



ALLIANCE CHORALE
DU QUÉBEC

Plus de voix, plus d'harmonie

Guide

PRATIQUER EN TOUTE SÉCURITÉ



SOMMAIRE

INTRODUCTION

PLAIDOYER

Le monde choral au Québec	p.03
Les bienfaits du chant choral	p.04
S'adapter face à la pandémie de la COVID-19	p.05
Retour sur des études contradictoires	p.06

ÉCHANGES ET PRISE DE DÉCISION ENTRE LES DIFFÉRENTS ACTEURS

Différents chœurs, différents scénarios	p.09
Guide pour la prise de décision	p.10

MESURES D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ

Mesures d'hygiène imposées	p.14
Mesures particulières pour les chanteurs	p.15
Recommandations de l'Alliance pour une reprise en toute sécurité	p.16

LIEU DE PRATIQUE À CONSIDÉRER

EN CONCLUSION



INTRODUCTION

En tant que porte-parole de la communauté chorale québécoise, l'Alliance chorale du Québec représente, rassemble et unit toutes les formations chorales, de tous âges et de tous styles et représente les artistes professionnels qui animent le milieu. Elle valorise les accomplissements, les soutient et les outille dans leur réalité.

Le nouveau coronavirus, COVID-19, déclaré pandémie mondiale par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a poussé les chœurs à revoir leurs pratiques, à se restructurer et à repenser l'enseignement dans un délai très court.

Pendant cette crise, l'Alliance chorale du Québec a été témoin d'une réelle inventivité au sein des chœurs québécois, qui ont continué leurs répétitions à distance via les outils numériques. Chaque jour, sur les réseaux sociaux, un chœur livre une prestation virtuelle. Des rencontres web, des répétitions virtuelles, des échanges et des capsules théoriques sont proposés aux choristes. Les activités virtuelles jouent un rôle prépondérant en cette période mais l'essence du chant choral et l'action de se rassembler et partager ne pourront toutefois jamais être remplacées par les outils numériques.

Dans un contexte de déconfinement progressif, intégrant de nombreuses mesures gouvernementales afin de limiter la propagation du virus, la communauté attend des réponses pour retourner à ses activités. Les études sur la transmission du virus se multiplient et l'évolution constante de la situation nous empêche vraisemblablement de statuer sur le futur du chant choral au Québec.

Aujourd'hui, il apparaît cependant plus important que jamais pour l'Alliance chorale du Québec de vous fournir des éléments clés pour vous outiller au mieux durant cette crise.

À travers ce guide, nous vous fournissons des ressources et recommandations à prendre en compte pour un retour à la pratique en toute sécurité. Au vu de la situation changeante, les différents points seront amenés à évoluer avec le temps.

Nous ne disposons d'aucune expertise médicale et ne faisons ici aucune recommandation officielle en ce qui a trait à la suppression totale des risques de chanter en chœur. Nous souhaitons cependant fournir à notre communauté des suggestions d'un point de vue pédagogique afin d'expérimenter un retour à la pratique en toute sécurité.

Nous vous encourageons vivement à lire ce guide avec un certain recul et à vous fier en premier lieu à votre bon sens pour la sécurité de tous ainsi qu'à engager des discussions avec votre chœur et votre conseil d'administration, tout en tenant compte des caractéristiques propres à votre chœur et du fait que chaque région est différemment affectée par la situation.

1

PLAIDOYER



LE MONDE CHORAL AU QUÉBEC

REF: RESSOURCES DE L'ALLIANCE

510 000

Québécois et Québécoises sont choristes...

