



5595-2 (SBMFC/PSP)

Le 29 novembre 2022

Liste de distribution

Réalisation des évaluations de la condition physique des FAC dans un environnement COVID19 persistant

Réf: A. Directive du CEMD/SM sur le fonctionnement et la reconstitution du MDN et des FAC dans un environnement COVID-19 persistant, 14 juillet 2022

B. [Mise à jour COVID-19 : Port du masque facultatif \(cfmws-sbmfc.com\)](https://cfmws-sbmfc.com)

C. [Désinfectants pour surfaces dures et désinfectants pour les mains \(COVID-19\)](#)

E. [Société de sauvetage Canada – Gestion de la sécurité](#)

Remplacement et annulation:

5595-2 Lettre concernant l'Évaluation de la condition physique au moyen de tâches militaires communes (ÉCPTMC)/l'évaluation FORCE en réaction à la COVID-19, 26 mars 2020

5595-2 Lettre du directeur de la condition physique sur les Évaluations de la condition physique des FAC en réponse au coronavirus, 29 juin 2020

5595-2 Lettre du vice-président supérieur sur les Évaluations de la condition physique des FAC en réponse au coronavirus, 15 octobre 2020

1. Introduction

1.1. L'objectif des présentes instructions est de fournir des conseils pour la prestation des évaluations de la condition physique des Forces armées canadiennes (FAC) au fur et à mesure que la pandémie passe à une position endémique. Ces instructions sont un complément aux références A et B et doivent être utilisées conjointement avec la dernière version des manuels d'instructions d'évaluation de la condition physique respectifs.

1.2. Les présentes instructions remplacent les directives énumérées ci-dessus.

2. Stratégies d'atténuation des risques du chef d'état-major de la défense/sous-ministre et des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes (SBMFC)

2.1. Le chef d'état-major de la défense/sous-ministre (CEMD/SM) a donné le pouvoir aux commandants des bases et des escadres de sélectionner les stratégies d'atténuation des risques appropriées pour leur base ou escadre

respective (réf. A). Les gestionnaires du conditionnement physique et des sports, ou les titulaires d'un poste équivalent, doivent s'assurer que tous les employés qui administrent les évaluations de la condition physique des FAC connaissent les stratégies d'atténuation des risques du commandant de leur base et escadre et les appliquent.

- 2.2. Le 29 août 2022, les SBMFC ont mis à jour leurs stratégies d'atténuation (réf. B) pour faire état de la directive du CEMD/SM. À ce titre, le port du masque pour les employés des SBMFC est facultatif et volontaire, à moins que la directive du commandant de la base ou escadre sur le port du masque soit plus restrictive. Le terme « masque » comprend le masque non médical (MNM), c'est-à-dire un masque composé de trois (3) épaisseurs de tissu étroitement tissé qui bloque la lumière lorsqu'on le tient devant une source lumineuse, le masque médical/jetable/chirurgical ou le N95. Lorsqu'ils portent un masque, les évaluateurs sont encouragés à choisir un masque en fonction du cadre de travail sur les masques (annexe A) et des stratégies d'atténuation des risques locales en place pour déterminer le masque le plus approprié aux paramètres d'évaluation de la condition physique des FAC. Des masques médicaux jetables à trois (3) épaisseurs et des masques N95 seront mis à la disposition des évaluateurs de la condition physique qui doivent, ou choisissent, de porter un masque.

De plus, les recommandations suivantes restent en vigueur sur le lieu de travail des SBMFC:

- a. offrir des stations de désinfectant pour les mains (consulter la réf. C sur les désinfectants pour les mains);
 - b. désinfecter avant et après chaque utilisation tous les articles, l'équipement et les surfaces communs ou utilisés par le client (consulter la réf. C sur les désinfectants pour les mains approuvés); et
 - c. maintenir une distanciation physique d'un mètre.
- 2.3. Si les directives diffèrent au sein d'une base ou d'une escadre, les stratégies d'atténuation des risques les plus restrictives doivent être appliquées pour toutes les évaluations de la condition physique des FAC.

