la personne handicapée elle-même qui, en collaborant, permet l'atteinte d'une expérience inclusive de loisir.

Accompagnateur et accompagnatrice

Il est d'abord question d'une relation d'accompagnement notamment parce que le rôle de l'accompagnateur ou l'accompagnatrice se situe dans une dimension humaine. L'accompagnateur ou l'accompagnatrice est un moyen mis en place afin de soutenir une personne handicapée pour qu'elle puisse participer pleinement et entièrement, dans ce cas-ci, à des activités de loisir, tout en respectant son autonomie. L'accompagnateur ou l'accompagnatrice, dans son rôle d'agent d'intégration, s'inscrit dans l'atteinte d'une expérience significative et inclusive.

Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées (2020)

Activités de loisir et répit

Répit

Les services de répit procurent **aux familles et aux proches un temps de détente** afin de compenser le stress et la fatigue supplémentaires occasionnés par les besoins particuliers d'un enfant ou d'un adulte ayant une incapacité.

Ils peuvent être offerts à **domicile**, la personne ayant une incapacité est alors prise en charge par une autre personne dans son milieu naturel, cette dernière assurant une relève. Ils peuvent aussi être offerts à **l'extérieur du domicile**, ils prennent alors la forme d'un hébergement temporaire ou encore d'un séjour dans une ressource qui offre ce service. Ces services sont généralement planifiés. Les besoins de services de répit, soit des moments durant lesquels le parent peut se reposer et se ressourcer en l'absence de la personne handicapée. Les moyens permettant aux familles de s'accorder ce temps de répit peuvent prendre différentes formes.

- La personne handicapée peut être accueillie durant **quelques heures ou quelques jours** dans un organisme externe.
- Une personne peut assurer la **garde** de la personne handicapée à domicile en l'absence des parents.
- La personne handicapée peut être inscrite à un **camp de jour** ou à un **camp de vacances** en période estivale.
- La famille peut également faire coïncider leurs besoins de répit avec les **périodes de loisir organisées** de la personne.

Office des personnes handicapées du Québec (2018)

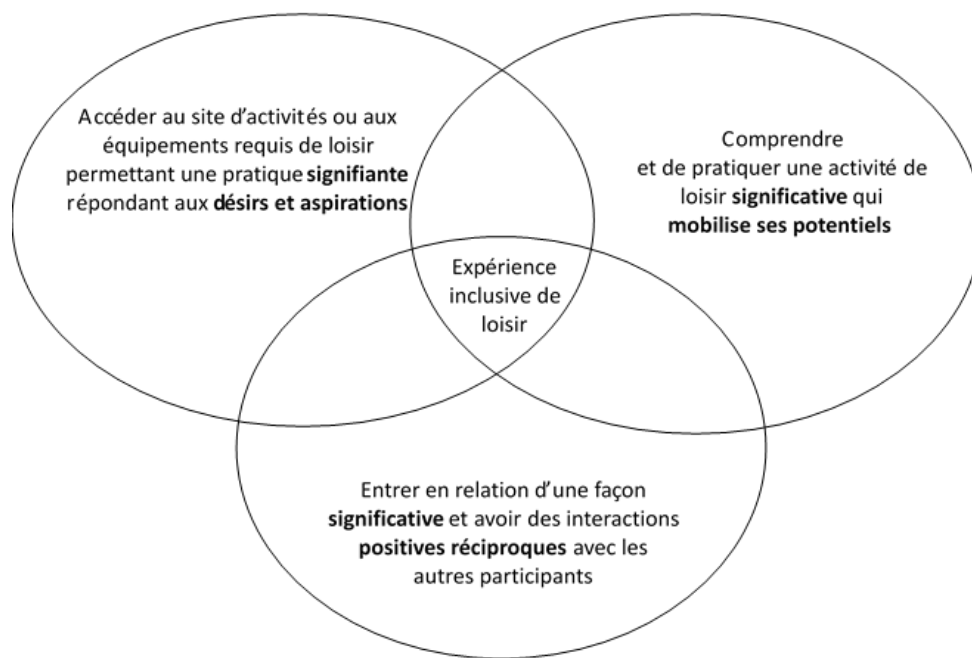
Ainsi, la personne handicapée profite d'une activité de loisir et c'est plutôt aux proches qu'est offert le répit. L'expérience vécue dans l'activité de loisir et le plaisir ressenti apportent des bienfaits à la personne handicapée. Celle-ci peut être engagée dans des activités de différentes natures : adaptées dans des lieux spécialisés, adaptées dans la communauté, accompagnées, avec soutien aux animateurs ou en toute liberté.

Dans la situation actuelle, où différentes mesures s'appliquent à des contextes d'organisation de loisir variés, il importe de bien circonscrire dans lequel de ces contextes l'accompagnateur et l'accompagnatrice sera amené à intervenir. L'accompagnement offert dans le cadre d'une activité de loisir ne doit pas se substituer aux services offerts par d'autres acteurs de différents milieux : santé, scolaire, institutionnel, etc. Il convient plutôt de travailler en complémentarité et en continuité.

Expérience inclusive de loisir

L'expérience inclusive de loisir résulte de l'interaction entre 1) l'accès aux espaces et équipements appropriés requis pour permettre une pratique de loisir **signifiante** répondant aux désirs et aspirations de la personne, 2) une qualité de mise en relation **significative** et 3) des interactions positives avec les autres participants et l'engagement dans une activité **significative**, adaptée aux capacités de la personne et qui lui permet de mettre à profit son plein potentiel.

Observatoire québécois du loisir (2015), Bulletin, vol 12, no. 11



Carbonneau, Cantin, St-Onge (2015)

Même en temps de COVID-19, le rôle de l'accompagnateur et l'accompagnatrice reste de favoriser la mise en œuvre de ces conditions pour que la personne accompagnée atteigne une expérience inclusive de loisir.

Accommodement

Tout accommodement vise à mettre en œuvre des solutions pour mettre en valeur les potentialités de la personne handicapée, lui permettant notamment d'avoir accès à des lieux et à des équipements ainsi qu'à des relations significatives.

L'accommodement, fait en fonction des besoins de la personne, peut donc prendre diverses formes : aménagement physique, mise à disposition d'équipement, accompagnement, etc.

Comme la situation actuelle amène un lot de défis pour les gestionnaires, il importe de prendre en considération que les principes de la Charte des droits et libertés de la personne s'appliquent malgré tout.

Mesures d'hygiène, de sécurité et d'intégrité

Rappel des consignes et mesures

Direction générale de la santé publique

Qu'est-ce que la COVID-19 ?

La COVID-19 est une maladie respiratoire causée par le nouveau coronavirus, également appelé SARS-CoV-2.

Quels sont les symptômes de la COVID-19 ?

Les principaux symptômes sont la fièvre ou la toux (récente ou aggravée) ou des difficultés à respirer ou la perte soudaine de l'odorat sans obstruction nasale, accompagnée ou non d'une perte de goût. D'autres symptômes peuvent aussi apparaître : mal de gorge, mal de tête, douleur musculaire, fatigue intense, perte importante de l'appétit et diarrhée. Dans les cas plus graves, on peut observer un essoufflement important et des douleurs à la poitrine. La maladie peut aussi entraîner le décès, particulièrement chez les personnes âgées, immunosupprimées ou souffrant de maladies chroniques.

