



MANUEL DE L'ATHLÈTE



TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES MATIÈRES.....	1
ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT.....	4
PRÉSENTATION	4
ORGANIGRAMME DE LA HAUTE PERFORMANCE CHEZ WRESTLING CANADA LUTTE.....	4
RÔLES DES MEMBRES DU PERSONNEL.....	5
RÔLES DES COMITÉS.....	6
2020 CADRE DE LA HP POUR LE CYCLE DE QUATRE ANS	8
UNITED WORLD WRESTLING.....	9
LICENCES ET ASPECT MÉDICAL.....	9
CALENDRIER DE COMMUNICATIONS.....	10
RÈGLE DE L'ARBITRE	11
SÉLECTION DES ATHLÈTES.....	11
PROCESSUS DE SÉLECTION.....	11
ENTENTE DES ATHLÈTES.....	12
APPELS.....	12
CODE DE CONDUITE	12
POLITIQUE DISCIPLINAIRE.....	12
FINANCEMENT DES ATHLÈTES — ANP.....	13
PROCHAINE GÉNÉRATION.....	13
PROJETS AUTOFINANCÉS.....	13
ATHLÈTES BRANCHÉS DE BELL	14
FACE.....	14
CAMP DES RECRUES RBC.....	14
SERVICES DES ESI	15
APERÇU DES ESI — RISOP.....	15
OBLIGATION DE L'ATHLÈTE — MALADIE ET BLESSURE	15
OBLIGATION DE L'ENTRAÎNEUR — MALADIE ET BLESSURE	15
PROTOCOLE DE COMMOTION CÉRÉBRALE.....	15
ATTENTES ENVERS LES ATHLÈTES.....	18
NE PAS ÊTRE EN MESURE DE RESPECTER LA LIMITE DE POIDS.....	18
SYSTÈME DE GESTION DES ATHLÈTES (KINDUCT, AUTRE).....	18
<i>Qui y a accès ?</i>	18
<i>Nous ne pouvons pas</i>	18
<i>Nous pouvons</i>	19
<i>Ce que nous ne ferons pas</i>	19
PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT ANNUEL	19
CODE DE CONDUITE	20



SONDAGE.....	21
FAMILLE ET SUPPORTEURS	22
PAA DE SPORT CANADA	23
POLITIQUE	23
FRAIS DE SCOLARITÉ.....	24
COUVERTURE DU PNCE.....	24
CCES	25
GROUPE NATIONAL D'ATHLÈTES.....	25
GROUPE CIBLE ENREGISTRÉ.....	25
FORMATION MÉDIATIQUE.....	28
PROTOCOLE SUR LES MÉDIAS SOCIAUX.....	28
STRATÉGIE MÉDIATIQUE.....	29
ASSURANCES.....	32
RÉSUMÉ DU PAAC.....	32
DIRECTIVES DU PAAC SUR LES RÉCLAMATIONS.....	32
POLITIQUES DE VOYAGE.....	35
CADETS ET JUNIORS.....	35
U23 ET SENIORS.....	35
INSCRIPTION DES CANADIENS À L'ÉTRANGER	35
HÉBERGEMENT.....	35
DÉPENSES ADMISSIBLES.....	36
CHANGEMENTS DE VOL/VOL RATÉ	36
PASSEPORTS ET VISAS	37
SIÈGES ET RÉSERVATION	37
UNIFORME DE L'ÉQUIPE NATIONALE.....	38
NOTORIÉTÉ DE LA MARQUE.....	38
RÉPARTITION DES UNIFORMES DE L'ÉQUIPE NATIONALE	38
REPLACER UN ARTICLE.....	40
ARRANGEMENTS CONCERNANT LES COMMANDITAIRES PERSONNELS DE VÊTEMENTS.....	41
RETRAITE.....	42
LISTE DE VÉRIFICATION	42
PLAN DE MATCH	42
CCES.....	43
RETOUR À LA COMPÉTITION/SORTIR DE LA RETRAITE	43
SPORT CANADA.....	44
ATHLETESCAN	45
TEMPLE DE LA RENOMMÉE.....	45
ANNEXE A : FORMULAIRE DE PLAN DE PAIEMENT.....	46
ANNEXE B : DIRECTIVES SUR LES COMMOTIONS CÉRÉBRALES POUR LES ATHLÈTES	50