...ce qui constitue **6%** de la population

Plus de
3000
choeurs au Québec

1/20

Presque un adulte sur 20 au Québec
chante dans un chœur

3



LES BIENFAITS DU CHANT CHORAL



Chanter améliore
la respiration



Chanter diminue les
douleurs chroniques



Chanter élimine
le stress



Chanter donne
confiance en soi



Chanter fait travailler
les muscles



Chanter améliore
la posture



Chanter fait
travailler la mémoire



Chanter développe
la créativité



Chanter améliore le
partage et l'écoute de
l'autre



Chanter constitue une
activité sociale
enrichissante



Chanter améliore la
communication avec
les autres



Chanter favorise les
échanges
intergénérationnels

Chanter c'est faire partie d'une communauté

Le milieu choral a pris un nouveau tournant pendant cette crise et de nombreux témoignages nous ont montré que notre communauté était dotée d'une créativité exemplaire et nécessaire pour passer au travers de ces quelques derniers mois et combler ce besoin de rassemblement, essence du chant choral.

Nous avons constaté que pour beaucoup de chœurs, le lien entre les choristes et le chef avait pu être entretenu et avait même été nécessaire. Bien que tous n'avaient pas accès aux ressources technologiques, de très beaux projets ont vu le jour et notamment de nombreux chœurs virtuels partagés en ligne, via les réseaux sociaux ou les plateformes vidéo.

Beaucoup de chœurs ont également pu maintenir leurs répétitions en ligne grâce à de nombreux outils. Ce virage pris dans un délai très court montre à quel point la communauté chorale et notamment les chef.fes de chœur ont pu s'adapter rapidement à ce contexte exceptionnel et revoir les solides bases de leur activité et de leur métier.

Bien que ce réajustement ne soit pas viable sur du long terme, et que le besoin de se rassembler à nouveau est vital, nous avons aujourd'hui le sentiment que le sens de la communauté et du soutien est devenu plus fort que la performance.

Peu importe les circonstances, le chant choral sera toujours présent tout d'abord pour continuer à connecter, partager, apprendre et inspirer.

Le chant choral fait polémique aujourd'hui et les études et avis diffèrent quant au caractère dangereux de la pratique. Plusieurs recherches indiquent que la participation à des répétitions de chœur serait associée à un événement de grande propagation de la COVID-19, d'autres maintiennent que si les mesures de distanciation sont respectées, chanter n'est pas plus dangereux que de parler.

Voici ci-dessous plusieurs articles contradictoires sur les risques liés au chant choral à l'international :

[What do Science and Data say about the near future of singing?](#)

National Association of Teachers of Singing Inc., Canada, le 5 mai 2020

[Corona Research Bundeswehr University considère que l'infection corona est "extrêmement improbable » lors du chant choral \(traduit depuis Google Traduction\)](#) SWR2, Allemagne, mai 2020

[Chanter et faire de la musique sont de merveilleuses activités qui ravissent beaucoup de gens, mais quand et dans quelles circonstances les activités culturelles peuvent-elles reprendre ? \(Traduit depuis Google Traduction\)](#)

Universität München, Allemagne, mai 2020

[COVID-19 : L'inquiétude concernant les dangers liés au chant est exagérée selon les spécialistes](#)