Comment se transmet l'infection respiratoire ?

Elle se transmet principalement d'une personne à une autre par le contact avec les gouttelettes qui sont projetées dans l'air quand une personne infectée parle, tousse ou éternue. Elle peut aussi se propager par des mains infectées portées à la bouche, au nez ou aux yeux après avoir eu un contact avec une personne ou une surface infectée. La transmission par contact indirect (ex. : objets contaminés) est possible, mais ne représente pas le mode de transmission principal. On ne peut exclure que le virus soit transmis par les selles.

CONSIGNES SPÉCIFIQUES

S'ASSURER DE RESPECTER LES CONSIGNES SANITAIRES	
MESURES	PISTES D'APPLICATION
<p>Les personnes qui présentent des symptômes de la COVID-19, qui sont en attente de résultat ou qui ont reçu un résultat positif doivent respecter les consignes d'isolement. Elles ne doivent pas participer aux activités.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Demander aux employés et aux participants ou leurs proches, à l'accueil, comment ils se sentent, s'ils éprouvent des symptômes. ✦ Mettez en ligne un questionnaire que les participants pourront remplir avant leur activité. ✦ Pour les employés, ajouter la procédure à suivre dans le contrat de travail, l'offre de service, etc. <p>Rendre accessible :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trousse CNESST • Guide autosoins
<p>Un protocole doit être établi pour la prise en charge de personnes qui développeraient des symptômes sur les lieux (participants, employés ou accompagnateur). Ce protocole est connu des personnes responsables.</p> <p>Les aspects suivants doivent être respectés peu importe la personne développant les symptômes :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Isolement de la personne dans une pièce fermée (si elle se trouve à l'intérieur) jusqu'au retour vers le domicile. ○ Départ le plus rapidement possible vers le domicile. ○ Port d'un masque de procédure. ○ Si c'est un accompagnateur qui développe des symptômes, prévoir un remplaçant pour assurer la supervision. ○ Appel au 1 877 644 4545 et respect des consignes transmises. 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Préparer un plan pour assurer le service à la personne handicapée ou pour qu'elle ait une option alternative. Par exemple, prévoir une ressource supplémentaire ou conclure une entente avec un organisme qui offre le même genre d'activité pour qu'il puisse accueillir la personne handicapée. ✦ Tenir un registre des contacts. Par exemple, l'accompagnateur ou l'accompagnatrice remplit un bilan d'activité et indique les contacts et le matériel utilisé. ✦ L'accompagnateur ou l'accompagnatrice devrait toujours être la même personne. ✦ Informer la personne et ses proches sur les procédures en cas de contamination de l'accompagnateur ou l'accompagnatrice ou d'un membre du personnel.

REHAUSSER LES MESURES DE PRÉVENTION ET DE CONTRÔLE DES INFECTIONS		
MESURES	PISTES D'APPLICATION	
<p>Appliquer rigoureusement les mesures d'hygiène des mains :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Se laver souvent les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes. Le lavage des mains doit se faire au minimum : à l'arrivée et au départ, avant et après chaque activité, avant et après être allé à la toilette, avant et après les collations et les repas, à tout moment pertinent (ex : quand les mains sont souillées) et fréquemment entre cela. ○ Utiliser une solution hydroalcoolique (60 % ou plus) s'il n'y a pas d'accès à de l'eau et à du savon ou si le type d'intervention le privilégie. ○ Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec les mains. 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Prévoir, aux endroits stratégiques comme l'entrée et la sortie, des espaces qui répondent aux besoins de tous. Par exemple, dans une station de lavage des mains sur pied, il y aura un espace de dégagement suffisant pour les personnes utilisant des aides techniques. ✦ Prévoir aussi des repères visuels. <ul style="list-style-type: none"> • Les défis d'accessibilité des mesures sanitaires ✦ S'assurer de la disponibilité du matériel nécessaire notamment : eau courante, savon, solutions hydroalcooliques, poubelles sans contact, papiers ou serviettes jetables, etc. : <ul style="list-style-type: none"> • Conclure des ententes avec des distributeurs locaux • Conclure des ententes avec des organismes locaux pour un achat commun ✦ Informer les participants des mesures à privilégier. ✦ Prévoir la mise en place de moyens de communication adaptés aux besoins et aux participants : gros caractère, repère visuel, image, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Installer des repères visuels faisant la promotion de l'hygiène des mains, de l'étiquette respiratoire et de la distanciation physique à des endroits stratégiques : <ul style="list-style-type: none"> • Affiches • Guides ✦ Penser à des stratégies pour favoriser l'acquisition des gestes adéquats : <ul style="list-style-type: none"> • Jeu • Explication vidéo

<p>Appliquer rigoureusement l'étiquette respiratoire :</p> <ul style="list-style-type: none">○ Se couvrir la bouche et le nez lorsque l'on tousse ou éternue, utiliser des mouchoirs ou son coude replié, et se laver ensuite les mains.○ Utiliser des mouchoirs à usage unique.○ Jeter immédiatement les mouchoirs utilisés à la poubelle.○ Utiliser des poubelles sans contact.	<ul style="list-style-type: none">✿ Inclure cette mesure dans la formation du personnel.✿ Informer les participants des mesures à privilégier.	
---	---	--

Nettoyer et désinfecter plusieurs fois par jour les objets/surfaces touchés fréquemment (poignées de porte, robinets, interrupteurs, rampes d'escalier, toilettes, etc.).

- L'équipement utilisé pour la participation aux activités (balles, casque, etc.) doit être nettoyé et désinfecté souvent.
- Chaque participant devrait utiliser son propre équipement dans la mesure du possible. Si ce n'est pas possible, il devrait être changé régulièrement durant l'activité et lavé avec de l'eau chaude et du savon ou un produit désinfectant efficace entre les activités (par ex. : ballons).
- Les aides techniques utilisés par les participants (fauteuil roulant, canne, etc.) doivent être nettoyés et désinfectés souvent.
- La fréquence de nettoyage et de désinfection des installations sanitaires et des salles d'habillage est augmentée et ajustée en fonction de l'achalandage.
- Il est recommandé que ce soit une seule personne attitrée à chaque tâche, pour éviter d'être à moins de 2m et d'être plus qu'une personne à manipuler le même objet.
- S'assurer de bien désinfecter les pièces et les aires d'activités qui ont été utilisées après le départ de chaque participant.
- Nettoyer dès qu'il y a des souillures (ex. : crachats, fluides corporels, etc.) sur les surfaces et les objets contaminés et désinfecter par la suite.
- Si l'activité se déroule à l'intérieur, les espaces sont désinfectés et aérés après chaque activité. Des horaires sont prévus pour effectuer la désinfection complète, lorsque requis, selon le type d'activité.