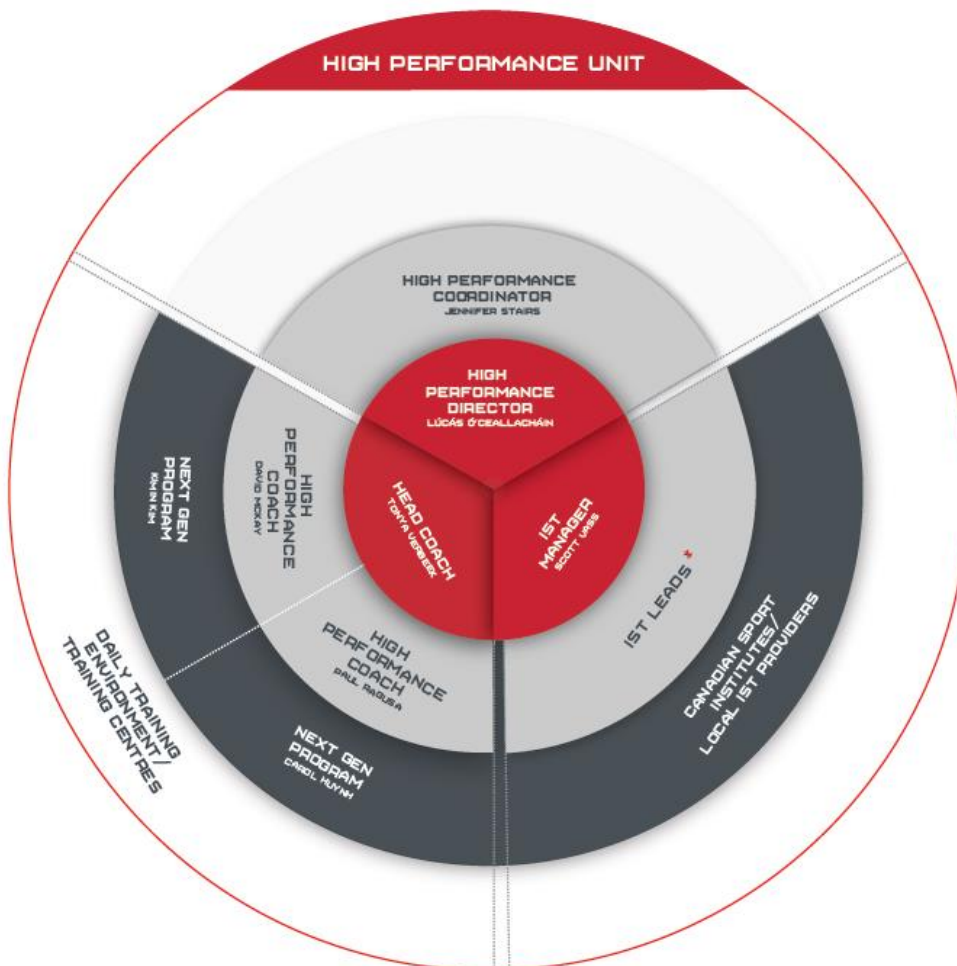


ORGANISATION ET FONCTIONNEMENT

PRÉSENTATION

Wrestling Canada Lutte (WCL) est l'organisme national directeur de sport de la lutte au Canada qui est reconnu par le Comité olympique canadien (COC), Sport Canada et United World Wrestling (UWW).

ORGANIGRAMME DE LA HAUTE PERFORMANCE CHEZ WRESTLING CANADA LUTTE



RÔLES DES MEMBRES DU PERSONNEL

Lúcás Ó’Cealláchain – Directeur de la haute performance – loceallachain@wrestling.ca

Responsable de la direction des programmes de haute performance de WCL. Ce rôle comprend l’élaboration, la mise en œuvre et le suivi de tous les aspects techniques du programme de haute performance de WCL et des programmes de développement HP associés (Prochaine Génération), fondés sur les principes de développement à long terme de l’athlète. Le DHP élabore les plans du système et les responsabilités nécessaires à la poursuite du succès du Canada aux prochains Jeux olympiques et Championnats du monde.

Jennifer Stairs — Coordinatrice de la haute performance — jstairs@wrestling.ca

Soutenir le directeur de la haute performance dans l’exécution du plan de haute performance de WCL en assurant la coordination et le fonctionnement des programmes de haute performance et de Prochaine Génération de WCL (équipes nationales seniors, U23, junior et cadet). Ce rôle a comme mandat de s’impliquer dans des programmes tels que la lutte contre le dopage et le programme d’aide aux athlètes; la gestion des équipes internationales de WCL et la prestation de services des ÉSI; la gestion de la voie d’accès au podium de WCL ainsi que l’administration, la responsabilité et le soutien à la planification du programme de haute performance.

Tonya Verbeek — Entraîneure-chef — tverbeek@wrestling.ca

Soutenir le directeur de la haute performance en ce qui concerne le leadership technique, les normes de performance internationales et le soutien aux entraîneurs de haute performance dans l’ensemble du programme de haute performance. En consultant d’abord le DHP, l’entraîneure-chef aidera à planifier, superviser et diriger les camps d’entraînement internationaux et nationaux pour les équipes junior et senior.

Carol Huynh et Kimin Kim — Entraîneurs de Prochaine génération — chuynh@wrestling.ca; kkim@wrestling.ca

Coordonner le programme et les athlètes de Prochaine Génération en consultation avec le DHP et mettre en œuvre le programme Prochaine Génération qui alimente les objectifs nationaux de performance. Les entraîneurs du programme Prochaine Génération développeront des athlètes ciblés parmi la prochaine génération afin d’atteindre des objectifs de performances internationales. Ils établiront des partenariats avec les Instituts canadiens de sport et les programmes de Prochaine Génération en plus de soutenir le système Prochaine Génération. Les entraîneurs de Prochaine Génération se rendront aux compétitions et contribueront à soutenir la mise en œuvre des programmes de haute performance de WCL.

RÔLES DES COMITÉS

Conseil des athlètes

Le Conseil des athlètes présente les points de vue et les positions des athlètes à l’organe décisionnel compétent en ce qui concerne les programmes, les politiques et les procédures actuelles ou futures. Communiquer à l’organe correspondant de WCL les questions et les préoccupations portées devant le conseil par l’ensemble de la communauté des athlètes. Examiner et fournir des commentaires sur les éléments suivants : entente des athlètes pour les athlètes du PAA, ententes d’équipe des athlètes, directives concernant les uniformes des équipes. Nommer des représentants à la demande de WCL et des autres organes pour les activités où la représentation des athlètes est primordiale.

