



**FINALE DES  
JEUX DU QUÉBEC**  
MONTRÉAL

**Guide de l'athlète - Montréal**  
**56<sup>e</sup> FINALE DES JEUX DU QUÉBEC — RIVIÈRE -DU-LOUP**

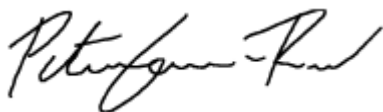


## UN MOT DE LA CHEFFE DE MISSION

Cher(ère) athlète,

Sport et Loisir de l'île de Montréal tient à vous féliciter pour avoir été sélectionné dans votre sport pour représenter Montréal à la 56<sup>e</sup> Finale des Jeux du Québec qui aura lieu dans la ville de Rivière-du-Loup du 3 au 11 mars 2023. Nous sommes très fiers de vous compter parmi les membres sélects de notre délégation. Ce sera sans aucun doute une expérience inoubliable de votre parcours d'athlète.

Bons Jeux !



**Patricia Gariépy**  
Cheffe de mission



### Personnel de mission

**Chef de mission :** Patricia Gariépy

**Adjoint :** Sally El-Kouzi

**Adjoint responsable de l'hébergement :** Marie-Josée Garant

**Agente aux communications :** Juliette Jaeger

**Missionnaires :**

Noémie Cayer

Lionel Tamoki

Félicité L'Heureux-Pelletier

Julien Tessier

Rebecca Segovia-Brochu

Wanda Pilié

Antoine Fontaine

Migwel

Roxane Ross

Béatrice Delisle

Éliane Cinq-Mars

## TRANSPORT VERS RIVIÈRE-DU-LOUP

	Date	Départ	Arrivée à RDL	Date	Départ des JDQ	Arrivée
<b>Bloc 1</b>	3 mars	10h30	15 h 30	7 mars	17 h 30	22h30
<b>Bloc 2</b>	7 mars	11h30	16 h 30	11 mars	18 h 30	23h30

Tous les participants doivent être dans le stationnement P4 du Complexe Sportif Claude-Robillard (1000 Av. Émile-Journault, Montréal, QC H2M 2E7), au moins 30 minutes avant le départ. Il est **obligatoire pour tous les participants (athlètes, entraîneurs et accompagnateurs) d'utiliser le transport prévu.**

***IL N'Y AURA AUCUN ARRÊT ENTRE MONTRÉAL ET RDL, VOUS DEVEZ PRÉVOIR UN DÎNER À BORD***

### Formulaire de libération

L'athlète doit demeurer avec la délégation **pour toute la durée des Jeux**. Pour des cas d'exception, le parent doit obligatoirement signer un formulaire de libération disponible auprès de la cheffe de mission. Le départ hâtif doit se faire **à la fin de l'horaire des compétitions du sport** (bloc 1) et **après la cérémonie de clôture** (bloc 2).

### Bagages et équipement

Les sacs, vêtements et équipements des participants doivent être bien identifiés.

### Équipements transportés par camion cube

Pour les sports suivants, un camion cube sera mis à la disposition de la délégation. Les équipements sportifs devront être identifiés à l'aide des étiquettes qui vous seront fournies et chargés selon les indications qui suivent. Le camion cube devra suivre les autobus jusqu'au site d'hébergement, où il sera pris en charge par le comité organisateur. Le matériel sera ensuite entreposé sur les lieux de compétitions. À la fin du bloc de compétition, les équipements sportifs devront être laissés sur le site de compétition où ils seront chargés dans le camion cube.

#### Bloc 1

- Escrime
- Hockey F

#### Bloc 2

- Ski de fond
- Ringuette
- Hockey M

## Équipements transportés par autobus

Les équipements des autres sports ainsi que le matériel personnel ne doivent pas se retrouver dans le camion cube. Ils seront chargés dans les soutes à bagages des autobus et resteront sous la responsabilité de l'athlète

## Liste suggérée d'effets personnels

- Sac de couchage
- Oreiller
- Matelas de sol simple
- Boîte de tests rapides Covid-19
- Masques de procédure (10)
- Serviettes
- Sandales pour la douche
- Vêtements de délégation
- Autres vêtements
- Tenue sportive et équipement
- Carte d'assurance maladie
- Argent de poche
- Effets personnels de toilette
- Habit de neige (activités extérieures offertes)
- Gourde d'eau réutilisable
- Maillot de bain
- Chargeur cellulaire
- Souliers d'intérieur
- Lunch pour aller à Rivière-du-Loup

**N'OUBLIEZ PAS D'IDENTIFIER VOS SACS, VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS**

## ACCRÉDITATION

**IMPORTANT\*** La carte d'accréditation doit être portée en tout temps. Seules les personnes ayant une carte d'accréditation ont accès à l'hébergement, aux transports, aux cafétérias et aux autres services ou commodités des Jeux du Québec.

