

QUALITÉ DE L'AIR ET SÉCURITÉ DES SPORTS EN PLEIN AIR :

GUIDE DE POLITIQUE À L'INTENTION DES ORGANISMES CANADIENS DE SPORT



Health
Canada

Santé
Canada

CONTEXTE

La pollution atmosphérique peut nuire à la santé et à la performance des participantes et participants à des activités physiques et sportives en plein air. Afin d'aider les organismes de sport à protéger les participantes et participants contre l'exposition à la pollution atmosphérique, Santé Canada et le Centre de documentation pour le sport (SIRC) se sont associés pour élaborer le présent Guide de politique sur la qualité de l'air. Ce guide décrit les éléments qui devraient être inclus dans la politique sur la qualité de l'air d'un organisme.

Ces éléments sont les suivants :

- ▶ La sensibilisation
- ▶ La surveillance
- ▶ La gestion

Pour en savoir plus sur les recherches qui sous-tendent ce guide de politique, consultez le [document d'orientation](#) qui l'accompagne.

COMPOSANTES DE LA POLITIQUE

1. Énoncé de politique

- ▶ **Description:** L'énoncé de politique doit fournir un bref historique expliquant pourquoi il est important de prendre en compte la qualité de l'air lors de la planification et de la pratique de sports en plein air. De plus, l'énoncé de politique doit résumer la position de l'organisme sur la qualité de l'air et son engagement à favoriser des environnements sportifs extérieurs sécuritaires pour les participantes et participants.
- ▶ **Exemple de texte :** La mauvaise qualité de l'air peut avoir une incidence sur la santé et la performance des participantes et participants aux sports en plein air, y compris les athlètes, les entraîneurs et les officiels sportifs. [Nom de l'organisme] reconnaît les effets potentiels à court et à long terme sur la santé de la pratique d'une activité physique en plein air lorsque la qualité de l'air est mauvaise. [Nom de l'organisme] s'engage pleinement à réduire le risque que représente la mauvaise qualité de l'air pour les participantes et participants aux sports en plein air afin de contribuer à rendre les activités et les événements en plein air plus sécuritaires.

2. Objet et portée

- ▶ **Description:** La section sur l'objet et la portée doit énoncer l'objectif visé par l'organisme avec cette politique. De plus, elle doit indiquer qui sera affecté par la politique et quels éléments seront traités dans celle-ci.
- ▶ **Exemple de texte :** Cette politique vise à accroître la sécurité de tous les participantes et participants aux sports en plein air en ce qui concerne la qualité de l'air. Pour ce faire, [Nom de l'organisme] élargira la sensibilisation aux dangers de la pratique d'une activité physique en plein air lorsque la qualité de l'air est mauvaise. De plus, [Nom de l'organisme] fournira à ses membres des stratégies fondées sur des données probantes pour prévenir ou limiter l'exposition des participantes et participants à la pollution atmosphérique. Les informations contenues dans cette politique s'appliquent à tous les individus et à tout moment lors des événements et activités sanctionnés par [Nom de l'organisme]. Cela comprend toutes les activités de [Nom de l'organisme] au Canada et à l'étranger.

3. Sensibilisation à la qualité de l'air

- ▶ **Description:** La section Sensibilisation doit décrire les mesures prises par votre organisme pour mieux sensibiliser ses membres à la qualité de l'air et à la sécurité du sport. Votre organisme peut énumérer les formations obligatoires pour les entraîneurs et les officiels sportifs. Elle peut également recenser les ressources qui seront mises à la disposition de ses membres pour les aider à prendre des décisions éclairées sur le moment où l'on peut pratiquer un sport ou une activité physique en plein air sans danger. Cette section devrait également préciser qui sera responsable de la mise en œuvre des initiatives de sensibilisation au sein de votre organisme et à quel moment les initiatives de sensibilisation seront promues.
- ▶ **Exemple de texte :** [Nom de l'organisme] rendra cette politique facilement accessible à ses membres sur son site Web [inclure l'hyperlien du site Web ici] et demandera à tous les participantes et participants, parents, entraîneurs et officiels de la lire au début de chaque saison. Tous les entraîneurs de [Nom de l'organisme] sont encouragés à discuter de la mauvaise qualité de l'air et de ses effets sur la santé lors d'une rencontre avec les athlètes et les parents avant le début de la saison. De plus, [Nom de l'organisme] exige que les entraîneurs et les gestionnaires sportifs complètent le module d'apprentissage en ligne sur la qualité de l'air et la sécurité dans les sports extérieurs sur la plateforme d'apprentissage en ligne de l'Association canadienne des entraîneurs, Le casier, dans le cadre de leur programme de formation avant saison.

4. Surveillance de la qualité de l'air

- ▶ **Description:** Cette section doit indiquer quand et comment les membres de votre organisme doivent surveiller la qualité de l'air. Il est important pour un organisme sportif de plein air de continuellement surveiller la qualité de l'air extérieur pendant la durée de la saison des activités sportives. Par exemple, la fumée des feux de forêt peut affecter des communautés situées à des centaines de kilomètres de l'incendie, et une légère variation du vent peut entraîner des changements rapides de la qualité de l'air.