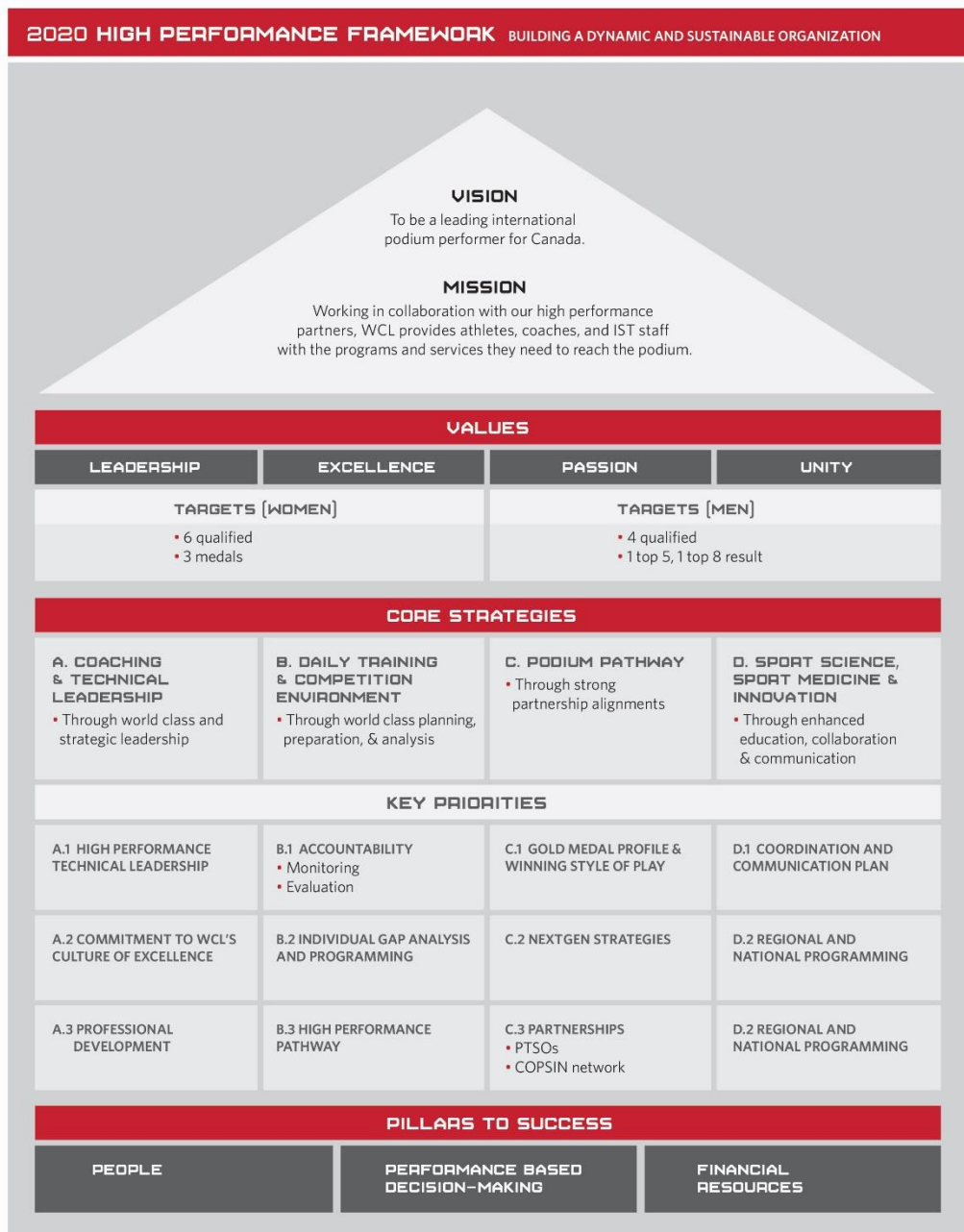
Comité consultatif de la haute performance (CCHP)

Le CCHP conseillera le directeur et la coordonnatrice de la haute performance dans les domaines suivants : réviser et commenter le plan de la haute performance en conformité avec le plan stratégique de WCL; réviser et commenter la structure du centre d’entraînement; réviser et commenter le programme d’aide aux athlètes; réviser et commenter la sélection de l’équipe nationale; réviser et commenter les procédures de nomination pour les grands Jeux; réviser les sélections d’équipes pour les championnats du monde et les grandes compétitions;

offrir une plateforme permettant d'identifier et de traiter les questions prioritaires ayant un impact sur les athlètes de haute performance.



2020 CADRE DE LA HP POUR LE CYCLE DE QUATRE ANS



UNITED WORLD WRESTLING

LICENCES ET ASPECT MÉDICAL

Quelle que soit leur tranche d'âge, tous les athlètes qui souhaitent participer à une compétition inscrite au calendrier de l'UWW doivent posséder une licence internationale de l'année validée par l'UWW. Cette licence couvre les frais médicaux en cas d'accident. Les licences doivent être achetées par l'intermédiaire de Wrestling Canada Lutte. Elles NE PEUVENT PAS être achetées sur le site d'un tournoi. La validation ne peut pas être faite le jour même. Vous devez demander une licence UWW à WCL avant votre départ pour votre tournoi.

Pour acheter une nouvelle licence (pour un athlète qui n'a jamais eu de licence UWW), l'athlète doit fournir à WCL une copie de :

- son passeport canadien valide,
- une photo, et
- le certificat médical de l'UWW (disponible en anglais seulement) :
https://unitedworldwrestling.org/sites/default/files/2019-10/190925_uww_wrestler_declaration_license_final_2020_0.pdf).

L'achat d'une licence prendra de trois à quatre semaines. Veuillez entamer le processus bien avant la date limite d'inscription du premier événement sanctionné par l'UWW auquel vous souhaitez participer. L'UWW stipule que toutes les compétitions doivent fermer l'inscription de nouveaux athlètes 30 jours avant le début de la compétition. Cela comprend la saisie de toutes les informations relatives au voyage, telles que les détails du vol et la durée du séjour sur place.

Quand vous achetez une licence pour la première fois, vous recevrez une carte de votre licence personnelle que vous devez garder avec vous. Ces cartes peuvent prendre plusieurs mois avant d'arriver au bureau de WCL alors veuillez aussi conserver une copie électronique et une copie papier de votre licence.