## ALIMENTATION

Les déjeuners et les soupers doivent être pris à l'École secondaire Rivière-du-Loup pour tous les participants (athlètes, entraîneurs, accompagnateurs et missionnaires).

HORAIRE	DÉJEUNER	DÎNER	SOUPER
Du 3 au 10 mars	6 h à 9 h	Boîte à lunch *	16 h 30 à 20 h 30
Les 7 et 11 mars pour ceux qui quittent	6 h à 9 h	11 h à 14 h	Boîte à lunch

**Note : ces plages horaires pourraient être légèrement modifiées à l'occasion des cérémonies d'ouverture et de clôture ou à la suite d'un retard ou d'une prolongation d'une compétition.**

Afin de permettre aux athlètes d'être à l'heure aux sites de compétition, il est recommandé que :

- Tous les athlètes dont la participation est requise avant 7h30 se présentent à la cafétéria dès 6h
- Tous les athlètes dont la participation est requise avant 9 h se présentent à partir de 7 h
- Tous les athlètes dont les compétitions débutent après 9 h se présentent à partir de 8 h

Pour les athlètes qui auront une pesée le matin, ils pourront demander au comptoir de service un contenant pour emporter afin d'apporter leur déjeuner sur leur site de compétition. Des fours micro-ondes seront mis à leur disposition.

### Boîtes à lunch

Tous les participants recevront une boîte à lunch isolante. Au déjeuner, ils devront se diriger à la station boîte à lunch pour récupérer leur repas du dîner (et un bloc réfrigérant). La station boîte à lunch sera ouverte dès 6 h et fermera à 9 h (en même temps que la cafétéria). Ils pourront manger à l'endroit et à l'heure de leur choix (des aires de repas sont prévues sur les sites de compétition). Lors des journées de départ des délégations, les participants devront apporter leur boîte à lunch lors du déjeuner pour récupérer leurs collations de l'avant-midi. Lors du dîner chaud servi en cafétéria ces journées-là, les participants devront revenir avec leur boîte à lunch afin de récupérer leur lunch ou leur collation pour le retour en région.

## ALLERGIES

En lien avec les changements sur les repas hypoallergènes à la nouvelle politique alimentaire de Sports Québec, le COFJQ Hiver 2023 mettra en place les mesures suivantes :

- Les principaux allergènes sont identifiés dans le menu, qui pourra être consulté par les participants avant la Finale;

- Lors du service dans les cafétérias, des pictogrammes des principaux allergènes se retrouveront devant le plat servi, s'il en contient, ainsi que sur le menu visible depuis la ligne de service, afin que tous puissent en prendre connaissance;
- Les bénévoles à l'alimentation sont sensibilisés et formés à la contamination croisée;
- Le délégué à l'alimentation de chaque cafétéria recevra une formation sur l'administration de l'épinéphrine, pour savoir comment intervenir en cas de choc anaphylactique;
- Des repas spéciaux pourront être préparés pour les participants ayant des allergies multiples – indiqué à la fiche santé de l'athlète.

**Note : les portions pourront être adaptées en fonction de l'appétit de l'athlète.**

## HÉBERGEMENT

La délégation est hébergée à l'École secondaire Rivière-du-Loup (320, rue St-Pierre, RDL, G5R 3V3). L'hébergement est ouvert aux athlètes et entraîneurs de 16 h à 9 h (fermé durant la journée).