- ✦ Pour plus d'informations, consulter [COVID-19 : Nettoyage de surface](#).
- ✦ La fréquence de nettoyage et de désinfection des installations est augmentée et ajustée en fonction de l'achalandage.
- ✦ S'assurer de la disponibilité du matériel nécessaire :
 - Conclure des ententes avec des distributeurs locaux
 - Conclure des ententes avec des organismes locaux pour un achat commun
- ✦ Prévoir une ressource qui sera affectée à cette responsabilité.
- ✦ Produire une liste de contrôle spécifique à votre milieu pour encadrer le personnel responsable de la désinfection. Ex : Désinfecter le canot et les pagaies, prévoir des vestes de flottaisons individuelles différentes, etc.
- ✦ Des blocs d'activités espacés (horaires décalés) peuvent être prévus. Ces horaires décalés laissent assez de temps pour un nettoyage entre les groupes de participants par le personnel, lorsque l'activité le requiert.

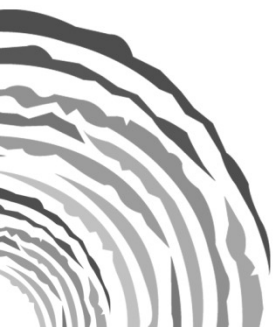
- La ventilation doit permettre une bonne circulation de l'air. Le bon fonctionnement et l'entretien des systèmes de ventilation, en fonction des exigences réglementaires selon le type d'établissement sont essentiels. Il faut éviter que des jets d'air soient propulsés directement sur des personnes.
- Les aires de repas et les blocs sanitaires doivent être nettoyés et désinfectés après chaque utilisation.
- Étant donné qu'il est difficile d'éviter de porter les mains au visage ou à la bouche, en particulier lors d'un repas, il est recommandé que les objets ou les équipements partagés comme les tables et les chaises soient désinfectés entre chaque utilisation. Un temps de désinfection doit être prévu entre chaque période de repas.
- Les aires de repas sont nettoyées après chaque utilisation et désinfectée chaque jour (ex. : poignée de réfrigérateur, dossiers des chaises, micro-ondes). Les surfaces fréquemment touchées (comptoirs, poignées de porte, etc.) sont nettoyées plusieurs fois par jour, minimalement à chaque quart de travail.

FAVORISER LES MESURES DE DISTANCIATION PHYSIQUE

Pour éviter que les milieux qui offrent des activités aux personnes handicapées ne deviennent des lieux de propagation ou des foyers d'éclosion, respecter l'ensemble des consignes suivantes

MESURES	PISTES D'APPLICATION
<p>Maintenir dans la mesure du possible une distance de 2 mètres entre les personnes, autrement prévoir l'équipement de protection individuelle (EPI), soit le masque de procédure et des lunettes de protection.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Changer le masque de procédure s'il est mouillé ou souillé et à la fin de l'activité, en prenant soin de bien se laver les mains avant de le retirer et après l'avoir retiré. ○ Prendre un nouveau masque à chaque nouvelle journée. Laver et désinfecter les lunettes de protection après usage. Pour le port prolongé ou la réutilisation du masque et pour connaître et appliquer les bonnes pratiques consultez le document COVID-19 : Mesures exceptionnelles pour les équipements de protection individuelle lors de pandémie. ○ Soulignons que les personnes de 16 et moins peuvent maintenir une distance de 1 mètre entre elles. 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Le port de l'EPI peut générer de l'anxiété, chez le participant ou le personnel. Mettre en place des stratégies pour favoriser la familiarisation avec l'équipement et former adéquatement les participants afin de les rassurer. <ul style="list-style-type: none"> • Photo de l'accompagnateur ou l'accompagnatrice pour que le participant voie la personne sans EPI • Procédure pour mettre un masque • Procédure d'hygiène des mains • Scénario imagé • Bande dessinée ✦ Pour assurer le respect de la distanciation physique de 2 mètres, des cloisons pleines peuvent être installées à certains endroits ou entre les équipements.
<p>Comme par le passé, tel que prescrit par la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse, les ratios (1/1, 1/2, 1/3, etc.) doivent être évalués en fonction de l'évaluation de l'accommodement raisonnable pour chaque participant ET en fonction des mesures de sécurité et d'hygiène préconisées par la DSP et la CNESST</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Évaluer les besoins du participant en fonction des tâches qui nécessiteront des mesures adaptées : <ul style="list-style-type: none"> • Grille d'analyse des besoins en contexte de covid-19 - à l'usage des accompagnateurs des camps de jour

<p>Des activités de groupe intérieures et extérieures sont possibles si la distanciation de 2 mètres est respectée en tout temps par les participants et les accompagnateurs et accompagnatrices, et que les règles d'hygiène des mains et d'hygiène respiratoire sont rigoureusement appliquées.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Le nombre de participants, d'accompagnateurs et de membres du personnel présents est limité afin de permettre la distanciation physique de 2 mètres durant l'activité, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. ○ Les activités pratiquées en groupe se déroulent en alternance pour limiter le nombre de participants dans un même espace. Le nombre de participants par groupe doit permettre la distanciation physique de 2 mètres. Ces groupes doivent être composés des mêmes participants le plus possible. 	<p>✿ Adapter les activités.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches d'activité • Processus d'adaptation
<p>Planifier les déplacements à l'intérieur des milieux afin que les participants et le personnel ne se croisent pas dans les corridors ou dans les locaux.</p>	<p>✿ Installer des repères visuels au sol pour identifier les couloirs de circulation, par exemple, à l'aide de ruban de couleur contrastant, de cône ou de paravent.</p> <p>✿ Prendre en considération les espaces de manœuvre nécessaires pour les personnes utilisant des aides techniques dans la compartimentation de l'espace.</p>



Ce document a été préparé par l'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées des Laurentides en collaboration avec l'Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées.

Les recommandations ci-dessous sont destinées au personnel aquatique (personnel d'entraînement, moniteurs de natation) travaillant avec des personnes en situation de handicap et leur famille dans le but de maintenir une offre de service de qualité et de promouvoir de saines habitudes de vie chez les personnes handicapées et les personnes en situation de handicap.

Les informations qui se retrouvent dans ce document sont tirées d'informations et d'outils de l'institut national de la santé publique du Québec (INSPQ), et du plan de relance de la Fédération de natation du Québec. Un contact avec le ministère de la santé et des services sociaux a également été fait dans le but d'arrimer les recommandations avec la situation actuelle.

En outre, ces recommandations font suite à celles du [Guide de relance de l'accompagnement de personnes handicapées en loisir en situation de COVID-19](#), produit par l'AQLPH et approuvé par la Direction générale de la santé publique.