La Scena Musicale, Canada, le 25 juin 2020

Les chorales veulent reprendre le chant, de manière sécuritaire

Radio-Canada, Canada, le 7 juillet 2020

Encore beaucoup d'incertitudes pour les choeurs et les chorales

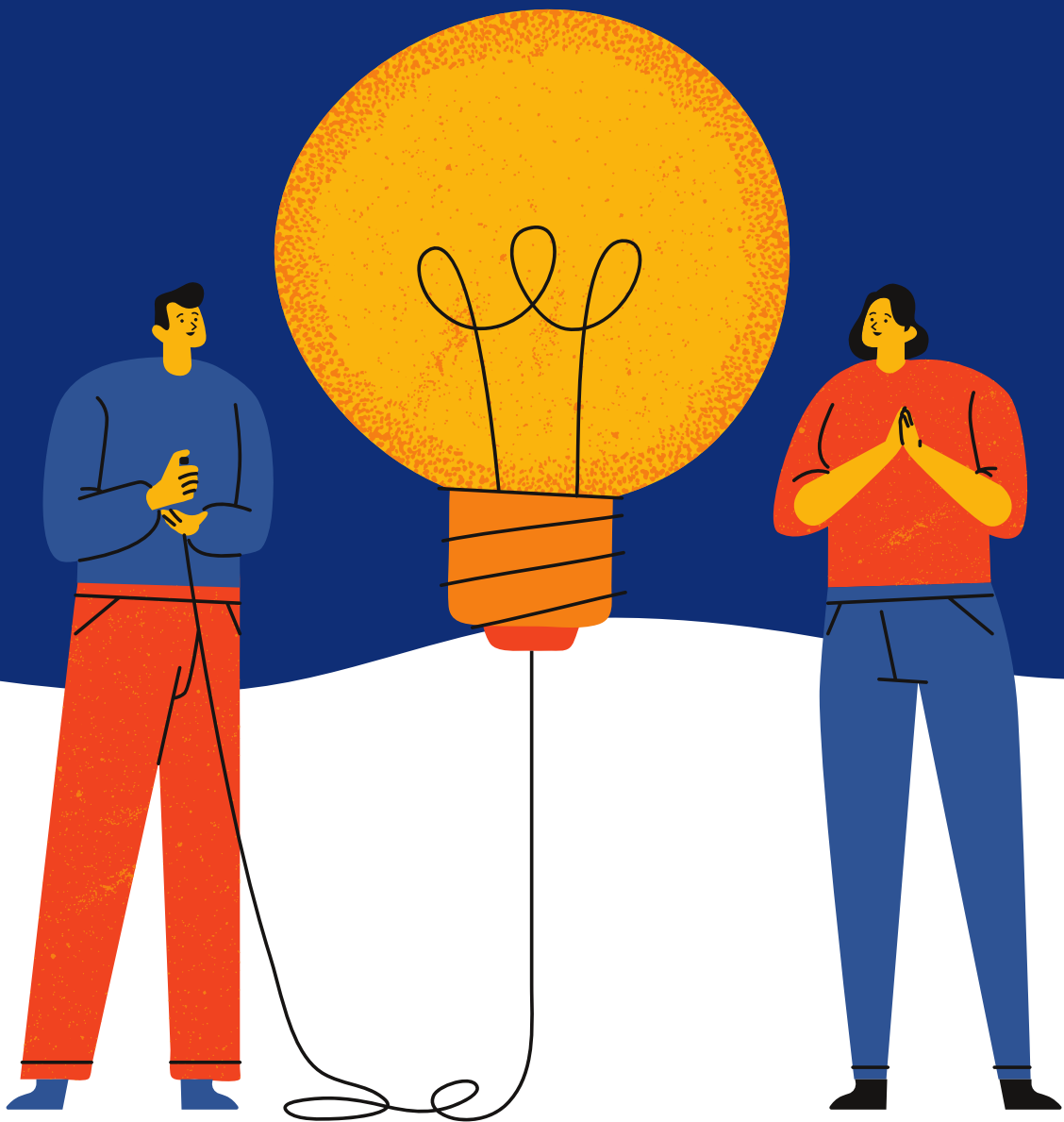
Le Devoir, Canada, le 23 juillet 2020

Bien que nous ne puissions statuer scientifiquement aujourd'hui sur le facteur risque du chant choral, il est important de garder en tête que le risque zéro n'existe pas. En reprenant nos activités, il est nécessaire de le faire en toute conscience et connaissance de cause et demander à ses membres et choristes d'accepter d'endosser la responsabilité des risques encourus en participant à des répétitions.



2

ÉCHANGES ET PRISE DE DÉCISION ENTRE LES DIFFÉRENTS ACTEURS



ALLIANCE CHORALE
DU QUÉBEC
Plus de voix, plus d'harmonie

www.chorales.ca

Pour une reprise des activités progressive, les chœurs doivent être prêts à vivre et expérimenter différents scénarios et à s'adapter à leur propre réalité. Certains vont devoir s'ajuster légèrement, tandis que d'autres devront se restructurer et revoir complètement leur modèle de répétition afin de limiter les risques de propagation. Les membres du Conseil d'administration auront également un rôle clé dans la prise de décision et la validation des mesures à prendre. Les chefs de chœur, quant à eux, devront être prêts à structurer leur saison en fonction du protocole mis en place. Il est essentiel que la relance soit discutée entre les différents acteurs du chœur afin de trouver un consensus sur la manière de reprendre les activités, selon les ressources mises à disposition et les recommandations du gouvernement et de la santé publique.