**Note : aucun lit de camp n'est fourni par le comité organisateur. Il est de la responsabilité de chacun d'apporter son matelas gonflable ou matelas de sol (format simple) et sa literie.**

- Tous les participants (athlètes, entraîneurs et accompagnateurs) doivent dormir au site d'hébergement, **sans exception**.
- Le site d'hébergement est accessible seulement aux athlètes, entraîneurs, accompagnateurs et missionnaires de notre région. Aucun parent n'a accès au site d'hébergement.
- Il est interdit de manger dans les dortoirs. Veuillez utiliser l'endroit prévu à cet effet.
- COUVRE-FEU : De 20 h à 22 h et de 6 h à 7 h, les athlètes doivent respecter une atmosphère de bibliothèque (chuchotements). À compter de 22 h, aucun bruit et lumière n'est toléré.
- Les participants sont responsables des locaux et du matériel mis à leur disposition.
- Respecter les autres participants, bénévoles, missionnaires, etc. en tout temps.
- Un athlète trouvé responsable de vols, de bris de matériel ou d'autres délits sera expulsé et se verra adresser la facture le cas échéant (vandalisme).
- La consommation de drogue, d'alcool, de cigarette, vapoteuse ou de boisson énergisante (ex. Red Bull) est strictement interdite.
- Le renvoi sera considéré pour tout athlète qui ne respecte pas la réglementation ci-haut mentionnée.

## DOUCHES

### Athlètes

Les athlètes doivent prendre leur douche **sur le site de compétition** assigné pour leur discipline, et ce même s'ils ne prennent pas part à la compétition. Les heures d'ouverture varient en fonction de l'horaire de compétition et se terminent 60 minutes après la dernière compétition. Les sports tenant leurs compétitions au Stade Premier tech pourront également prendre leurs douches à l'École Secondaire de Rivière-du-Loup. Nous demandons aux athlètes de prendre leur douche **au maximum une (1) heure après leur compétition** pour éviter d'énormes affluences sur les sites. Lors du jour 4 de compétition, les athlètes des disciplines n'ayant plus de compétition auront accès aux douches de l'École secondaire de Rivière-du-Loup et de l'école secondaire Chanoine-Beudet de Saint-Pascal de 6 h 00 à 9h 00.

## TRANSPORT

Un service de transport par autobus à l'usage exclusif des participants assurera leurs déplacements entre les différents sites d'activités. L'information sur les circuits de transport sera disponible sur chacun des sites (hébergement et sites de compétition).

Les premiers départs effectués le matin vers les sites d'alimentation et les sites de compétition sont réservés prioritairement aux athlètes en compétition tôt le matin. Il est impératif que les athlètes prévoient leur temps de déplacement en conséquence. Après l'heure de pointe du matin ou s'il reste de la place dans l'autobus, les athlètes ayant des compétitions plus tard dans la journée peuvent utiliser à leur guise le transport régulier pour aller voir les compétitions.

Tout athlète désirant utiliser le transport doit obligatoirement être accompagné d'un adulte de sa délégation, accompagnateur, missionnaire ou entraîneur.

### **Pour le bloc 1**

Des autobus nolisés sont ajoutés en début et fin de journée sur les circuits 4, 5 et 6 pour le hockey féminin et le patinage artistique.

### **Pour le bloc 2**

Des autobus nolisés sont ajoutés en début et en fin de journée sur les circuits 4, 5, 6 et 8 pour la ringuette, le hockey masculin et le ski de fond.

Des autobus nolisés sont également prévus entre Saint-Pascal et le Club de ski de fond Amiski à Saint-Antonin en début et en fin de journée.

### Transport actif

Le transport actif est privilégié étant donné la proximité des sites, particulièrement dans le quadrilatère central de la Finale, appelé le cœur des Jeux.

**Voir les circuits de transport adapté à chacun des sports dans le guide des participants qui vous sera remis à votre arrivée**

### Règles de sécurité

**Il est important de faire un rappel à votre groupe des règles de sécurité et d'intervenir auprès des athlètes fautifs. Ces directives devront être observées par tous les utilisateurs :**

- Attendre à l'arrêt désigné bien en retrait du bord de la route.
- **Présenter sa carte d'accréditation au conducteur en montant à bord de l'autobus.**
- **Converser discrètement.** Il est interdit de crier ou de faire usage **d'appareils bruyants** qui pourraient distraire le conducteur.
- **Ne pas monter ou descendre par la porte de secours (à moins d'une situation d'urgence).**
- **Il est interdit de fumer, de boire et de manger dans l'autobus.**
- Tout objet retrouvé dans un autobus sera apporté à la centrale de sécurité de la Centrale des Jeux).