Mesures d'hygiène	
<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>Laver les mains en entrant et en sortant de la piscine avec de l'eau et du savon pendant 20 secondes.</p> <p>Prendre une douche savonneuse avant d'entrer dans la piscine et après le cours, si cela est possible. Cela peut également être fait à la maison.</p> <p>Désinfecter les produits touchés par les participants après chaque utilisation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • S'assurer de l'accès à un lavabo, des bouteilles de gel hydroalcoolique et à des boîtes de mouchoirs près de la piscine. • Avoir une trousse de désinfection pour chaque moniteur de natation (linges microfibres, produits désinfectants, gel hydroalcoolique, etc.). • Avoir des affiches explicatives visuelles pour le lavage des mains. • Prendre un moment lors du premier cours afin de présenter les lieux pour prendre la douche et pour se laver les mains à tous les participants.
Étiquette respiratoire	
<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>Respecter les règles reliées à l'étiquette respiratoire :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ne pas toucher son visage ou celui de quelqu'un d'autre. Se laver les mains avec du savon pendant au moins 20 secondes si cela se produit. ○ Se couvrir la bouche et le nez lorsque l'on tousse ou éternue avec son coude ou avec un mouchoir, et se laver ensuite les mains. ○ Utiliser des mouchoirs à usage unique. ○ Jeter immédiatement les mouchoirs utilisés à la poubelle et se laver les mains par la suite. ○ Utiliser des poubelles sans contact. 	<ul style="list-style-type: none"> • Avoir un code de vie simple et imagé expliquant les règles pour chaque moniteur et en faire la lecture avec le participant au début de chaque cours. Faire des rappels au besoin. • Prévoir plusieurs boîtes de mouchoirs et de bouteilles de gel hydroalcoolique et les disposer à proximité de la piscine. • Indiquer aux participants où sont situés les mouchoirs et les bouteilles de gel hydroalcoolique.

Distanciation physique	
<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>La distanciation physique (2 mètres) doit être maintenue en tout temps entre les nageurs. Cependant, des contacts accidentels, courts et sporadiques, inhérents au sport pratiqué sont permis.</p> <p>Si le participant n'est pas en mesure de nager seul, former une dyade accompagnateur-participant:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Il est recommandé que l'accompagnateur soit un membre de la famille. Si ce n'est pas possible, des mesures d'hygiène rigoureuses doivent être mises en place (ex. : port de l'équipement de protection individuel). Il est proposé que la personne en situation de handicap détienne sa carte d'accompagnement loisir comme preuve du besoin². ○ Sous la supervision du personnel aquatique, l'accompagnateur peut faire les manipulations nécessaires pour veiller à la sécurité du participant et à favoriser son apprentissage tout en respectant son autonomie. ○ Les dyades doivent se maintenir dans le temps (il est recommandé avoir toujours le même accompagnateur et le même moniteur). ○ Les dyades doivent respecter les consignes sanitaires avant, pendant et après les activités. <p>Maintenir une distance de 2 mètres entre les groupes (ex. : dyade participant-accompagnateur et moniteur de natation) en tout temps.</p> <p>Les nageurs doivent arriver déjà habillés (maillot de bain) et doivent mettre leurs effets personnels dans un sac fermé et identifié afin de respecter la distanciation.</p> <p>Les regroupements sur le bord de la piscine, dans la piscine et aux extrémités ne sont pas permis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Évaluer le nombre de corridors accessibles et les ratios moniteurs-participants (6-8 nageurs par corridor de 25 m lors des entraînements). ● Avoir des indications visuelles sur le sol pour indiquer le chemin à suivre. ● Si cela est possible, le moniteur peut rester à l'extérieur de l'eau. ● Proposer des parties de cours à l'extérieur de l'eau pour faciliter la distanciation physique (ex. : échauffement à sec). ● Demander aux parents d'arriver 10 minutes avant le cours. ● Demander aux nageurs de quitter la piscine rapidement à la fin du cours. ● Planifier un espace de pause respectant la distanciation sociale pour les nageurs. ● Filmer le fonctionnement pour accéder à la piscine et l'envoyer aux participants.

Minimisation des contacts et du partage de matériel	
<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>L'accès aux blocs sanitaires (ex. : vestiaires, toilettes) et à d'autres bâtiments de services sera réduit au minimum.</p> <p>Tous les équipements utilisés doivent être désinfectés entre chaque participant.</p> <p>Le partage d'équipements d'entraînement et de matériel personnel autant pour les athlètes que le personnel n'est pas recommandé.</p> <p>Limiter les équipements personnels à apporter au strict minimum (ex.: bouteille d'eau et serviette).</p> <p>Les documents électroniques sont privilégiés, c'est-à-dire que les échanges et l'utilisation de papier doivent être limités au maximum.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si la personne a besoin d'un outil pour l'aider à bien participer à l'activité, le mettre dans un bac identifié à son nom et le désinfecter avant et après le cours. • Apporter du matériel de la maison quand cela est permis par le milieu aquatique. • Demander aux parents d'apporter un jeu pour occuper la personne et lui permettre d'avoir des moments ludiques entre les ateliers. • Demander aux moniteurs d'adapter leur planification en fonction de la diminution d'accès au matériel de jeux. Sans diminuer la durée du cours afin que la personne handicapée retire un maximum de bénéfices au niveau de sa santé physique. <ul style="list-style-type: none"> ○ Planification d'ateliers et de périodes de jeux sans matériel;
Port d'équipement de protection individuel (EPI)	
<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>Le port du masque de procédure en tout temps dans les locaux du milieu aquatique intérieur (vestiaire, accueil, toilettes, couloirs, déplacement hors piscine, etc.) est obligatoire pour les personnes âgées de 10 ans et plus (participants, personnels, etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Le masque doit être changé dès qu'il devient humide ou souillé. ○ Le port du masque de procédure n'est pas recommandé dans la piscine, car le masque peut gêner la respiration lorsque mouillé et est efficace seulement lorsqu'il est sec. ○ S'il n'est pas possible pour le personnel (accompagnateur, personnel d'entraînement, moniteur de natation, etc.) de respecter une distanciation physique de 2 mètres et qu'il y a un contact direct avec les participants ou les autres membres du personnel plus de 15 minutes cumulatives par jour (manipulation, soutien, sécurité, etc.) le port d'une visière couvrant le visage jusqu'au menton peut être accepté, en dernier recours considérant que le port d'un masque et d'une protection oculaire demeure la recommandation première³. <p>Désinfecter le matériel de protection avant et après la baignade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • S'assurer d'avoir des masques de procédures et des protections oculaires (lunettes de protection et visières) pour tout le personnel (moniteur, accompagnateur, etc.). • S'assurer d'avoir du matériel désinfectant pour les protections oculaires. • Pour certains participants en situation de handicap, le port d'EPI peut générer de l'inconfort et/ou de l'anxiété. Voici des éléments à mettre en place : <ul style="list-style-type: none"> ○ Prendre un moment pour mettre l'équipement tous ensemble; ○ Avoir un scénario social visuel pour expliquer les raisons du port du masque; ○ Avoir une photo du personnel aquatique avec et sans l'équipement de protection; ○ Avoir une séquence visuelle pour expliquer comment mettre l'équipement de protection.