Pour renouveler une licence (pour un athlète qui a déjà eu une licence UWW dans le passé), il faut fournir à WCL un nouveau certificat médical UWW (https://unitedworldwrestling.org/sites/default/files/2019-10/190925_uww_wrestler_declaration_license_final_2020_0.pdf). Au moment du renouvellement d'une licence, le code QR figurant au dos de la carte de licence sera mis à jour. Vous ne recevrez pas de nouvelle carte de licence. Les certificats médicaux UWW peuvent être obtenus en ligne ou en contactant la coordonnatrice de la haute performance.

Tous les athlètes doivent couvrir le coût de leur licence. Tous les athlètes sont responsables d'avoir leur licence à toute compétition sanctionnée par l'UWW. Vous pouvez avoir une copie électronique ou une photo du code QR dans votre téléphone pour l'avoir à portée de main en cas de besoin.

PARTICIPATION AUX ÉVÉNEMENTS — SANCTIONNÉS, NON SANCTIONNÉS

Les athlètes participant à des événements de l'UWW qui nécessitent une licence valide de l'UWW et/ou une inscription dans le système Athena de l'UWW devront être sanctionnés par Wrestling Canada Lutte. En dehors des grandes compétitions continentales et internationales où les équipes sont sélectionnées sur la base de critères de sélection, les athlètes et les entraîneurs peuvent envoyer une délégation en attendant la révision du DHP.

Pour les athlètes et les entraîneurs qui participent à des compétitions de lutte non sanctionnées, aucune autorisation n'est nécessaire. **Toutefois, un préavis d'un mois doit être donné à Wrestling Canada Lutte.**

CALENDRIER DE COMMUNICATIONS

Dans la mesure du possible, le personnel de la haute performance de WCL tentera de suivre le calendrier de communications ci-dessous. Dans certaines circonstances, il n'est pas possible de respecter ce calendrier. Dans de telles situations, le personnel de WCL et de la HP veillera à communiquer aussi rapidement et efficacement que possible.





90-60 jours avant le tournoi	Choisir les participants (athlètes, entraîneurs, équipe médicale, arbitres)
60 -30 jours avant le tournoi	Itinéraire de voyage planifié et réservé, tous les membres de l'équipe sont avisés
2 semaines avant le tournoi	Envoyer l'information/dépliant du tournoi aux membres de l'équipe

RÈGLE DE L'ARBITRE

Quand plus de trois athlètes sont envoyés à une compétition, Wrestling Canada Lutte doit envoyer au moins un officiel en tant que membre de la délégation. En collaboration avec l'Association canadienne des officiels de lutte amateur (ACLAO), le personnel de la haute performance et de l'ACLAO déterminera et publiera les compétitions auxquelles les officiels peuvent participer. Les officiels qui participent à la compétition doivent être titulaires d'une licence dans la catégorie d'arbitre international requise pour la compétition.

Coût de l'arbitre : quand un club décide de participer à une compétition sanctionnée par l'UWW à laquelle ne participe pas l'équipe nationale de WCL ou à une partie du programme senior d'entraînement annuel, le club/les athlètes/les entraîneurs paieront les frais afin d'envoyer un officiel, si plus de trois athlètes y participent.

SÉLECTION DES ATHLÈTES

PROCESSUS DE SÉLECTION





Veuillez consulter le site web de WCL pour obtenir des copies des critères de sélection 2020-2021
<https://wrestling.ca/fr/resources/manuel-de-politiques/>

ENTENTE DES ATHLÈTES

L'entente des athlètes se trouve sur le site web de Wrestling Canada Lutte, sous la rubrique Formulaires et documents (<https://wrestling.ca/fr/resources/formulaires-et-documents/>).

APPELS

La politique en matière d'appels permet de procéder rapidement à des appels équitables suite à certaines décisions prises par Wrestling Canada Lutte. Toute personne directement concernée par une décision de Wrestling Canada Lutte a le droit de faire appel de cette décision, à condition qu'il y ait des motifs suffisants pour faire appel. La politique en matière d'appels peut être consultée dans son intégralité en ligne à l'adresse suivante :

https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2018/03/Appeal_Policy_F.pdf ou en contactant le personnel de WCL.

CODE DE CONDUITE

Le code de conduite de Wrestling Canada Lutte offre à tous les participants — athlètes, parents, entraîneurs, arbitres/officiels, spectateurs et responsables administratifs — quelques règles simples qui contribuent à offrir un environnement sécuritaire et positif à toutes les personnes impliquées dans le sport. https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2018/03/Code_of_Conduct_FRENCH.pdf

POLITIQUE DISCIPLINAIRE

Wrestling Canada Lutte s'engage à offrir un environnement dans lequel tous les participants de Wrestling Canada Lutte sont traités avec respect. Toute conduite qui enfreint les valeurs et l'intégrité de Wrestling Canada Lutte peut être passible de mesures disciplinaires et de sanctions en vertu de la présente politique. Wrestling Canada Lutte a promulgué la présente politique afin de doter ses participants d'un processus juste et rapide pour traiter les allégations d'infraction.





Pour consulter la politique disciplinaire, veuillez consulter : https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2018/03/Discipline_Policy_F.pdf.

FINANCEMENT DES ATHLÈTES — ANP

Le financement est accordé aux athlètes figurant sur la liste du Programme B, la liste des athlètes de la Prochaine Génération et sur celle des athlètes brevetés. Le financement des athlètes du Programme B et de Prochaine Génération est approuvé sur une base annuelle par «À nous le podium». Les athlètes brevetés reçoivent un financement par le biais du Programme d'aide aux athlètes.