## SANTÉ

La Centrale de santé sera située à la Centrale des Jeux (Cégep de Rivière-du-Loup). Elle sera accessible à tout participant pour toute blessure ou maladie. Les athlètes qui se présentent à la centrale santé doivent en tout temps être accompagnés d'un adulte (missionnaire ou entraîneur/accompagnateur). Une ligne d'urgence médicale sera disponible afin d'assister les premiers répondants.

### Transport vers un centre hospitalier

En tout temps, l'athlète devra être accompagné d'un adulte (missionnaire ou entraîneur/accompagnateur). Les frais de transport par ambulance seront au frais des usagers.

### Arrêt de compétition

Dans le cas où un médecin signe un formulaire d'arrêt de compétition, l'athlète est formellement tenu de s'y conformer. Son refus peut entraîner automatiquement sa suspension. Lorsqu'une décision d'arrêt de compétition est rendue par un médecin, veuillez en aviser le chef de mission et vous assurer que la décision rendue par le médecin est respectée.

## POLITIQUE COVID-19

Toutes les personnes accréditées doivent apporter une boîte de tests rapides et une dizaine de masques.



## PROGRAMMATION SPORTIVE

		SPORTS	SITES
B LOC 1		<b>Curling F</b>	Centre de curling Prelec
		<b>Escrime</b>	Centre sportif cégep RDL
		<b>Gymnastique</b>	Stade Premier Tech RDL
		<b>Haltérophilie</b>	Collège Notre-Dame RDL
		<b>Hockey F</b>	Centre Premier Tech RDL Centre sportif de Saint-Pascal
		<b>Patinage artistique</b>	Centre Bombardier - Lapocatière
		<b>Patinage de vitesse</b>	Centre Premier Tech RDL (Stade de la Cité des Jeunes)
		<b>Plongeon</b>	Centre sportif cégep RDL
		<b>Trampoline</b>	Stade Premier Tech RDL
		<b>Taekwondo</b>	École secondaire de RDL
B LOC 2		<b>Boxe olympique</b>	Hôtel Universel RDL
		<b>Badminton</b>	Stade Premier Tech RDL
		<b>Basket en fauteuil roulant</b>	Centre sportif RDL
		<b>Curling M</b>	Centre curling Prelec
		<b>Hockey M</b>	Centre Bombardier - Lapocatière Centre Premier Tech (Stade CDJ) RDL
		<b>Judo</b>	Stade Premier Tech RDL
		<b>Natation artistique</b>	Centre sportif cégep RDL
		<b>Ringuette</b>	Centre Premier Tech RDL Centre sportif de Saint-Pascal
		<b>Ski de fond</b>	Amiski – Saint Antonin
		<b>Tennis de table</b>	École secondaire RDL

### Horaires et des résultats

Les horaires et résultats des compétitions seront disponibles sur le site des Jeux du Québec au :

<https://rdl2022.jeuxduquebec.com/fr/page/horaire-et-resultats.html>

## Remises de médailles : Code d'éthique

- Être ponctuel.
- Porter le vêtement officiel.
- Être à l'écoute des consignes.
- Être respectueux.
- Ne pas mâcher de gomme.
- Tout couvre-chef est interdit, sauf s'il fait partie intégrante du costume de la région ou de la discipline sportive.

## BANNIÈRE DE L'ESPRIT SPORTIF

Le projet de mentions d'honneur en esprit sportif vise à reconnaître de façon particulière une équipe ou une délégation qui a fait preuve d'une manière tangible de la mise en application du concept de l'esprit sportif.

La délégation ou l'équipe choisie devra avoir respecté les critères suivants :

### 1. Respecter les 6 grands principes de la charte de l'esprit sportif :

- l'observation des règlements;
- le respect de l'adversaire;
- le respect de l'officiel et l'acceptation de ses décisions;
- le souci de l'équité;
- le maintien de sa dignité
- l'effort et la persévérance.

### 2. Faire preuve d'une conduite exemplaire durant la compétition.

#### MODE DE SÉLECTION DES RÉGIONS GAGNANTES

La sélection se fait par un comité. En plus de leurs propres constats, les membres du comité peuvent s'inspirer des observations de fait d'esprit sportif qui leur sont signalées.

#### MOMENT DE LA SÉLECTION DE LA RÉGION GAGNANTE

Le ou la responsable de discipline locale et le ou la déléguée technique déterminent à quel moment (jour et heure) se fera la sélection.

