

# REPRISE PROGRESSIVE des activités sportives et de loisirs

PHASE 1 (dès le 26 mars)



CONTEXTE CIVIL (population en général)		
ZONE	ACTIVITÉS INTÉRIEURES	ACTIVITÉS EXTÉRIEURES
ROUGE	<p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises La pratique de toute activité doit être adaptée pour respecter la <b>distanciation physique de 2 mètres</b></p>	
	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuellement</li> <li>• En duo</li> <li>• Avec les personnes d'une même résidence</li> </ul> <p><b>Cours ou entraînement individuel</b> permis, ou avec les <b>personnes d'une même résidence</b> Pour les <b>salles d'entraînement</b>, il est <b>obligatoire de tenir un registre</b></p>	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuellement</li> <li>• Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>• Avec un <b>groupe d'au maximum 8 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de la supervision</li> </ul>
ORANGE	<p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises La pratique de toute activité doit être adaptée pour respecter la <b>distanciation physique de 2 mètres</b></p>	
	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuellement</li> <li>• En duo</li> <li>• Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>• Avec un <b>groupe d'au maximum 8 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de l'encadrement</li> </ul>	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuellement</li> <li>• Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>• Avec un <b>groupe d'au maximum 12 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de la supervision</li> </ul>
JAUNE	<p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises (des <b>misés en situation</b> de compétition lors d'entraînements <b>sont permises</b>)</p>	
	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuellement</li> <li>• En duo</li> <li>• Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>• Avec un <b>groupe d'au maximum 12 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de l'encadrement</li> </ul> <p>Les lieux pour la pratique des quilles, du billard et des fléchettes peuvent rouvrir avec certaines restrictions. Les centres d'amusement demeurent fermés.</p>	<p><b>Activité avec contacts de courte durée et peu fréquents<sup>1</sup></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuellement</li> <li>• En duo</li> <li>• Avec les personnes de deux résidences</li> <li>• Avec un <b>groupe d'au maximum 12 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de la supervision</li> </ul>

<sup>1</sup> Autant que possible, la distanciation physique doit être respectée lors de la pratique d'activités physiques ou sportives. Les contacts ou rapprochements de courte durée et peu fréquents sont toutefois permis.

Pour plus d'informations : [Québec.ca/paliersalerte](https://quebec.ca/paliersalerte)

# REPRISE PROGRESSIVE des activités sportives et de loisirs

PHASE 1 (dès le 26 mars)



CONTEXTE SCOLAIRE (écoles primaires et secondaires)		
ZONE	ACTIVITÉS INTÉRIEURES	ACTIVITÉS EXTÉRIEURES
<b>ROUGE</b>	<p>Les activités parascolaires doivent être pratiquées en <b>groupes-classes stables seulement</b> (ex. : avant les cours, sur l'heure du dîner et à la fin des cours)</p> <p>Les <b>cours d'éducation physique</b> et les <b>projets pédagogiques particuliers</b> (ex. sport-études, art-études, concentrations, profils) doivent se tenir dans le respect des <b>groupes-classes stables</b></p> <p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises</p> <p>Pour les <b>salles d'entraînement</b>, il est <b>obligatoire de tenir un registre</b></p>	
<b>ORANGE</b>	<p><b>Activités parascolaires sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avec un <b>maximum de 8 élèves d'une même école</b>, avec la possibilité de mélanger des groupes-classes stables</li> <li>En groupes-classes stables</li> <li><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises</li> </ul>	<p><b>Activités parascolaires sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avec un <b>maximum de 12 élèves d'une même école</b>, avec la possibilité de mélange des groupes-classes stables</li> <li>En groupes-classes stables</li> </ul>
<b>JAUNE</b>	<p>Les <b>cours d'éducation physique</b> et les projets <b>pédagogiques particuliers</b> (sport-études, arts-études, concentrations, profils) doivent se tenir dans le respect des <b>groupes-classes stables</b></p>	
	<p><b>Activités parascolaires sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avec un <b>maximum de 12 élèves d'une même école</b>, avec la possibilité de mélanger des groupes-classes stables</li> <li>En groupes-classes stables</li> <li><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises</li> </ul>	<p><b>Activités parascolaires avec contacts de courte durée et peu fréquents</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avec un <b>maximum de 12 élèves d'une même école</b>, avec la possibilité de mélanger des groupes-classes stables</li> <li>En groupes-classes stables</li> <li><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises</li> <li>Des <b>misés en situation</b> de compétition lors d'entraînements <b>sont permises</b></li> </ul>

Pour plus d'informations : [Québec.ca/paliersalerte](https://quebec.ca/paliersalerte)

# REPRISE PROGRESSIVE des activités sportives et de loisirs

PHASE 1 (dès le 26 mars)



CONTEXTE COLLÉGIAL ET UNIVERSITAIRE		
ZONE	ACTIVITÉS INTÉRIEURES	ACTIVITÉS EXTÉRIEURES
ROUGE	<p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises La pratique de toute activité doit être adaptée pour respecter la <b>distanciation physique de 2 mètres</b></p>	
	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Individuellement</li> <li>En duo</li> <li>Avec les personnes d'une même résidence</li> </ul> <p><b>Cours ou entraînement individuel</b> permis, ou avec les <b>personnes d'une même résidence</b> Pour les <b>salles d'entraînement</b>, il est <b>obligatoire de tenir un registre</b></p>	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Individuellement</li> <li>Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>Avec un <b>groupe d'au maximum 8 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de la supervision</li> </ul>
ORANGE	<p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises La pratique de toute activité doit être adaptée pour respecter la <b>distanciation physique de 2 mètres</b></p>	
	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Individuellement</li> <li>En duo</li> <li>Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>Avec un <b>groupe d'au maximum 8 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de l'encadrement</li> </ul>	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Individuellement</li> <li>En duo</li> <li>Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>Avec un <b>groupe d'au maximum 12 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de la supervision</li> </ul>
JAUNE	<p><b>Aucune compétition ni présence de spectateurs</b> ne sont permises (des <b>misés en situation</b> de compétition lors d'entraînements <b>sont permises</b>)</p>	
	<p><b>Activité sans contact</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Individuellement</li> <li>En duo</li> <li>Avec les personnes d'une même résidence</li> <li>Avec un <b>groupe d'au maximum 12 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de l'encadrement</li> </ul> <p>Les lieux pour la pratique des quilles, du billard et des fléchettes peuvent rouvrir avec certaines restrictions. Les centres d'amusement demeurent fermés.</p>	<p><b>Activité avec contacts de courte durée et peu fréquents<sup>1</sup></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Individuellement</li> <li>En duo</li> <li>Avec les personnes de deux résidences</li> <li>Avec un <b>groupe d'au maximum 12 personnes</b>, plus l'une agissant comme responsable de l'encadrement</li> </ul>

<sup>1</sup> Autant que possible, la distanciation physique doit être respectée lors de la pratique d'activités physiques ou sportives. Les contacts ou rapprochements de courte durée et peu fréquents sont toutefois permis.

Pour plus d'informations : [Québec.ca/paliersalerte](https://quebec.ca/paliersalerte)