PROCHAINE GÉNÉRATION

L'objectif du programme Prochaine génération de WCL est d'appuyer la mise en œuvre du système de développement de la haute performance de WCL pour la prochaine génération. Les athlètes de Prochaine génération sont identifiés comme étant à 5-8 ans d'une performance qui leur permettrait d'atteindre un podium aux Jeux olympiques ou dans des championnats du monde. Le programme Prochaine génération de WCL est réservé aux athlètes âgés de moins de 23 ans. Cela permet d'avoir un roulement d'athlètes et d'entraîneurs qui sont formés selon des standards élevés et nécessaires pour triompher aux championnats du monde et au niveau olympique.

Pour obtenir plus d'informations concernant le programme Prochaine génération, veuillez contacter :

Carol Huynh

*Entraîneuse de Prochaine
génération — Ouest*

chuynh@wrestling.ca

Kimin Kim

*Entraîneur de Prochaine
génération — Est*

kkim@wrestling.ca

PROJETS AUTOFINANCÉS

Avant chaque projet, WCL communiquera les politiques de financement de la compétition, si possible. Les athlètes qui s'autofinancent recevront une estimation des coûts du voyage et seront tenus de remplir le formulaire de plan de paiement (annexe A).





ATHLÈTES BRANCHÉS DE BELL

Grâce au programme Athlètes branchés, les athlètes de WCL qui répondent aux critères d'Athlètes branchés de Bell peuvent bénéficier gratuitement d'un téléphone intelligent et du service Bell Mobilité. Le forfait comprend du temps d'antenne, des données et des messages texte au Canada et aux États-Unis.

Critères

Tous les athlètes classés parmi les deux premiers aux championnats canadiens seniors (ou aux essais olympiques dans une année olympique) dans les six catégories de poids olympiques sont admissibles à ce programme.

Voici certaines des conditions obligatoires :

- Appui sur les médias sociaux à l'occasion de la journée « Bell pour la cause »

- Utilisation d'une image pour le programme Athlètes branchés de Bell

- Promotion du « Club olympique », une communauté à laquelle les supporters d'Équipe Canada peuvent avoir accès

Pour vous inscrire au programme, cliquez [ici](#) et suivez les étapes et options d'admissibilité et d'inscription. Pour obtenir plus d'informations, visitez : <https://www.bell.ca/Accueil/Programme-Athletes-branches-de-Bell/Programme.tab>

FACE

Le programme FACE de Petro-Canada soutient les athlètes prometteurs qui ne sont pas encore admissibles à un financement gouvernemental.

Pour obtenir plus d'informations, veuillez visiter : <https://www.petro-canada.ca/fr/a-propos-petro-canada/commandite-olympique-et-paralympique/programme-face>

CAMP DES RECRUES RBC





Wrestling Canada Lutte est fier de s'associer au Camp des recrues RBC. Le Camp des recrues RBC est un programme d'identification et de développement des athlètes visant à découvrir les athlètes ayant le potentiel de monter sur un podium olympique et à leur fournir l'accès et le financement pour le sport de haut niveau. Il existe des épreuves de qualification régionales dans tout le Canada. Pour plus d'informations, visitez le site web à l'adresse : <https://www.cbc.ca/olympiques/campdesrecrues/#/calendrier>

SERVICES DES ESI

APERÇU DES ESI — RISOP

OBLIGATION DE L'ATHLÈTE — MALADIE ET BLESSURE

Si l'athlète souffre d'une maladie ou d'une blessure préexistante, il doit en informer le membre de l'ESI ou l'entraîneur-chef de la compétition avant de voyager. Les athlètes NE DOIVENT PAS s'administrer eux-mêmes des médicaments, même pour des maladies ou des douleurs mineures. Les athlètes doivent demander l'avis du personnel de l'ESI de WCL. Cela permet de s'assurer que tous les symptômes et les cas sont enregistrés et traités en plus d'empêcher l'athlète d'ingérer des substances interdites par inadvertance.

OBLIGATION DE L'ENTRAÎNEUR — MALADIE ET BLESSURE

L'entraîneur doit prendre toutes les précautions nécessaires en cas de blessure ou de maladie, notamment en prenant toutes les mesures raisonnables pour réduire au minimum l'aggravation d'un état de santé ou d'une blessure. L'entraîneur doit aussi diriger l'athlète vers le médecin ou le professionnel de la santé approprié faisant partie du réseau de l'ESI de WCL. Renforcer et travailler avec l'athlète afin de lui offrir le meilleur cheminement possible vers la guérison.