DIFFÉRENTS CHŒURS, DIFFÉRENTS SCÉNARIOS

Dans le processus de prises de décisions pour un retour à la pratique en toute sécurité, plusieurs grands critères sont premièrement à prendre en compte selon la réalité de votre chœur :



Le type de chœur



Le nombre de choristes



L'âge de vos choristes



La superficie de
votre lieu de
répétition habituel



La durée habituelle
de vos répétitions



La crainte de vos
choristes

Aussi, il est important de garder en tête que plusieurs scénarios sont à envisager :



Le chœur peut se réunir en respectant des mesures de sécurité et d'hygiène



Le chœur peut se réunir quelques fois mais doit également prévoir des répétitions en ligne



Le chœur ne peut finalement plus se réunir et prévoit de faire sa saison uniquement en ligne



Les chefs de chœur et les choristes devront être préparés à tous les scénarios et à pouvoir se retourner à tout moment en fonction de l'évolution de la situation et des restrictions du gouvernement en termes de rassemblements.

GUIDE POUR LA PRISE DE DÉCISION

Afin de faciliter et guider votre prise de décision, plusieurs questions doivent se poser :

RÉUSSIR SA TRANSITION

- Quels répertoire/programme/projets souhaitons-nous travailler pour le retour à la pratique et peuvent-ils s'adapter à un enseignement à distance dans le cas d'un reconfinement ?
- Sachant que le risque zéro n'existe pas aujourd'hui, quel est le plus haut risque que l'on est prêt à assumer en retournant à nos activités ?
- Avons-nous les bonnes assurances pour reprendre nos activités ?

- Jusqu'à quel point pouvons-nous nous restructurer pour offrir des activités en toute sécurité ?
- Devons-nous effectuer des changements de structuration dans notre personnel et nos bénévoles pour cette transition ?
- Quels coûts seront ajoutés à notre budget annuel pour cette transition ?
- Avons-nous assez de ressources pour suivre les recommandations du gouvernement et appliquer le meilleur protocole pour nos membres ?

RECRUTEMENT ET RÉTENTION DE CHORISTES

- Comment pouvons-nous encore remplir notre mission principale en respectant les consignes de sécurité ?
- Comment pouvons-nous encore remplir notre mission principale sans faire de rassemblement en présentiel ?
- Comment pouvons-nous satisfaire nos membres si aucun concert ne peut être fait sur le court terme/moyen terme ?
- Si je dirige ou suis administrateur d'un chœur d'ainés, de quelle façon pouvons-nous nous adapter pour pratiquer en toute sécurité ? Comment pouvons-nous suivre un programme en étant flexible sur les absences ? Pouvons-nous fournir des outils en ligne pour les personnes moins à l'aise ?

RASSURER SES MEMBRES

- Comment communiquer de la meilleure façon pour informer nos choristes sur les mesures prises pour un retour à la pratique ?
- Comment pouvons-nous rassurer nos choriste et leur laisser une flexibilité dans leur membership ?

SE PRODUIRE EN CONCERT ET APPLIQUER LES MESURES DE SÉCURITÉ

- Pouvons-nous revoir notre mode de performance/de concert ?
- Pouvons-nous louer des lieux de concert spacieux et/ou avoir accès à des espaces extérieurs ?
- Pouvons-nous gérer un concert dans une salle à capacité réduite sans faire une trop grosse perte ?
- Comment pouvons-nous revoir notre mode de billetterie ?
- Comment gérer les entrées et sorties en évitant les foules ?

