

# GUIDE RAPIDE POUR RESTER EN CONTACT

Alors que la COVID-19 continue à avoir des répercussions sur nos activités opérationnelles et nos programmes, il n'a jamais été aussi important de rester en contact les uns avec les autres.

Ce guide présente quelques outils gratuits que les athlètes, les athlètes leaders, les familles, les entraîneurs et les bénévoles peuvent utiliser pour garder le contact pendant ces temps difficiles.



**Ressource**



**Vidéoconférence**



**Téléconférence**



## 1. Rester en bonne santé et en contact à la maison

Cette page est à la disposition de tous et constitue une excellente ressource pour demeurer au fait des nouvelles et des lignes directrices.

<https://www.specialolympics.ca/fr/healthy-at-home>



## 2. Facebook Messenger

Facebook Messenger est une application de communication tout-en-un disponible sur les appareils iOS et Android. Elle offre une messagerie texte illimitée ainsi que des appels vocaux et vidéo de haute qualité sur les téléphones mobiles, les tablettes et les ordinateurs de bureau. Facebook Messenger permet également d'organiser des appels vidéo de groupe auxquels jusqu'à 50 personnes peuvent participer, avec un son de qualité, une vidéo en haute définition et la possibilité d'envoyer et de partager des fichiers en ligne.

<https://www.messenger.com/>



### 3. Conférences Zoom

Le forfait de base gratuit permet d'organiser des réunions d'un maximum de 40 minutes limitées à 100 participants. Cet outil populaire et convivial peut être utilisé pour garder le contact avec la famille et les amis. Il permet aussi de partager l'écran et comprend un tableau blanc virtuel.

[zoom.us](https://zoom.us)



### 4. WhatsApp

WhatsApp est un outil gratuit qui permet aux utilisateurs qui ont un numéro de téléphone mobile de communiquer avec d'autres utilisateurs en privé et en groupe. Les utilisateurs peuvent envoyer des messages et des documents ou partager des liens, des photos et des vidéos; et l'outil est accessible depuis un téléphone mobile, un ordinateur de bureau et un navigateur Web.

<https://www.whatsapp.com/>

### Mise en œuvre de la règle de deux en milieu virtuel

Veillez noter que la règle de deux s'applique à tous les outils de vidéoconférence. L'objectif de la règle de deux est d'assurer que toutes les interactions et communications sont justifiables et qu'elles ont lieu dans un cadre ouvert et observable. Surtout, elle vise à protéger les participants (en particulier les personnes mineures) et les entraîneurs dans des situations potentielles de vulnérabilité en imposant la présence de plus d'un adulte. En cas d'urgence, certaines exceptions peuvent s'appliquer. Pour en savoir plus, consultez la section Faire du sport en toute sécurité, à la page 10.

Tous les outils présentés ci-dessus offrent des instructions d'installation détaillées, des guides de dépannage, du soutien en ligne et des services de clavardage en direct aux utilisateurs.

Nous vous invitons à communiquer directement avec les fournisseurs, car nous ne sommes malheureusement pas en mesure de fournir de l'assistance technique pour les produits de tiers.