PROTOCOLE DE COMMOTION CÉRÉBRALE

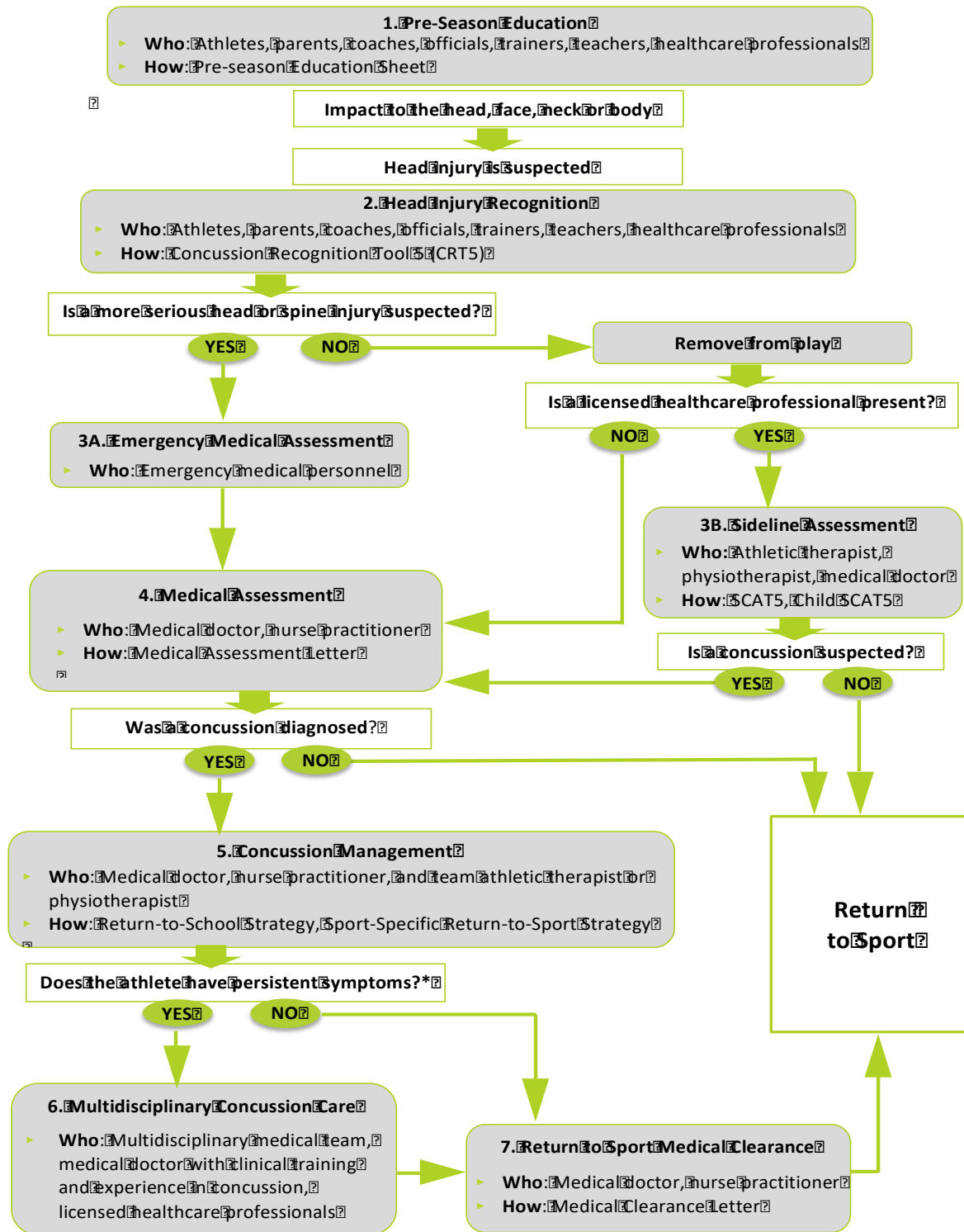
Wrestling Canada Lutte a élaboré un protocole pour les commotions cérébrales afin d'aider à guider la gestion des athlètes qui peuvent avoir subi une commotion cérébrale. Son objectif est de « reconnaître, diagnostiquer et prendre en charge les athlètes ayant possiblement subi une commotion





cérébrale». Son but est de veiller à ce qu'un athlète ayant possiblement subi une commotion cérébrale reçoive les soins appropriés à temps et qu'il puisse, grâce à une prise en charge adéquate, reprendre le sport en toute sécurité. Les directives sur les commotions cérébrales pour les athlètes de Wrestling Canada Lutte sont disponibles en ligne à l'adresse suivante : https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2020/06/Concussion_Protocol_F.pdf





*Persistent symptoms: Lasting 2-4 weeks in children & youth or 2-4 weeks in adults





ATTENTES ENVERS LES ATHLÈTES

NE PAS ÊTRE EN MESURE DE RESPECTER LA LIMITE DE POIDS

Les athlètes qui sont financés par Wrestling Canada Lutte et qui ne réussissent pas à respecter la limite de poids devront rembourser WCL pour toutes les dépenses et tous les frais encourus. Veuillez noter que nous avons accès à des nutritionnistes/diététiciens pour vous aider à élaborer un plan de perte du poids.

Le fait de ne pas être en mesure de respecter la limite de poids est considéré comme une violation du contrat de brevet d'un athlète breveté avec Wrestling Canada Lutte.

SYSTÈME DE GESTION DES ATHLÈTES (Kinduct, autre)

Wrestling Canada Lutte a récemment mis en place un système de suivi en ligne en utilisant Kinduct comme outil de collecte de données. L'objectif du suivi est de recueillir, d'analyser et d'interpréter les informations afin de pouvoir ajuster les programmes d'entraînement et ainsi faire en sorte que l'athlète puisse se préparer et performer de manière optimale. Dans un effort de collaboration à travers cette initiative, WCL a créé une liste de choses à faire et à ne pas faire, en accord avec l'athlète, afin d'utiliser les informations de manière éthique et intègre.

Qui y a accès?

Une liste complète des personnes qui peuvent consulter les données en ligne se trouve sur la page des ressources pour les athlètes dont l'accès est restreint. Pour obtenir un mot de passe, veuillez contacter la coordonnatrice de la haute performance.

Nous ne pouvons pas

- Divulguer des informations médicales en dehors de l'équipe médicale. Aucun entraîneur ou membre du personnel de WCL ne peut les obtenir, à moins d'une entente préalable.
- Utiliser les informations pour créer un avantage concurrentiel
- Partager toute information personnelle sans la permission de l'athlète





Nous pouvons

- Travailler de manière proactive avec les entraîneurs.
- Surveiller la santé et le bien-être de l'athlète et répondre à ses besoins.
- Surveiller le poids (diététicien sportif uniquement) pour s'assurer que l'athlète se maintient en bonne santé et qu'il pourra réellement respecter la limite de poids. Cet outil sera utilisé de manière proactive pour offrir un soutien à l'athlète.
- Activer l'aide médicale si nécessaire (médecin de l'équipe uniquement).
- Offrir une rétroaction régulière à votre entraîneur (Physiologie).
- Permettre aux athlètes d'accéder à leurs données.
- Utiliser les informations recueillies pour aider à prendre de meilleures décisions.
- Utilisez vos données historiques pour améliorer vos futurs plans d'entraînement.
- Utiliser des données récapitulatives concernant les taux de blessures pour mettre en œuvre de futurs programmes de prévention.