APPLICATION DES MESURES D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ

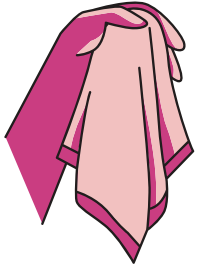
- Devons-nous réduire le nombre de répétitions ?
- Devons-nous réduire le temps de répétition ?
- Devons-nous réduire le nombre de choristes pour une même répétition ?
Devons-nous faire des sectionnelles ?
- Comment faire respecter la distanciation physique ?

3

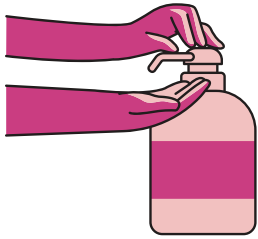
MESURES D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ



MESURES D'HYGIÈNE IMPOSÉES



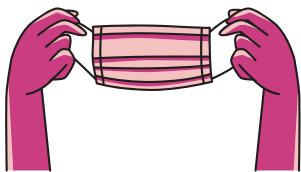
Tousser dans son coude et utiliser des mouchoirs à usage unique



Laver ses mains : avec de l'eau et du savon ou avec une solution hydroalcoolique ayant une concentration en alcool d'au moins 60% pendant au moins 20 secondes



Garder la distanciation physique imposée



Porter un masque à l'intérieur



Exclusion des personnes symptomatiques : les personnes présentant des symptômes font partie de la chaîne de transmission de la COVID-19

MESURES PARTICULIÈRES POUR LES CHANTEURS

Selon le [Guide de normes sanitaires pour le secteur des arts de la scène, les salles de spectacles et les cinémas de la CNESST](#) :

- ▶ Chaque chanteur doit garder une distance minimale de 2 mètres des autres personnes ou être séparé par une barrière physique (cloison pleine) *
- ▶ Après chaque prestation, le sol de la zone de travail d'un chanteur doit être nettoyé
- ▶ Chanter avec un masque est très fortement recommandé si la répétition a lieu en intérieur. Si la répétition a lieu dans un lieu public clos, le port du masque est imposé.**

RECOMMANDATIONS DE L'ALLIANCE POUR UNE REPRISE EN TOUTE SÉCURITÉ

Pour éviter la propagation du virus, d'autres mesures particulières sont à considérer pour le milieu du chant choral, souvent associé à une activité de haute propagation.

Voici quelques recommandations de l'Alliance :

- ▶ Toute personne infectée ou qui a des symptômes ne doit pas assister à la pratique. Pour s'en assurer, l'Alliance a créé un modèle de [lettre de déclaration de conformité](#) à faire signer à vos choristes avant toute activité. Celle-ci est téléchargeable dans différents formats dans la boîte à outils de votre Zone Membres ;

*Les enfants doivent respecter la norme de distanciation physique de 1 mètre entre les enfants et 2 mètres entre les enfants et les adultes (éducatrices, professeurs).

**Les enfants de moins de 12 ans ne sont pas tenus de porter un masque.

- ▶ Avoir son propre matériel (partitions, crayons...etc.) et éviter de le partager ;
- ▶ Chacun doit désinfecter sa place lors de son arrivée et de son départ (chaise, lutrin, etc.) ou des bénévoles peuvent être désignés pour faire ce travail ;
- ▶ Éviter d'entreposer le matériel sur le lieu de pratique.
- ▶ Chaque choriste devrait ramener son matériel à la fin de chaque répétition ;
- ▶ Avoir son propre gel désinfectant et ses lingettes désinfectantes ou mettre à disposition des choristes une grosse bouteille de gel désinfectant ;
- ▶ Restreindre la circulation pendant la pratique et prévoir au besoin des affiches de signalétique ;
- ▶ Avoir une entrée et une sortie distinctes dans le lieu de pratique;
- ▶ Pratiquer idéalement dans un local aéré ou climatisé, qui ne recycle pas l'air de la pièce. Si ce n'est pas possible, exiger le port du masque à l'intérieur ;
- ▶ Considérer des activités de réchauffement qui ne nécessitent pas de se toucher le visage ou d'expirer très fort ;
- ▶ Écourter les pratiques ;
- ▶ Limiter le nombre de personnes dans un lieu public intérieur en appliquant les 2 mètres de distance et le port du masque obligatoire.