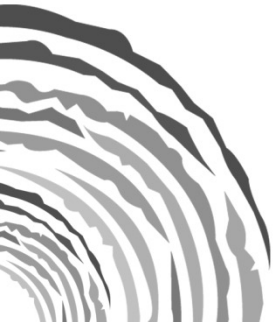
Hiérarchie des mesures de contrôle en milieu de travail :

<https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/3022-hierarchie-mesures-contrôle-milieus-travail-covid19.pdf>

Éviter les risques de contamination à la COVID-19

<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>Faire compléter un formulaire de consentement et de reconnaissance de risques aux employés, aux accompagnateurs et aux participants (parents ou tuteurs si la personne n'a pas l'âge requis ou si elle est considérée inapte par des instances légales).</p> <p>Tenir un registre de présences avec les noms et les coordonnées de chaque personne présente aux cours de natation.</p> <p>Les employés, accompagnateurs et participants ne peuvent pas assister aux cours s'ils présentent des symptômes.</p> <p>Avant chaque cours, un questionnaire sur la présence de symptômes de la COVID-19 doit être complété par le participant ou le parent de la personne handicapée, son accompagnateur et les employés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Produire un formulaire de consentement et le faire parvenir aux familles lors de l'inscription des participants. Les personnes doivent être informées que la pratique comporte de plus grands risques de transmettre ou de contracter la COVID-19 en raison de la proximité entre les deux personnes et de l'impossibilité de porter un masque ou un couvre-visage. De plus, les participants doivent avoir conscience que la nature des activités ne sera pas la même qu'à l'habitude; • Plusieurs modèles sont déjà existants et peuvent être adaptés au contexte de chacun (il y en a un qui est disponible dans le plan de relance de la fédération de natation du Québec). • Rédiger un registre avec les dyades accompagnateur-nageur (s'il y a lieu) et moniteur de natation et noter les présences à chaque cours. • Valider la présence de symptômes chez toutes les personnes présentes avec un document (utiliser un logiciel sans contact tel que <i>Google formulaire</i>). Si le formulaire n'est pas rempli, le participant ne pourra pas se présenter au cours. • Éléments à inclure dans le formulaire d'autodéclaration : <ol style="list-style-type: none"> 1. Est-ce que je présente l'un des symptômes suivants ? <ol style="list-style-type: none"> a. Fièvre b. Frissons ou tremblements c. Apparition ou l'aggravation d'une toux d. Difficulté à respirer – essoufflement e. Perte subite de l'odorat f. Perte de goût g. Mal de gorge h. Mal de tête i. Douleurs musculaires anormales j. Douleurs thoraciques k. Fatigue intense l. Perte importante de l'appétit m. Diarrhée maladie gastro-intestinale 2. Ai-je été en contact avec une personne atteinte de covid-19 ou l'ai-je soignée dans les 10 derniers jours ? 3. Suis-je revenu d'un voyage à l'étranger au cours des 10 derniers jours ?

Actions à faire si un participant présente des symptômes	
<i>Recommandations</i>	<i>Pistes d'application</i>
<p>Porter un masque de procédure, une protection oculaire, des gants et un survêtement de protection et faire porter un masque de procédure au participant (pas de couvre-visage).</p> <p>Diriger la personne vers une salle d'isolement.</p> <p>Limiter les contacts avec la personne.</p> <p>Appeler au numéro info-COVID et suivre les directives de la santé publique.</p> <p>Contacteur la personne responsable du participant.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Prévoir une salle d'isolement sur les lieux avec tout le matériel de protection nécessaire à proximité (survêtement, gants, protection oculaire, masques de procédure). • Afficher le protocole à suivre et le numéro à rejoindre à plusieurs endroits (dans le local des moniteurs, à l'entrée, dans les vestiaires, sur le bord de la piscine, etc.). • Avoir un cartable contenant les numéros des personnes à contacter en cas d'urgence de tous les participants en tout temps. • Si un usager est anxieux, car il ne sait pas ce qu'il va se passer s'il a des symptômes, lui montrer les lieux et les étapes à suivre.



CNESST

Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour le secteur des activités de loisir, de sport et de plein air – COVID-19

La Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail a produit un [guide des normes à respecter en contexte de loisir](#).

Nous vous invitons à porter une attention particulière aux mesures suivantes (les pages indiquées correspondent aux pages du guide de la CNESST) :

- Dans la mesure du possible, une distance minimale de 2 mètres entre les personnes doit être gardée au travail, de l'arrivée à la sortie ; Cette distance doit également être maintenue pendant les pauses et l'heure du dîner (p. 2)
- L'organisation de méthodes de travail et d'encadrement. (p. 3)
- Se laver souvent les mains avec de l'eau tiède et du savon ou avec une solution hydroalcoolique à au moins 60 % pendant au moins 20 secondes limite les risques de transmission dans le milieu de travail (p. 4)
- Respecter l'étiquette respiratoire (p. 4)
- Limiter le partage des accessoires, du matériel de jeu et de sport (ex. : raquette de tennis, bâton de golf, balle, vélo, casque), et du matériel de bureau (ex. : stylos, téléphone, tablettes, souris d'ordinateur) (p. 5)
- Augmenter la fréquence du nettoyage et de la désinfection journalière des surfaces fréquemment touchées des aires utilisées par les participants avec un produit de désinfection utilisé habituellement, selon la fréquentation des lieux et lorsqu'elles sont visiblement souillées. (p.5)

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

Dans toutes les activités offertes en contexte de loisir, le prestataire de service se doit de respecter la [Charte des droits et libertés de la personne](#). Ainsi, la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse a mis à votre disposition un [outil pour s'assurer que le processus d'évaluation de l'accommodement raisonnable soit suivi](#).

Transport

Différentes mesures s'appliquent selon les cas en matière de transport, tant pour le public en général que pour les personnes handicapées. Selon le contexte, il se peut que l'accompagnateur ou l'accompagnatrice ait à transporter la personne accompagnée.

La Direction générale de la santé publique a élaboré des [mesures à respecter quand on a recours à des services comme le taxi ou autres services de covoiturage](#) :

- Se **laver les mains** à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique à plus de 60 % idéalement après chaque client. Avoir à disposition dans le véhicule le matériel nécessaire (solutions hydroalcooliques, poubelles, mouchoirs jetables, serviettes ou papier jetable, etc.)
- Respecter et faire la promotion de l'étiquette respiratoire : tousser dans son coude replié, ou dans un mouchoir que l'on jette immédiatement après utilisation, puis se laver les mains dès que possible

- Entre le chauffeur et son (ou ses) passager(s) :
 - Installer si possible une [barrière physique](#) selon les consignes de la SAAQ entre les sièges avant et arrière
 - Favoriser la plus grande distance possible
 - Limiter le nombre de passagers par véhicule afin de respecter dans la mesure du possible la distance de 2 mètres
 - Interdire les passagers sur le siège avant
 - Éviter les contacts directs entre personnes (poignées de main, accolades)

- Appliquer des mesures de **nettoyage ET de désinfection** :
 - Nettoyer le tableau de bord, le volant et le bras de transmission avec des lingettes préimbibées ou une solution hydro alcoolique.
 - Désinfecter les surfaces fréquemment touchées par les passagers (ex. : poignée intérieure, poignée extérieure, intérieure de la portière, ceinture de sécurité, etc.), avec les produits habituels de désinfection autant que possible entre chaque passager. Le port de gants peut être approprié pour la désinfection pour protéger les mains de produits qui peuvent être irritants.