Il importe principalement que les récipiendaires soient sur le site de compétition au moment de la remise même s'ils ne sont plus impliqués dans la course aux médailles.

#### MODE DE SÉLECTION DE L'ATHLÈTE GAGNANT

Dans chacun des sports, au sein de chaque délégation ayant remporté la bannière d'esprit sportif, un ou une (1) athlète sera désignée pour son comportement exemplaire et recevra un prix spécial de la Direction de la promotion de la sécurité du MELS. Pour chaque sport, le ou la chef de mission de la région gagnante demandera aux entraîneurs et accompagnateurs et missionnaire de ce sport de déterminer l'athlète dont le comportement a été le plus exemplaire au sein du groupe lauréat. L'athlète peut être choisi aussi pour un geste particulier et marquant au regard de l'esprit sportif.

L'athlète choisi pourrait être aussi celui ou celle qui portera la bannière lors de la cérémonie de clôture, si le ou la chef de mission et son équipe le jugent pertinent.

## PROGRAMMATION COMPLÉMENTAIRE

### Village des athlètes

Les Villages des athlètes seront situés à l'École secondaire Rivière-du-Loup et à l'École secondaire Chanoine-Beaudet de Saint-Pascal. Une variété d'activités, d'ateliers récréatifs, de spectacles et de divertissements seront offerts aux athlètes. Seuls les participants dûment accrédités seront autorisés à entrer.

### Heures d'ouverture

- Le 3 mars le Village des athlètes du quartier Rivière-du-Loup sera ouvert de 16h à 18h.
- Du 4 au 10 mars de 9h à 21h pour les 2 Villages des athlètes
- Le 11 mars 10 h à 15 h pour les 2 Villages des athlètes.

**Voir la programmation du village des athlètes dans le guide des participants.**

### Place des Jeux Premier tech

La Place des Jeux Premier Tech est située dans le stationnement du Centre Premier Tech, en plein cœur des activités de la Finale. La Place des Jeux Premier Tech est accessible du public et à la Famille des Jeux. Du 3 au 11 mars 2023 inclusivement, une programmation gratuite réunira des activités culturelles, sportives, artistiques et sociales. Une glissade et un anneau de glace, intégrés dans le site, seront notamment animés au cours de la semaine. Sur la scène Desjardins et dans le dôme, différents spectacles seront présentés et diverses activités s'y tiendront pendant les neuf jours de la Finale. **L'horaire vous sera accessible sur place.**

### 50<sup>e</sup> anniversaire

La tenue de la toute première Finale des Jeux du Québec à Rivière-du-Loup, du 14 au 22 août 1971, a marqué la mémoire collective. Il s'agit toujours, à ce jour, de l'événement ayant le plus gonflé de fierté la population loupériquoise. Plusieurs activités commémoreront la première Finale des Jeux du Québec à Rivière-du-Loup et célébreront les 50 ans du Programme des Jeux du Québec.

- Circuit balado *Sur la piste des Jeux*
- Documentaire *Pour toujours Piloup*
- Expo photo *Les Jeux de 1971, dans la lentille de Gabor Szilasi*
- Murale sportive *Toujours en Jeux!* (rue Frontenac)
- Soirée spéciale mardi 7 mars, à la Place des Jeux Premier Tech

## CÉRÉMONIES

### CÉRÉMONIE D'OUVERTURE


3 mars, Centre Premier Tech  
19H À 21H

### CÉRÉMONIE DE CLOTÛRE

11 mars, Centre Premier Tech  
16H à 18H

**Important : Le port de la tenue officielle de délégation est obligatoire lors des cérémonies**

## POUR NOUS JOINDRE

 **Mission** : 418-862-6903 poste 2743

@ : [pgariepy@sportloisirmontreal.ca](mailto:pgariepy@sportloisirmontreal.ca) - Avant la Finale

@ : [MON@jeuxduquebec.com](mailto:MON@jeuxduquebec.com) - Pendant la Finale

**#JDQ2022 ET #GOMON**

 [jdq.mtl](https://www.facebook.com/jdq.mtl)

 [Jdq.mtl](https://www.instagram.com/Jdq.mtl)

 [sportloisirmontreal.ca](https://www.sportloisirmontreal.ca)