



PROTOCOLE DE RETOUR À LA PLONGÉE SUR UN BATEAU EN CONTEXTE DE PANDÉMIE DE LA COVID-19

Dans le contexte de pandémie de la COVID-19, la Fédération québécoise des activités subaquatiques (FQAS) présente un protocole de pratique de la plongée sur un bateau afin de favoriser un retour sécuritaire aux activités de plein air – ou de *pleine eau*. Ce protocole se base sur les principes de distanciation sociale et de minimisation de la contagion mis de l'avant par la Direction de la santé publique du Québec.

LA FORMATION

Usuellement, la formation de base se divise en deux sections distinctes: la partie piscine et la partie théorique en classe. S'ajoute à cela une certification en milieu naturel de 2 jours. Nous laissons le soin aux agences de certification d'émettre les règles et les ajustements nécessaires aux apprentissages des différents exercices en contexte de pandémie.

Nous rappelons qu'en tout temps, le respect de la distanciation sociale et des mesures de décontamination imposées par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) constitue une priorité et doit être intégré dans les façons de faire. La FQAS peut jouer un rôle de

soutien et d'accompagnement auprès des agences internationales afin de les aider à s'adapter aux spécificités exigées par la santé publique du Québec.

REPRISE DE L'ACTIVITÉ AUTONOME ET/OU DE FORMATION SUR UN BATEAU

Ces mesures ont pour but de diminuer au maximum les contacts et les risques de transmission de la COVID-19 par gouttelettes lors d'une formation de plongée sous-marine et/ou d'une activité de groupe.

Pour la plongée sportive récréative à partir d'un bateau, voici ce que la FQAS propose comme protocole afin de respecter les règles et normes de l'INSPQ, et de permettre ainsi une reprise en toute sécurité.

INSTRUCTIONS ET MARCHES À SUIVRE AVANT L'ACTIVITÉ

LE FORMATEUR OU ORGANISATEUR
Il fait parvenir aux participants ce protocole de plongée et doit les informer des éléments suivants :

- Demander au participant de fournir un grand sac qui peut contenir tout l'équipement de plongée qui lui est prêté ou loué pour la durée complète de l'activité.
- Lui fournir à la fin un grand sac de plastique (ex. : sac de poubelle ou tout autre sac étanche réutilisable) dans lequel tout le matériel de plongée utilisé est ensaché le plus hermétiquement possible.

LE PARTICIPANT

Il a l'obligation de divulguer tout symptôme de son état de santé général (grande fatigue non provoquée, perte d'appétit, faiblesse, perte du goût ou de l'odorat, etc.) ainsi que tout épisode de fièvre ou toux persistante dans les 5 derniers jours.

L'ARRIVÉE SUR LE SITE AVANT L'EMBARQUEMENT SUR LE BATEAU

Sur la terre ferme ou en salle de classe, toutes les personnes doivent respecter la distanciation physique en vigueur le jour de l'activité.

Les participants doivent divulguer leur température corporelle à l'aide d'un thermomètre médical (buccal, tympanique, etc.). Ils doivent certifier par écrit qu'ils n'ont eu aucun symptôme dans leur état de santé général, de fièvre ou de toux dans les 5 derniers jours, puis signer un registre.

La salle de classe ou le lieu de formation/briefing avant l'activité doit être aménagé et disposé en fonction des règles de distanciation physique en vigueur. Le port du masque de protection personnel (style masque chirurgical, en tissu ou fait maison) est conseillé. **Les masques de type N95 sont réservés au personnel travaillant en santé.**

Dans un premier temps, un premier briefing sur la conduite et sur la démarche à suivre sur l'embarcation est fait par la personne responsable.

LA PRÉPARATION AVANT LA MISE À L'EAU

L'activité étant pratiquée habituellement en équipe, communément formée de binômes, des précautions supplémentaires doivent être prises pour l'habillement avant la mise à l'eau. La distanciation physique de 2 mètres étant plus difficile à appliquer sur une embarcation, voici les directives que nous proposons au moniteur, maître de plongée ou capitaine responsable du groupe (voir page suivante).

LA PRÉPARATION AVANT LA MISE À L'EAU

1 Le montage de blocs-bouteilles ainsi que l'habillement doivent être faits avant l'embarquement en respectant le principe de distanciation physique, à l'exception de la cagoule et du masque.

2 Commencer par une désinfection des mains avec un gel désinfectant ou un autre produit homologué, adapté au type de peau et biodégradable. Il n'est généralement pas possible sur les sites de plongée d'avoir des lavabos et du savon pour se laver les mains. Les plongeurs doivent donc apporter leur propre provision de produit désinfectant.