- Aérer l'habitacle le plus souvent possible, si la température le permet, et ne pas mettre la ventilation en mode recirculation d'air.

- Retirer les objets non essentiels (ex. : porte-gobelet, journaux, décorations) du véhicule.

Si l'utilisation du transport en commun est requis, le port du masque ou d'un couvre-visage est encouragé.

Transfert de la personne

En contexte d'accompagnement, pour répondre aux besoins des personnes handicapées, l'accompagnateur ou l'accompagnatrice peut être amené à procéder aux transferts de la personne handicapée, pour des soins d'hygiène ou pour l'utilisation d'équipement (canot, vélo, etc.).

Dans ce cas, le port de l'EPI est obligatoire pour l'accompagnateur ou l'accompagnatrice puisque la manœuvre nécessite d'être à moins de 2 mètres de la personne.

Principes généraux à respecter :

- Garder le dos droit
- Plier les genoux
- Forcer avec les membres inférieurs
- Avoir un bon appui des pieds au sol
- S'assurer d'avoir une bonne prise au niveau des mains
- Contracter les abdominaux

Recommandations

- Adapter son niveau d'assistance aux capacités du participant
- Laisser le plus d'autonomie possible à la personne
- Ne pas hésiter à demander conseil au participant, c'est lui l'expert de la situation
- Rester près du participant afin de pouvoir l'assister en cas de perte d'équilibre

Pistes d'application en accompagnement pour une pratique inclusive de loisir

Dans la situation actuelle, comment faire vivre à la personne handicapée une activité qui nécessite la proximité d'une autre personne à moins de 2 mètres ? Comment s'assurer de sa participation pleine et entière ?

Cette section présente différents outils qui se sont appliqués dans différents contextes de loisir et qui peuvent donc se généraliser dans vos différents milieux.

Carte accompagnement loisir

La Carte accompagnement loisir (CAL) permet à l'accompagnateur ou l'accompagnatrice d'une personne handicapée d'entrer gratuitement chez les organisations partenaires qui offrent des activités touristiques, culturelles ou de loisir.

- Cette carte est dorénavant offerte aux enfants de 5 ans et plus.
- La CAL remplace la Vignette d'accompagnement touristique et de loisir (VATL).
- La CAL est gratuite !

Pour obtenir de plus amples informations, visitez le www.carteloisir.ca

Pour des questions plus précises, vous pouvez téléphoner au 1 833 693-2253.

Clientèles à risque

Certaines personnes handicapées peuvent avoir des problématiques de santé ou des préjugés sur des caractéristiques personnelles peuvent entraîner des situations d'exclusion.

Ainsi, en appliquant le processus d'évaluation des accommodements raisonnables, à l'aide des outils ci-dessous et en adaptant les activités, vous serez en mesure de favoriser l'accès aux activités de loisir.

- [COVID-19 et personnes immunosupprimées](#)
- [Les populations vulnérables et la COVID-19](#)
- [Personnes susceptibles d'être gravement malades si elles contractent la COVID-19](#)
- [Personnes atteintes de maladies chroniques ou avec un système immunitaire affaibli dans le contexte de la COVID-19](#)

Formation

Il va de soi que les mesures supplémentaires et pour composer avec les nouveaux enjeux de santé et sécurité exigent que les accompagnateurs et accompagnatrices soient formés.

Cette formation devrait couvrir minimalement :

- L'utilisation de l'équipement de protection individuelle
- L'adaptation des activités
- L'encadrement des personnes handicapées dans les activités culturelles, sportives, de loisir et de plein air
- La prévention et la gestion des situations de désorganisation

Dans un souci d'autonomisation de la personne handicapée, vous pouvez aussi prévoir des stratégies d'apprentissages des comportements sécuritaires à adopter dans vos activités.

- [Formations obligatoires Mesures Covid-19 en camps de jour](#)
- [Certification en accompagnement camp de jour](#)
- [Formation interactive pour réduire les comportements problématiques](#)
- [Formation pour un plein air inclusif et sécuritaire](#)
- [Formation : COVID-19 et santé au travail](#)
- [Compétence culture](#)

Soutien financier

Voici un programme qui peut favoriser la participation des personnes handicapées à des activités de loisir : [Programme d'accompagnement](#)

Contactez votre [instance régionale pour le loisir des personnes handicapées](#) pour connaître les modalités applicables.

Rôle-conseil

Les organisations de loisir ont parfois recours à différents services de mentorat ou de rôle-conseil afin d'améliorer l'inclusion, les adaptations ou les aménagements. Suivant les règles en vigueur dans différents milieux, il se peut que ces services ne soient pas disponibles.

Cependant, dans d'autres milieux, la situation actuelle peut rendre possible la bonification de votre offre :

- Contactez votre [instance régionale pour le loisir des personnes handicapées](#) pour du soutien :
- Contactez l'[AQLPH](#) pour du soutien Vers une expérience inclusive en parc urbain :

Comment pratiquer des activités de loisir : adaptations et processus d'adaptation

Il vous faudra faire preuve de créativité pour pratiquer des activités en appliquant les différentes mesures. Cette section, vous initiera aux principes de la programmation inclusive. Il s'agit d'un processus que vous pourrez appliquer dans votre milieu.

Programmation inclusive

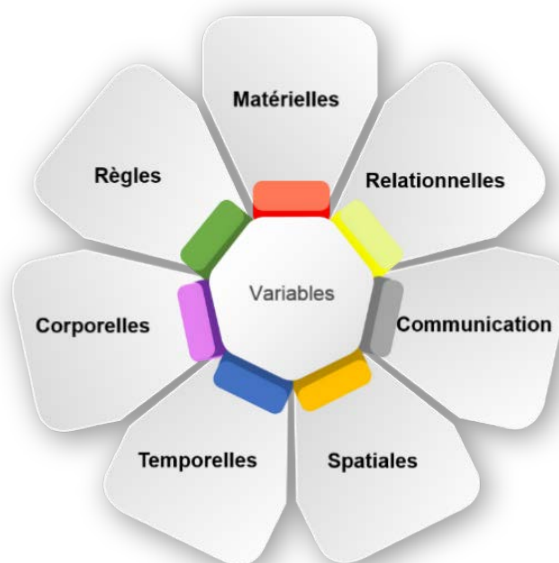
Quel est votre rôle en tant que gestionnaire en matière de programmation inclusive ? Quels sont les impacts de vos décisions pour les personnes handicapées ? Quelles stratégies vous permettront d’offrir une programmation inclusive ?