3. Instructions pour la prestation des évaluations de la condition physique des FAC

- 3.1. En plus des stratégies d'atténuation des risques du CEMD/SM et des SBMFC, les mesures suivantes sont également recommandées lors de la prestation des évaluations de la condition physique des FAC:
- a. les stratégies d'atténuation des risques locales de la COVID-19 seront incluses dans toutes les instructions de pré-évaluation (p. ex. : apporter sa propre bouteille d'eau, car il n'y a pas d'accès à des fontaines d'eau); et

- b. la mise en place de l'évaluation sera organisée de façon à éviter ou limiter l'utilisation d'équipement et de surfaces communs.
- 3.2. Toutes les évaluations doivent être administrées conformément à leur manuel d'instructions respectif. Les évaluations de la condition physique des FAC suivantes comportent des instructions de sécurité particulières qui modifient leurs manuels d'instructions.
- a. Évaluation FORCE. Les évaluateurs sont encouragés à limiter le partage de l'équipement FORMeFIT entre eux et avec les participants. Le tour de taille sera mesuré conformément à l'annexe B; et
 - b. Test réglementaire de base en natation à l'intention des militaires (TBNM). Les évaluateurs doivent consulter la section Gestion de la sécurité de la Société de sauvetage Canada (réf. D) pour l'élément « connaissance de la sécurité aquatique » du TBNM. L'équipement aquatique (p. ex. gilets de sauvetage, combinaisons) doit être immergé dans l'eau pendant au moins 15 minutes de chaque côté et séché avant la prochaine utilisation; les combinaisons peuvent aussi être lavées et séchées au cycle chaud (réf. D).

4. Conclusion

- 4.1. On demande aux évaluateurs de demeurer à jour quant aux instructions du commandant de la base ou de l'escadre et des SBMFC. Par ailleurs, on encourage les évaluateurs à prendre des décisions éclairées et à continuer à appliquer les pratiques de sécurité courantes.



Daryl Allard
Directeur des programmes, Programmes de soutien du personnel
Services de bien-être et moral des Forces canadiennes

Liste de distribution

Exécution
Gestionnaires du conditionnement physique, des sports et des loisirs

Information
Gestionnaires supérieurs des PSP

APPLICATION DU CADRE POUR LES MASQUES AUX ÉVALUATIONS DE LA CONDITION PHYSIQUE DES FAC

Réf: A. [Annexes – Directive du CEMD/SM sur le fonctionnement et la reconstitution du MDN/des FAC dans un environnement COVID-19 persistant](#)

B. [Utilisation du masque contre la COVID-19 : Comment choisir, utiliser et entretenir un masque](#)

1. Le tableau ci-dessous est un exemple de la façon dont le cadre pour les masques pourrait être appliqué aux évaluations de la condition physique des FAC.
2. Par ailleurs, lorsque vous portez un masque, veuillez tenir compte des directives sur la façon de choisir et d'entretenir un masque (réf. B).

Tableau 1 – Cadre pour les masques

Type de masque	Exemple de milieu général et de conditionnement physique			
	Milieu standard/ communauté ou bureau, espacement possible de 2 m, bonne ventilation	Salles de conférence ou de classe fermées où la distanciation/ventilation/ autres mesures de contrôle sont adéquates; tenir compte de la période de temps passée dans le milieu	Salles de conférence ou de classe fermées où la distanciation/ventilation/ autres mesures de contrôle peuvent ne pas être adéquates; tenir compte de la période de temps passée dans le milieu	Soins cliniques aux patients
	<i>Travail de bureau des moniteurs de CP&S</i>	<i>Évaluation FORCE</i>	<i>Test sur tapis roulant de l'évaluation de la condition physique de préadmission au service des incendies</i>	<i>Fournir les premiers soins et la réanimation cardio-respiratoire à un participant</i>
Masque non médical (MNM), 3 épaisseurs				
Masque médical/ jetable/ chirurgical		À envisager	À envisager en fonction de la période de temps passée dans le milieu et des autres mesures de contrôle de risque possibles	Approprié dans certains milieux de soins de santé en fonction de l'établissement et de la situation
MNM plutôt que le masque médical		À envisager	À envisager en fonction de la période de temps passée dans le milieu et des autres mesures de contrôle de risque possibles	
Masque N95 non-médical, KN95 ou FFP2	Probablement pas nécessaire	Probablement pas nécessaire	À envisager si impossibilité de mettre en place d'autres mesures	Usage possible dans les milieux de soins à faible risque en fonction de l'établissement
Masque N95 ajusté, médical	S.O.	S.O.	S.O.	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Le masque le plus efficace est celui qui est porté adéquatement, surtout pour parler. 2. Le port du masque n'est qu'une mesure dans le cadre de la stratégie stratifiée d'atténuation du risque. 3. Les masques en tissu à trois (3) épaisseurs constituent la recommandation standard et sont acceptables pour tous les milieux sauf les milieux de soins de santé; la chaîne de commandement peut sélectionner différents types de masque en fonction de l'augmentation du risque propre au milieu. 				