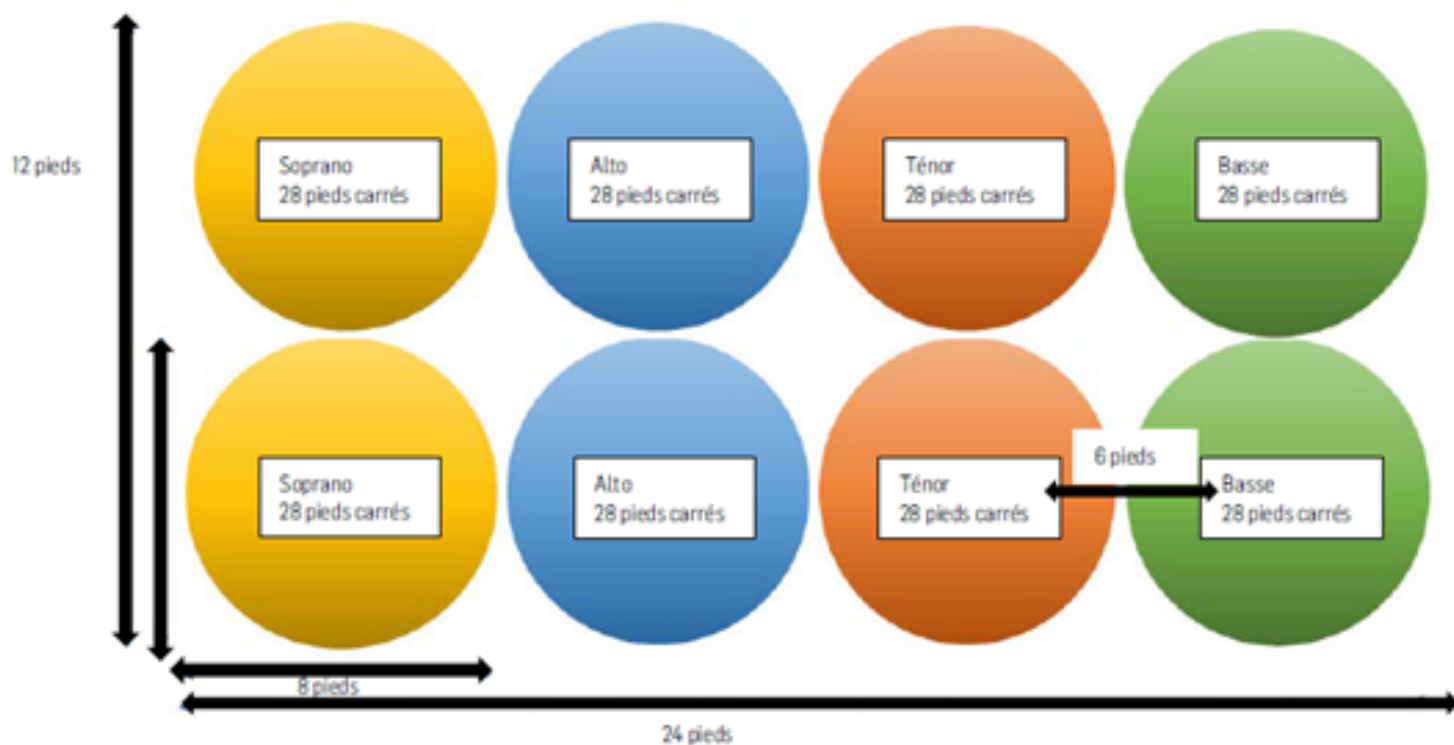
Contrainte : trouver une salle assez grande pour contenir toutes les personnes à 2 mètres ne sera pas possible pour la majorité des chœurs. Plus il y a de choristes dans le chœur et plus la salle devra être grande. Les plus grands chœurs nécessiteront alors une grande adaptation et devront envisager de diviser le chœur et d'écourter les pratiques pour réduire les risques de propagation.