3 Chaque équipier prépare son équipement à une distance d'au moins 2 mètres. Lorsqu'il a terminé, chacun se déplace en restant à plus de 2 mètres l'un de l'autre pour aller vérifier l'équipement de son binôme, et pour s'assurer qu'il est fonctionnel et prêt à plonger. Répéter ensuite la désinfection des mains.

4 Avant l'embarquement, une fois les participants prêts, sous l'ordre du responsable, ils doivent porter obligatoirement un masque de protection personnel (style masque chirurgical, en tissu ou fait maison). **Les masques de type N95 sont réservés au personnel travaillant en santé.**

5 Une fois la palanquée à bord de l'embarcation, l'équipement est placé selon les directives du responsable. Les binômes doivent être assis l'un en face de l'autre et porter leur masque ainsi que leurs gants de protection personnelle. Aucun équipement n'est enfilé avant que le responsable en donne l'autorisation.

6 Pour chaque groupe de binômes et un groupe à la fois, le responsable désigne un plongeur pour qu'il commence à s'habiller. Le plongeur désigné se lève et se retourne pour faire face au large (extérieur du bateau). Il retire son masque de protection personnel, le dépose dans un sac de plastique hermétique (style Ziploc^{MC}) et le range dans son sac. Ensuite, il enfile sa cagoule et son masque de plongée. Une fois le plongeur habillé, son binôme l'aide à mettre le bloc-bouteille sur son dos en restant toujours derrière lui.

7 Une fois que le plongeur a revêtu tout son équipement et est prêt à se mettre à l'eau, il met son détendeur en bouche avant de se retourner pour aider son binôme, et ce, après que le responsable l'ait autorisé. (Un *buddy check* ou une procédure B.A.L.L.O. doit être fait par signe un plongeur après l'autre.)

8 Les palmes sont mises en dernier, une fois que tous les plongeurs sont prêts, masque sur le visage et détendeur en bouche. Elles sont enfilées immédiatement si les conditions permettent une mise à l'eau immédiate d'une équipe de binômes pour éviter le coup de chaleur. La mise à l'eau ne se fait qu'avec l'autorisation du responsable.

9 Une fois que le premier groupe de binômes a terminé, sous la directive du responsable, le deuxième groupe de binômes répète la même procédure.

10 Quand tous les plongeurs sont prêts, les mises à l'eau peuvent s'effectuer, sous les directives du responsable.

LA SORTIE DE L'EAU

1 Au retour à la surface, lors de la sortie, le plongeur peut aider son binôme à enlever son équipement, tout en gardant son détendeur en bouche. Son binôme peut faire de même lorsque possible¹.

2 Le port du masque de protection personnel est obligatoire dès le retrait du masque de plongée et du détendeur.

3 Lorsque l'équipe est revenue sur le bateau, elle procède aux mêmes techniques que pour l'habillement.

¹Certaines études faites sur le SARS (SARS-coV-1 en 2003 et d'autres types de coronavirus) ont démontré que le virus pourrait survivre pendant une longue période à la surface de l'eau. Des recommandations de désinfection pour l'équipement de plongée, loué ou personnel, ont été émises par le Centre de médecine de plongée du Québec et par la FQAS pour s'assurer que l'équipement est non contaminé par le SARS-coV-2 causant la COVID-19. Ces recommandations sont disponibles sur le site web de la FQAS : www.fqas.qc.ca.

GESTES BARRIÈRES

- Éviter d'enlever l'embout du détendeur à la surface pour parler à son binôme si on est trop près de lui pour éviter de projeter des gouttelettes dans sa direction.
- Utiliser un produit antibuée (fait maison ou commercial) ou toute méthode autre que l'utilisation de la salive en crachant dans le masque.
- Éviter de rincer son masque de tout résidu dans l'eau à la fin de la plongée (sinus nettoyés).
- Les consignes des différents organismes en RCR et premiers soins recommandent de faire seulement les compressions en cas d'arrêt cardiaque, et demandent le port d'un masque N95 et d'une visière, si des manœuvres de réanimation sont entreprises.
- Si vous vivez sous le même toit que votre binôme, les règles ci-dessus ne s'appliquent pas. Le port du masque est toutefois obligatoire dès que vous êtes avec un groupe.
- Pour l'instant, se déplacer vers le site de plongée chacun dans son véhicule, à moins que vous viviez sous le même toit. [Le 19 mai 2020]

ONT TRAVAILLÉ SUR LE PRÉSENT PROTOCOLE :

Pour la plongée à partir d'un bateau : Paul Boissinot, Jean-Sébastien Naud, Patrick Jacques, Stéphan Sénécal et Denis Caissy