À titre de gestionnaire, il est important de savoir composer avec les exigences et les réalités du terrain, en s’appuyant sur les notions théoriques concernant l’expérience inclusive de loisir et les pratiques inspirantes qui en découlent. L’Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées vous présente les principes de mise en place d’une programmation inclusive en fonction du cadre théorique de l’expérience inclusive de loisir. En guidant, en outillant et en mettant l’accent sur l’ampleur de l’impact que vous pouvez avoir pour les personnes handicapées plutôt que sur l’ampleur de la tâche, nous espérons favoriser votre proactivité quant à la mise en place d’une programmation inclusive dans vos communautés. N’oubliez pas que vous êtes tous des agents multiplicateurs !

ÉLÉMENTS	DÉFINITION	À CONSIDÉRER
Environnement physique et matériel	<ul style="list-style-type: none"> Espace Matériel 	<ul style="list-style-type: none"> Choix du site d’activité (lieu optimal, plus propice au contrôle des risques associés à la COVID-19) Adaptations matérielles (trousse d’hygiène et de désinfection) Orientation sur et entre les sites d’activités (signalisation suffisante en matière d’accessibilité)
Modalités d’animation ou de fonctionnement	<ul style="list-style-type: none"> Explication Règles 	<ul style="list-style-type: none"> Planifier les périodes de déplacement et de transition (prendre en compte les besoins d’hygiène accrus) Modalités de communication (schémas, etc.) Variété d’activités (compétitive ou collaborative) (préserver les liens sociaux et la motivation des participants en contexte de COVID-19)
Environnement humain	<ul style="list-style-type: none"> Autres participants à l’activité 	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisation (encore plus en raison des risques associés à la COVID-19) Relations positives Modalités de pratique qui encourage la diversité
Personne	<ul style="list-style-type: none"> Besoins Forces Intérêts 	<ul style="list-style-type: none"> Aspirations (ne pas perdre de vue les désirs, aspirations et motivation des participants) Habitudes (grands besoins d’adaptation en raison du contexte de la COVID-19) Historique de pratique

Variables sur lesquelles agir

Plusieurs variables entrent en ligne de compte lorsque vient le temps d’adapter une activité et c’est sur celles-ci qu’il convient d’agir. Dans un objectif de programmation inclusive, on doit faire des adaptations en amont. Cependant, la réalité terrain fait en sorte qu’une activité peut nécessiter des ajustements de certaines variables.



Inspiré par Bernad, É., Chigot, X. 2015

1) Variables matérielles

L'adaptation des variables matérielles concerne notamment les modifications d'équipements ou les solutions de rechange quant à leur utilisation. Ces adaptations ont pour but de faciliter, pour les personnes ayant un besoin particulier, l'utilisation de l'équipement afin qu'elle puisse participer à l'activité.

En contexte de COVID-19, il convient de privilégier les activités qui nécessitent peu ou pas d'équipements. Dans le cas où des équipements sont nécessaires, il est conseillé d'utiliser du matériel qui peut être nettoyé et désinfecté plus facilement. Il faut éviter le partage d'équipement autant que possible. Si ce n'est pas possible, il devrait être changé régulièrement durant l'activité et lavé avec de l'eau chaude et du savon ou un produit désinfectant efficace entre les activités.

2) Variables spatiales

L'adaptation des variables spatiales concerne notamment l'environnement physique. Cela comprend le lieu, l'aire de jeu ou la pièce, ainsi que tout ce qui compose l'espace et son aménagement. Les stratégies en lien avec les variables spatiales sont aussi associées en partie aux modalités d'animation ou de fonctionnement.

Trouver l'environnement optimal avec des stations de lavage des mains disponibles est critique afin de respecter les mesures de distanciation physique de 2 mètres et de répondre aux besoins d'hygiène.

3) Variables temporelles

L'adaptation des variables temporelles concerne tout ce qui est relatif au temps. Les stratégies liées à cette variable sont surtout de l'ordre de la planification et de l'organisation et sont principalement associées aux modalités d'animation ou de fonctionnement.

En situation de pandémie, la planification prend davantage d'ampleur. Il faut notamment prévoir plus de temps pour le respect des consignes et des mesures d'hygiène.

4) Variables corporelles

Les adaptations des variables corporelles concernent le positionnement du corps et les mouvements. Ces stratégies sont liées à la personne. Il faut être à l'écoute de ses besoins.

La position du corps peut être adaptée de façon à diminuer les risques de transmission en complémentarité avec l'utilisation des EPI.

5) Variables relationnelles

Les variables relationnelles sont liées principalement à l'environnement humain. Elles comprennent tout ce qui touche à la valorisation et la sensibilisation. L'adaptation dans ce domaine vise à offrir un climat d'inclusion sain et positif. Tout le groupe est appelé à travailler ensemble afin d'offrir un environnement adéquat.

Des activités de sensibilisations ou de simulation peuvent aider à comprendre le contexte de la COVID-19.

6) Règles

L'adaptation des règles est principalement du ressort des modalités d'animation ou de fonctionnement, mais elle touche aussi à l'environnement humain. Les stratégies visent ici à modifier la façon de faire une activité sans la dénaturer, afin que tous puissent en profiter.

Parmi les stratégies, donner un aspect ludique aux règlements peut favoriser leur compréhension. Une autre stratégie consiste à inclure les participants dans la formulation des règlements.

7) Communication

L'adaptation sur le plan de la communication relève principalement des modalités d'animation et de fonctionnement, mais aussi de l'environnement humain et de la personne. Il faut comprendre que tous les jeunes n'ont pas les mêmes besoins. La clé ici est de varier les méthodes de communication afin de les rejoindre tous.

La communication en contexte de COVID-19 est essentielle. Il faut s'assurer que les participants comprennent bien les nombreuses mesures d'hygiène et précautions à prendre.

Le choix d'une activité peut créer des attentes dans un groupe. Si l'adaptation de l'activité entraîne trop de changements majeurs, elle peut avoir des impacts négatifs pour la personne handicapée ou même tout le groupe.

- [Programmation inclusive - Comment rendre une activité inclusive](#)

Outil de référence expliquant le processus d'adaptation d'activités

- [Programmation inclusive - Fiches d'activités](#)

20 fiches d'activités inclusives.

- [PeP ton jeu](#)

La Communauté PeP, espace de partage et de diffusion de pratiques actives par et pour tous les intervenants l'activité physique et du loisir, est officiellement réactivée ! Une toute nouvelle application mobile gratuite PeP ton jeu ! contenant plus de 400 jeux actifs offerts par des partenaires de qualité, dont des jeux avec adaptations inclusives développées par YMCA Québec. Revitalisation complète du site web www.communautepep.ca incluant la révision de toutes les pratiques, une mise à jour du moteur de recherche permettant maintenant de chercher par type d'intervenant et un tout nouveau look dynamique.

Pistes pour l'organisation d'une activité de loisir pour une personne handicapée en contexte de COVID-19

Pour organiser une activité de loisir pour une personne handicapée, il convient de bien se préparer.

D'abord, il importe de toujours garder en tête les mesures d'hygiène et de sécurité à appliquer.



Favoriser la distanciation physique de 2 mètres, ou porter l'EPI si ce n'est pas possible.



Limiter les contacts entre les personnes et les objets.

