



CONSIGNES SANITAIRES

Nous demandons aux athlètes, bénévoles, membres de l'équipe et toute personne impliquée dans l'événement d'agir de façon responsable en respectant l'ensemble des règles sanitaires qui sont exigées, et ce, dès leur arrivée sur le site du Mont-Sainte-Anne afin de protéger l'ensemble de la population et éviter toute possible éclosion dans la région.

Tous les athlètes, les bénévoles, membres des équipes ou accompagnateurs qui planifient de venir au 45 VERTICAL doivent auto-évaluer leur état de santé avant de se déplacer.

En cas de présentation de symptômes de la COVID-19 (fièvre, toux, difficultés respiratoires, perte subite d'odorat ou de goût, ou autres symptômes), la personne concernée doit s'isoler rapidement et se référer à la section « personnes symptomatiques ou malades » disponibles sur le lien suivant, ou autrement téléphoner au numéro dédié :

Numéro dédié : 1 877 644-4545

Respecter en tout temps la distanciation physique de 2 mètres entre les individus sur les sites de départ et d'arrivée et aux ravitaillements.

- Se laver fréquemment les mains, au moins chaque fois qu'un poste de nettoyage des mains est disponible, mais surtout;
- Avant de se toucher le visage (yeux, bouche, nez);
- Après avoir toussé, éternué ou s'être mouché;
- Après être allé à la toilette;
- Lorsque les mains sont visiblement sales ou après avoir touché quelque chose de sale;
- Avant et après avoir touché une personne;
- Avant et après avoir préparé les repas;
- Avant et après avoir mangé;
- Avant et après être allé dans un lieu public.

- Le passeport vaccinal et le port du masque sont obligatoires à l'intérieur de tous les bâtiments de la station.
- Les participants pourront porter un masque artisanal (couvre-visage) ou un masque de procédure. Ce dernier doit être changé lorsqu'il est souillé, humide ou endommagé.
- Le foulard tubulaire ne peut pas remplacer un couvre-visage.
- Si vous portez un masque jetable, nous vous demandons de suivre les indications pour en disposer dans les poubelles prévues sur le site (les masques ne sont pas recyclables).
- Voici un lien pour utiliser un couvre-visage de façon efficace et sanitaire : <https://youtu.be/2y3RKBrKK6c>
- Soyez à l'affût des indications qui vous rappelleront les règles d'hygiène à respecter pendant l'événement.
- L'événement accueille un maximum de 111 participants et un maximum de 250 personnes incluant les spectateurs.

Nous rappelons aux personnes à haut risque qu'il n'est pas conseillé de participer ou assister à l'événement soit :

1. Les personnes souffrant de problèmes médicaux sous-jacents qui les exposent à un risque plus élevé : les asthmatiques modérés à sévères, les diabétiques, les personnes souffrant d'obésité sévère (IMC > 40), tout malade chronique du foie, tout malade du cœur ou des reins et les personnes ou qui vivent avec une personne immunosupprimé.
2. Les personnes de plus de 60 ans ou celles qui souffrent d'une maladie sous-jacente comme une maladie pulmonaire ou cardiaque, du diabète ou un déficit immunitaire.
3. Les personnes qui vivent dans des établissements de soins de longue durée.

Remise des dossards

Avant d'obtenir votre dossard vous devrez présenter votre passeport vaccinal, signer le formulaire "engagement à se conformer" du Mont-Sainte-Anne et "Dégagement de responsabilité de l'organisation".