- ▶ **Exemple de texte :** Tout comme un entraînement ou une compétition en plein air peut être annulé ou reprogrammé en raison de la foudre ou d'autres conditions météorologiques, il est essentiel de prendre des mesures similaires pour protéger les participantes et participants aux sports en plein air lorsque la qualité de l'air est mauvaise. [Nom de l'organisme] exige que les entraîneurs, les chefs d'équipe et les officiels sportifs vérifient la Cote air santé (CAS) avant un événement en plein air et lorsqu'une activité doit commencer. Pour connaître votre CAS locale, consultez le coteairsante.ca ou téléchargez l'application [MétéoCAN](#). L'application [MétéoCAN](#) peut également être utilisée pour recevoir des notifications lorsque la CAS dépasse un niveau prédéfini (par exemple, CAS 4). Les entraîneurs, les gestionnaires d'équipe et les officiels sportifs peuvent également surveiller les différents médias (y compris la télévision, la radio et les médias sociaux) pour connaître les alertes régionales et locales sur la qualité de l'air.

5. Gestion de la santé des participantes et participants en ce qui concerne la qualité de l'air

- ▶ **Description:** Cette section doit décrire comment votre organisme gèrera la sécurité des participantes et participants aux sports en plein air en ce qui concerne la qualité de l'air. Par exemple, cette section peut indiquer comment les valeurs de la CAS peuvent être utilisées pour planifier les activités en plein air. Elle peut également inclure des recommandations sur le moment et l'endroit où les activités en plein air doivent avoir lieu afin de limiter l'exposition à la pollution atmosphérique.
- ▶ **Exemple de texte :** Les valeurs prévues et observées de la CAS doivent être utilisées pour prévenir ou limiter l'exposition des participantes et participants à la pollution atmosphérique.

I. POUR PLANIFIER DES ACTIVITÉS EN PLEIN AIR EN TOUTE SÉCURITÉ : Vérifiez les **maximums prévus**. Ces valeurs estiment la valeur maximale que la CAS atteindra dans votre région pendant chacune des périodes de prévision.

- ▶ Si la valeur de la CAS est comprise entre 1 et 3 (risque faible), prévoyez des activités en plein air.
- ▶ Si la valeur de la CAS est comprise entre 4 et 6 (risque modéré), prévoyez une version modifiée de l'activité en plein air*.
- ▶ Si la CAS est supérieure à 7 (risque élevé), prévoyez de tenir votre séance à l'intérieur ou de reporter l'activité lorsque la valeur prévue est faible.

II. PENDANT L'ACTIVITÉ : Vérifiez les **conditions observées**. Cette valeur indique la valeur actuelle de la CAS pour une région spécifique.

- ▶ Si la valeur de la CAS se situe entre 1 et 3 (risque faible), poursuivez les activités en plein air prévues.
- ▶ Si la valeur de la CAS est comprise entre 4 et 6 (risque modéré), modifiez l'activité en plein air*.
- ▶ Si la CAS est supérieure à 7 (risque élevé), déplacez la séance à l'intérieur ou reportez-la à un autre moment.

*Remarque : Lorsque la valeur de la CAS se situe entre 4 et 6 (risque modéré), [Nom de l'organisme] recommande que les modifications suivantes soient apportées :

- ▶ Réduire l'intensité de l'activité en plein air
- ▶ Intégrer davantage de pauses dans l'activité en plein air
- ▶ Raccourcir la durée de l'activité en plein air
- ▶ Surveillez l'apparition de symptômes chez toutes les participantes et participants, en particulier chez celles et ceux qui présentent des troubles médicaux préexistants.
- ▶ Informer les participantes et participants au sport des risques, en particulier celles et ceux qui ont des problèmes médicaux préexistants.

Afin de prévenir ou de limiter l'exposition des participantes et participants aux sports en plein air à la pollution atmosphérique, [Nom de l'organisme] encourage les gestionnaires sportifs, les entraîneurs et les chefs d'équipe à tenir compte du lieu et du moment des événements et des activités. Dans la mesure du possible, les événements en plein air devraient avoir lieu tôt le matin (avant l'heure de pointe) ou tard le soir (après l'heure de pointe) pour éviter les moments où les niveaux de pollution atmosphérique sont les plus élevés. De plus, les activités en plein air doivent être organisées loin des routes fréquentées et des installations industrielles afin de minimiser l'exposition aux polluants atmosphériques. Un site intérieur peut être envisagé si un tel site extérieur n'est pas disponible.

6. Examen des politiques

- ▶ **Description:** Cette section doit indiquer quand la politique a été révisée pour la dernière fois et quand elle sera mise à jour.
- ▶ **Texte type :** Cette politique a été mise à jour pour la dernière fois par [Nom de l'organisme] le [date de la dernière mise à jour]. La politique sera révisée chaque année afin de s'assurer qu'elle reste conforme aux recommandations des experts de la santé en ce qui a trait aux pratiques

Pour plus d'informations ou pour obtenir de l'aide pour élaborer la politique de l'air de votre organisme, veuillez contacter l'équipe du SIRC à l'adresse info@sirc.ca.

Ce document a été préparé par le Centre de documentation pour le sport (SIRC) avec le soutien financier et scientifique de Santé Canada.