Les contacts physiques non essentiels ne sont pas permis entre les participants, le personnel et les accompagnateurs (par ex. : caucus, poignée de main, accolades).



Adopter des mesures d'hygiène rigoureuse

Il importe de placer la **personne** handicapée au cœur du processus de planification. D'abord, quels sont ses **besoins** et quelles mesures et adaptations dues au contexte de COVID-19 devront être mises en place pour y répondre ?

Jeanne a besoin de soutien pour les soins d'hygiène, soit de l'aide pour un transfert. Ginette, son accompagnatrice, porte l'EPI.

Ensuite, la personne présente-t-elle certains **comportements** exigeant mesures spécifiques ?

Justin a besoin de soutien pour la gestion de ses émotions et nécessite un outil facilitateur telle une balle stimulante.

Karelle, son accompagnatrice (qui s'est lavé les mains régulièrement) dépose la balle à 2 mètres de Justin pour que celui-ci puisse la récupérer. Karelle n'a donc pas besoin d'enfiler l'EPI. Comme la balle stimulante appartient à Justin, Karelle n'a pas besoin de la désinfecter après, Justin la dépose simplement dans un sac identifié à son nom.

Après quoi, il convient de s'interroger sur l'**intérêt** de la personne, à savoir quelle activité elle souhaite pratiquer ou quel est le but recherché.

Karine souhaite faire une promenade à vélo pour se changer les idées et socialiser.

Maintenant que les besoins, comportements et intérêts ont été identifiés vient le temps de planifier l'**activité** en conséquence.

D'abord, quelle est la **nature** de l'activité et quelles sont les mesures à mettre en place ?

Pour la visite au musée, en groupe, les accompagnateurs et accompagnatrices s'assureront de faire respecter les mesures de distanciation physique de 2 mètres, à l'aide de pictogrammes et de rappels verbaux.

Ensuite, dans quel **milieu** se déroulera l'activité et quelles seront les stratégies à mettre en œuvre pour s'assurer de l'**accessibilité**, d'un **transport** sécuritaire et de la qualité des **sanitaires** ?

Simon, l'accompagnateur de Robert, qui a besoin de soutien à la mobilité, organise une partie de pétanque dans un parc qui offre des voies de circulation lisses, fermes et stables. Simon a accueilli Robert dans son automobile pour se rendre au parc, ils ont désinfecté leur mains avant et après le transport, en plus d'avoir désinfectée l'automobile avant et après le transport et porté l'EPI. Le parc a une toilette mobile accessible. Simon a apporté du matériel de désinfection.

Par la suite, il faut planifier l'utilisation de l'**équipement** nécessaire à la pratique de l'activité et les mesures à mettre en œuvre pour en assurer l'utilisation sécuritaire.

Dominique anime une activité de bâton rythmé auprès d'un groupe de 12 participants ayant différents handicaps. Les bâtons ont été désinfectés après l'utilisation précédente et chacun des participants a ses bâtons.

Pour terminer, il convient de déterminer les procédures d'**accueil** à mettre en place.

Avant une activité de canot, Serge, l'accompagnateur, a transmis à André les mesures d'hygiène et de sécurité requises pour qu'il sache à quoi s'attendre. À l'arrivée, Serge s'informe auprès d'André s'il présente des symptômes de la COVID-19. Ensuite, Serge demande à André de se laver les mains à une station d'hygiène mobile et accessible.

Étude de cas

Vélo tandem

Rouler à vélo en temps de COVID-19

L'Association DV est une association qui se consacre exclusivement à l'organisation d'activités pour les personnes ayant des déficiences visuelles. Une des activités les plus prisées de ses membres se trouve à être le vélo.

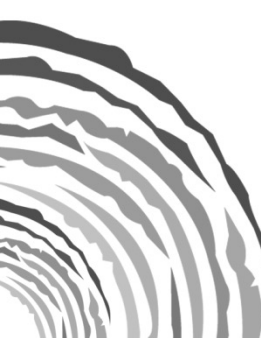
Carole, 42 ans, est atteinte de rétinopathie diabétique. Elle aime particulièrement se promener en vélo tandem devant-derrière, mais elle a besoin de soutien pour être guidée, oralement et physiquement. Elle a aussi besoin de repères tactiles et de visuel contrastant. Elle a enfin besoin de soutien pour la stabilité et elle utilise une aide technique, soit une canne.

Pour Carole et Steve, son accompagnateur, le milieu optimal pour se balader en vélo tandem est une piste cyclable qui permet d'effectuer une boucle. Le point de rencontre se trouve dans un parc avec des aménagements inclusifs. Carole utilise le transport adapté pour s'y rendre. Steve a prévu du matériel de désinfection pour l'utilisation des sanitaires. Il prévoit familiariser Carole avec les lieux en portant l'EPI.

Le vélo tandem devant-derrière est l'équipement qui sera utilisé. L'Association en possède quatre qu'elle rend disponible pour ses activités. Le vélo est désinfecté entre chaque utilisation. Comme Carole et Steve seront à moins de 2 mètres, et que l'activité physique est d'une faible intensité, Steve devra porter l'EPI. Comme la température peut être plus élevée quand on porte l'EPI et que cela peut causer une certaine obstruction respiratoire, il a été convenu que le duo fera plus de pauses et raccourcira la balade d'une quinzaine de minutes. Portant toujours son EPI, Steve procédera à une familiarisation du vélo pour être certain que Carole maîtrise bien l'équipement. Aussi, comme le port de l'EPI peut rendre la communication plus complexe, Carole et Steve se sont donné un code. Steve donnera une tape sur le guidon pour tourner à gauche et deux tapes pour tourner à droite, en plus de parler un peu plus fort. Comme Carole pratique le vélo souvent, elle a son propre casque. Cependant, Steve avait prévu de désinfecter les casques prêtés après chaque usage. Carole apporte sa bouteille d'eau qu'elle devra garder dans son sac, et si Steve entrait en contact avec ce dernier, il se laverait les mains.

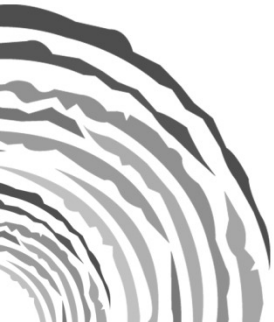
À l'arrivée, Steve demande à Carole comment elle se sent et si elle a éprouvé des symptômes reliés à la COVID-19. Ensuite, il se lave les mains, enfile son EPI et s'approche de Carole pour la familiariser avec les sanitaires afin qu'elle puisse se laver les mains. Carole connaît la procédure puisque Steve l'avait appelée le jour précédent à ce sujet. Carole s'était donc préparée en conséquence.

Carole et Steve ont fait une belle balade à vélo et ont même vu un renard! À la fin de l'activité, Steve et Carole se sont lavés les mains et se sont faits un petit signe de la main, à 2 mètres de distance pour se dire aurevoir !



Randonnée pédestre

[Mesures de déconfinement pour la randonnée pédestre](#)



Visite au musée

[Trousse d'outils pour le secteur des institutions muséales et des bibliothèques](#)