Ce que nous ne ferons pas

- Nous ne réagirons pas de manière spontanée en nous basant sur les données. Nous regarderons aux tendances des données sur le long terme (jours/semaines) plutôt que de changer d'idée chaque jour.
- Nous ne ferons pas de surveillance excessive.
- Nous ne ferons pas un modèle unique pour tout le monde. Nous travaillerons avec l'entraîneur pour permettre à chaque centre d'entraînement de personnaliser l'outil.
- Nous ne prendrons pas de décisions basées uniquement sur le suivi. Nous veillerons à ce que les données des suivis ne soient qu'un élément du processus décisionnel. Cet outil ne remplacera pas les conversations entre les athlètes et les entraîneurs, les performances et les résultats à l'entraînement.

PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT ANNUEL

On s'attend à ce que tous les athlètes seniors, juniors et ceux de la prochaine génération qui sont brevetés et ciblés aient un programme d'entraînement annuel accessible en tout temps. L'ÉSI, la





coordonnatrice et le directeur de la haute performance établiront un programme d'entraînement annuel obligatoire au début de l'automne, ce qui déterminera le financement et la programmation. Ce programme sera mis à jour régulièrement. Tous les athlètes brevetés, faisant partie de la prochaine génération ou du Programme B doivent soumettre leur programme annuel d'entraînement d'ici le 3 avril 2020 (à moins d'indication contraire du DHP).

CODE DE CONDUITE

Voici un extrait du code de conduite de WCL qui peut être consulté à l'adresse suivante : <https://wrestling.ca/fr/resources/manuel-de-politiques/>.

On s'attend à ce que TOUS LES PARTICIPANTS :

- **Posent des gestes positifs d'esprit sportif** et découragent tous les cas de jeu illégal ou illégitime, ou actes de violence, que ce soit avant ou pendant les compétitions ou les séances d'entraînement
- **Fassent preuve du niveau le plus élevé de respect** et protègent les droits, la dignité et la valeur de tout le monde, peu importe leur race, leur origine nationale ou ethnique, leur couleur, leur religion, leur âge, leur sexe, leur identité et leur expression sexuelles, leur état matrimonial, leur statut familial, leur handicap et (ou) le fait qu'ils aient eu une condamnation dont ils ont été amnistiés
- **Utilisent de manière responsable les médias sociaux** et s'abstiennent de publier, transmettre ou afficher des notes, textes, photographies ou tout autre contenu offensant, qui nuit à l'image de Wrestling Canada Lutte
- **Donnent un exemple positif** et condamnent la consommation de drogues à usage récréatif ou améliorant la performance et le recours à des pratiques de dopage, car cela met en danger la santé des athlètes et est contraire à la notion de compétition juste et équitable
- **Fassent preuve d'intégrité dans tous les domaines touchant au sport** en se comportant de manière honnête et transparente
- **Règlent toutes les situations de conflit d'intérêts potentiel**





- **Respectent et protègent les renseignements confidentiels obtenus** dans l'exercice de leurs fonctions, en les sauvegardant pendant leur utilisation, en les conservant adéquatement, et en n'en parlant qu'avec des personnes qui ont légitimement affaire avec Wrestling Canada Lutte et qui doivent prendre connaissance de ces renseignements.

On s'attend à ce que les athlètes

- Respectent toujours les décisions de l'arbitre
- Ne soient jamais impliqués dans des actes de jeu déloyal
- Respectent aussi bien l'esprit que la lettre des règles de compétition, et soient des modèles des idéaux les plus élevés d'éthique et d'esprit sportif;
- Ne commettent jamais d'actes non respectueux, de quelque sorte que ce soit, incluant des jurons, des gestes obscènes, des remarques offensantes, des méchancetés, des moqueries, railleries ou sarcasmes, ou d'autres actes dégradants à l'égard d'autres athlètes, officiels ou supporteurs;
- Prennent soin de, et respectent les installations et l'équipement auxquels ils ont accès pendant l'entraînement et les compétitions
- Prennent soin de leur santé et ne consomment aucune substance illégale ou nuisible à la santé. Plus spécifiquement, Wrestling Canada Lutte a adopté et s'est engagée à respecter le Programme canadien antidopage
- Reconnaissent que de nombreux officiels, entraîneurs et arbitres sont des bénévoles qui donnent de leur temps pour offrir leurs services et ils doivent par conséquent être traités avec le plus profond respect.

SONDAGE

Tout au long de l'année, Wrestling Canada Lutte peut aussi envoyer d'autres sondages liés au programme de haute performance ou à la programmation dans son ensemble. On s'attend à ce que chaque athlète prenne le temps de répondre au sondage le plus rapidement possible afin que WCL puisse utiliser ces informations à l'avenir.





Avant et après chaque événement, une rencontre en personne sera prévue afin de discuter de ce qui est à venir et de ce qui s'est produit.