**en fonction des annonces gouvernementales*

Afin de vous aider à visualiser les placements de choristes selon la superficie du lieu, vous pouvez consulter [le plan de Michael Zaugg](#), chef de chœur et directeur artistique:

Distanciation et exigences par superficie

Traduit depuis le document original de Michael Zaugg



Pour appliquer une distanciation physique de 6 pieds, il est nécessaire d'avoir une surface de 28 pieds carrés, alors que la personne se tient au centre d'un cercle de 6 pieds de diamètre et 3 pieds de rayon. Toute autre personne doit donc se tenir également au centre de son cercle respectif.

Pour une configuration rectangulaire comme ci-dessus, 8 choristes auront besoin d'un espace de représentation (largeur x profondeur) d'environ 290 pieds carrés, sans tenir compte des considérations liées au fait que le chant est une activité de grande propagation. Il peut être conseillé de doubler la distance pour atteindre 12 pieds, en se tenant debout dans un cercle d'un rayon de 6 pieds. Cela donnerait une surface personnelle d'environ 115 pieds carrés. La largeur pour 4 chanteurs (voir ci-dessus) serait de 48 pieds, la profondeur de 24 pieds, soit environ 1 200 pieds carrés au total pour 8 chanteurs.

Michael Zaugg, Avril 2020

- ▶ Considérer de faire les répétitions debout et de fournir des chaises uniquement à ceux dans le besoin pour réduire les surfaces à désinfecter
- ▶ Revoir le positionnement des choristes pendant les répétitions (évaluer par exemple l'idée de chanter en cercle et de dos pour les chœurs qui peuvent se le permettre)
- ▶ Prévoir plusieurs discussions au sein du chœur, avec le CA et le chef de chœur, pour évaluer les essais, erreurs et améliorations tout au long de la transition
- ▶ Prendre la température des choristes avant la pratique (exemple de thermomètre sans contact)
- ▶ Faire signer des décharges aux membres de la chorale en début de session. L'Alliance a créé un modèle de lettre de reconnaissance de risque, téléchargeable dans différents formats dans votre Zone membres > Boîte à outils.

4

LIEU DE PRATIQUE À CONSIDÉRER



Pour la reprise des activités chorales, le lieu de pratique est devenu un grand enjeu et beaucoup d'aspects sont à considérer :



Prévoir l'éventuelle réticence de votre locateur de salle de pratique pour une location cette année.



Démontrer que vous allez respecter les règles de sécurité et d'hygiène en fournissant votre propre guide sanitaire



Établir un comité sanitaire au sein de votre chœur et désigner des responsables qui s'assureront que tout est désinfecté avant et après la pratique



Établir un dialogue et développer un protocole de collaboration avec le locateur : Déterminer qui est chargé de la désinfection et en combien de temps cela doit être effectué avant et après la répétition



Préciser tout ce que comprend la désinfection du lieu et des outils



Revoir la façon d'aérer le lieu au besoin



Déterminer les actions à prendre par les différentes parties si un membre est testé positif ainsi qu'une manière simple et efficace de retracer le contact (prendre les présences à chaque répétition par exemple)

EN CONCLUSION



La crise sanitaire de la COVID-19 a durement impacté nos modes de vie et le secteur du chant choral n'est pas épargné. Nous devons aujourd'hui mettre de côté pour un temps nos anciennes habitudes pour laisser place au nouveau normal.

Il n'y a aucune réponse claire que nous pouvons fournir aujourd'hui sur le futur du chant choral. La situation évolue chaque jour et nous faisons face à beaucoup d'inconnus. Il est nécessaire aujourd'hui de vivre avec le virus, continuer à faire ce que l'on fait de mieux et prendre conscience que le risque zéro n'existe pas encore à date.