LÉGENDE	
	Choix de masque approprié pour le type de milieu
	Risque accru comparativement au vert. Envisager d'autres mesures d'atténuation du risque, dont le type de masque.
	Risque accru comparativement au jaune. Envisager d'autres mesures d'atténuation du risque, dont le type de masque.
	Inapproprié pour ce type de milieu
	Inapplicable pour ce milieu
	Règlementations particulières aux établissements de soins de santé

MODIFICATION DE L'OUTIL 9 DU MANUEL D'INSTRUCTIONS DE L'ÉVALUATION FORCE : PROCÉDURE POUR LA MESURE DU TOUR DE TAILLE

Réf: A. [Manuel d'instructions, Évaluation FORCE, 3^e édition](#)

B. [Désinfectants pour surfaces dures et désinfectants pour les mains \(COVID-19\)](#)

1. En tant que stratégie d'atténuation de la COVID19, les membres des FAC doivent mesurer leur tour de taille contrairement à l'outil 9 : Procédure pour la mesure du tour de taille (réf. A).
2. Les évaluateurs FORCE devront suivre les étapes ci-dessous afin d'obtenir une mesure précise du tour de taille, tout en s'assurant que chaque membre des FAC est à l'aise et respecte la distanciation physique d'un (1) mètre.

Étape 1: Mesurer le tour de taille dans un endroit privé, comme derrière des tapis de gymnase.

Étape 2: Demander au membre des FAC de prendre le ruban à mesurer.

Étape 3: Demander au membre des FAC de retirer tout vêtement et accessoire de son abdomen et de la région de l'os de la hanche (crête iliaque). Il est également possible d'utiliser une épingle à linge pour maintenir le chandail du militaire surélevé afin de dégager la région abdominale.

Étape 4: Demander au membre des FAC de localiser les points de repère pour mesurer le tour de taille, qui sont les bords supérieurs des os de la hanche (crêtes iliaques) (Figure 1). Exemple d'énoncé pour localiser la zone : « *palpez la partie supérieure de votre bassin jusqu'à ce que vous trouvez la crête supérieure de vos os iliaques, de chaque côté du corps* ».

Étape 5: Demander au membre des FAC d'enrouler le ruban à mesurer autour des points de repère et de son abdomen, en veillant à ce que le ruban reste parallèle au sol et ne dévie pas de sa trajectoire (figure 2). Les indications pour cette étape sont les suivantes : « *assurez-vous qu'il n'y a pas de vêtement entre le ruban à mesurer et votre peau* », les « *bords inférieurs du ruban à mesurer doivent se trouver au-dessus de chaque point de repère* », le « *le ruban à mesurer doit être à niveau* ».

Étape 6: Expliquer au membre des FAC qu'il doit se tenir debout, les pieds écartés à la largeur des épaules, les mains sur les hanches en tenant le ruban en place (en restant détendu), et respirer normalement. Lui dire de vérifier que le ruban à mesurer est suffisamment tendu pour être bien ajusté, sans toutefois être enfoncé dans la peau.

Étape 7: Demander au membre des FAC de pincer le ruban entre ses doigts et de prononcer à voix haute la mesure à 0,5 cm près, à la fin d'une expiration normale. L'évaluateur FORCE doit visuellement confirmer la lecture.

3. L'évaluateur FORCE devra désinfecter le ruban à mesurer avec un désinfectant approuvé après chaque mesure du tour de taille.

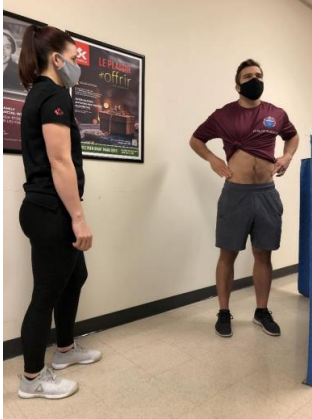


Figure 1 : Point de repère de l'os iliaque



Figure 2 : Emplacement du ruban à mesurer