Au-delà de toutes les mesures sanitaires évoquées dans ce guide, les outils technologiques constituent une nouvelle réalité et une nécessité que nous ne pourrions mettre de côté. De nombreuses applications permettent aujourd'hui de travailler ou faire de la musique en ligne, dans la mesure du possible. L'Alliance a en ce sens rédigé des guides d'utilisation de [l'Application Zoom](#) pour les chef.fes de chœur et les choristes, ils sont également consultables dans la Boîte à outils de la Zone membres. Des nouvelles façons d'explorer les répétitions voient et vont continuer à voir le jour et des nouvelles idées émergent, comme la possibilité de projeter sur un écran des partitions pour éviter tout contact. Les concerts devront probablement se faire avec un public réduit et des places assignées pendant un temps et peut-être sera-t-il nécessaire d'utiliser des plateformes de diffusion en ligne tel que Facebook Live ou autre afin d'éviter la propagation du virus et combler les pertes de revenus et de public en présentiel. Gardons l'œil ouvert ensemble et tentons de respecter les consignes de santé et de sécurité et de prendre des décisions éclairées en fonction de la réalité de notre propre chœur.

L'Alliance chorale du Québec continuera à vous outiller et mettre à jour ses recommandations pendant cette transition exceptionnelle. Nous espérons que ce guide vous aidera dans l'élaboration d'un plan de retour à la pratique qui vous sera propre et qu'il engendrera des discussions riches et utiles au sein de votre CA et des membres de votre chœur. Une chose est certaine, le chant choral résistera. La communauté chorale a su prouver qu'il ne s'agissait pas uniquement de performer, mais bien d'incarner des valeurs fortes et un vrai sens du partage et de la solidarité. L'Alliance chorale du Québec reste à votre disposition, n'hésitez pas à nous contacter à info@chorales.ca pour toute question.

[Aide-mémoire résumant les principales consignes et mesures actuellement en vigueur](#), Gouvernement du Québec

[Assouplissement des consignes entourant les rassemblements dans les lieux publics et la distanciation physique](#), 15 juin 2020

[Assurer la planification de votre chorale en temps incertain](#), Canada Choral & Associations chorales provinciale, 21 mai 2020

[Comités de relance des secteurs de l'audiovisuel, des arts de la scène et de la diffusion du ministère de la Culture et des Communications](#)

[Coronavirus : pourquoi 239 scientifiques implorent l'OMS de reconnaître la transmission aérienne](#), Numerama, 7 juillet 2020

[COVID-19 Response Committee Report](#), American Choral Directors Association, 15 juin 2020

[COVID-19 – Guidelines for Vocalists and Instrumentalists](#), Public Health Factsheet, Manitoba

[En chœur pendant la COVID, Centre de ressources](#), Alliance chorale du Québec

[Guide de normes sanitaires pour le secteur des arts de la scène, les salles de spectacle et les cinémas – COVID-19](#), CNESST, 2020

[Guide des différentes activités, des enjeux et de solutions proposées pour le secteur du chant lyrique](#), UDA

[Le port d'une visière peut-il remplacer celui d'un masque?](#), Le Devoir, 6 mai 2020

[Outil d'atténuation des risques concernant les rassemblements et événements ayant lieu pendant la pandémie de la COVID-19](#), Gouvernement du Canada

[Physical Distancing and requirements for Square Footage,](#) Michael Zaugg, Avril 2020

[Précisions importantes sur la réouverture des salles de spectacle, des théâtres et des cinémas,](#) Ministère de la Culture et des Communications du Québec, 16 juin 2020

[Port du masque ou du couvre-visage dans les lieux publics en contexte de la pandémie de COVID-19,](#) Gouvernement du Québec

[Reprise graduelle des activités en lien avec les mesures de ralentissement de la COVID-19,](#) Gouvernement du Québec

[Resonance: The Singers' Mask Specification & Protocols,](#) My MusicFolders, 15 Mai 2020

[Retour sur expérience : chanter en chœur aujourd'hui](#) | Résumé du webinaire du 23 juillet 2020

[The Singer's Mask, Broadway Relief Project,](#) New York

[What does season planning look like amidst Covid-19 ?](#), Chorus Connection, Mai 2020





ALLIANCE CHORALE
DU QUÉBEC
Plus de voix, plus d'harmonie

Pour plus d'informations,
contactez info@chorales.ca

www.chorales.ca