FAMILLE ET SUPPORTEURS

Les familles et les supporteurs des athlètes de WCL sont invités à assister aux événements, mais on s'attend à ce que les familles et les supporteurs respectent les directives suivantes :

- Aucune famille ni supporteur ne réservera de chambre dans les hôtels des équipes. Dans des circonstances exceptionnelles, il peut être possible de déroger à cette règle avec l'approbation du DHP. Par exemple, les chaperons pour les compétitions internationales chez les cadets auxquels participent des athlètes mineurs.
- Les athlètes devront assister à la compétition et faire partie de l'équipe, ce qui comprend le fait de voyager avec l'équipe, de manger avec l'équipe, etc.
- Les athlètes ne seront pas autorisés à participer à des compétitions non sanctionnées par l'équipe, à faire du tourisme, à prendre des repas, etc. avant ou pendant la compétition, à moins que le chef d'équipe de la compétition ne donne son accord. Toutes les demandes raisonnables seront examinées avec l'intention de maintenir des performances de haut niveau.
- Quand ils sortent avec leur famille et leurs supporteurs, les athlètes doivent reconnaître qu'ils sont toujours membres d'une équipe nationale et, à ce titre, ils doivent agir et se comporter en tant que membres de l'équipe nationale.
- La famille et les supporteurs doivent aussi prendre en considération et suivre les directives du code de conduite de WCL :
 - Respecter les décisions de l'arbitre — ne pas se plaindre ou discuter des décisions pendant ou après un match
 - Les propos antisportifs, le harcèlement ou les comportements agressifs ne seront pas tolérés
 - Ne jamais ridiculiser ou mépriser un athlète qui a commis une erreur — respecter ses efforts





- Encourager de manière positive afin de motiver les athlètes que vous soutenez ; n'encouragez pas de manière à narguer ou intimider les adversaires, leurs supporters ou les officiels.

PAA DE SPORT CANADA

La plupart des informations suivantes sont extraites du «Programme des athlètes brevetés 2020-2021» de Wrestling Canada Lutte qui peut être consulté en ligne à l'adresse :

[https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2018/04/Carded Athlete Program 2020 2021 FINAL F.pdf](https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2018/04/Carded_Athlete_Program_2020_2021_FINAL_F.pdf)

POLITIQUE

Le programme de brevet de Wrestling Canada Lutte est subventionné par Sport Canada dans le cadre du Programme d'aide aux athlètes. Le but du programme de brevet est de s'assurer que les athlètes identifiés comme ayant un potentiel international se voient offrir les opportunités nécessaires pour connaître du succès au niveau international. La politique de WCL doit être conforme à la politique du PAA de Sport Canada. Elle peut être consultée à l'adresse suivante : <https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/services/financement/aide-aux-athletes.html>

Le statut d'athlète breveté est un privilège réservé aux athlètes qui ont démontré et continuent à démontrer des capacités et un engagement exceptionnels envers le sport de la lutte. Les politiques de Sport Canada et du Programme d'aide aux athlètes sont conçues pour soutenir les athlètes amateurs de haut niveau qui démontrent le potentiel de se hisser parmi les huit meilleurs au monde. Le PAA de Sport Canada ne financera que les athlètes qui participent aux compétitions dans les catégories de poids olympiques de 2020 de l'UWW.



Le **brevet senior international (SR1/2)** sera octroyé à un athlète qui termine parmi les huit premiers aux championnats du monde senior ou aux Jeux olympiques.

Les critères du **brevet senior national (SR)** ont été élaborés par Wrestling Canada Lutte.

Pour plus d'informations sur le Programme d'aide aux athlètes de Sport Canada, téléchargez la brochure du programme à l'adresse suivante : <https://wrestling.ca/fr/resources/manuel-de-politiques/>

FRAIS DE SCOLARITÉ

Sport Canada offre une aide pour les frais de scolarité reliés aux études postsecondaires des athlètes admissibles. Sport Canada couvre jusqu'à un maximum à vie de 22500 \$ et une limite de 5500 \$ par cycle de brevet. L'aide aux frais de scolarité est disponible pour les cours dans les universités ou collèges canadiens qui sont financés par l'État. D'autres établissements d'enseignement canadiens peuvent être pris en considération pour le soutien aux frais de scolarité au cas par cas et DOIVENT ÊTRE PRÉAPPROUVÉS.

Les cours qui sont reconnus pour des crédits de stage dans des métiers ou des professions et les cours par correspondance/en ligne menant à un diplôme ou à un certificat, comme déterminé par le PAA, peuvent aussi bénéficier d'une aide aux frais de scolarité.

COUVERTURE DU PNCE

Les cours du Programme national de certification des entraîneurs suivis dans un Institut national de formation des entraîneurs ou par une autre voie donnent droit à une aide aux frais de scolarité. Ces cours peuvent être suivis à temps plein ou à temps partiel.



CCES

GROUPE NATIONAL D'ATHLÈTES

WCL a officiellement adopté le Programme canadien antidopage de 2015 comme principale politique nationale antidopage. Dans le cadre de cette politique, WCL doit créer un groupe national d'athlètes (GNA) et identifier les athlètes qui en feront partie. Les athlètes de ce groupe ont les responsabilités suivantes :

- Suivre le cours *L'ABC du sport sain* offert en ligne
- Signer le contrat de l'athlète
- Vérifier le statut de tous les médicaments qu'ils prennent et vérifier s'ils ont besoin d'une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) pour l'un d'entre eux.
- S'assurer que WCL dispose de la bonne adresse et du bon numéro de téléphone cellulaire.

Si vous êtes mineur, veuillez informer vos parents ou votre tuteur que vous avez été ajouté au GNA. Le personnel de WCL vous fera parvenir le contrat de l'athlète et les informations concernant l'inscription au cours «L'ABC du sport sain» au moment où vous serez informé de votre acceptation au sein du programme.

Pour toute question, veuillez contacter Bradlee Nemeth du CCES à l'adresse suivante : bnemeth@cces.ca.

GROUPE CIBLE ENREGISTRÉ

En vertu du Code mondial antidopage, chaque organisation nationale antidopage doit désigner un groupe d'athlètes soumis au plus haut niveau de règles antidopage. Le Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES) est chargé du maintien du Groupe cible enregistré (GCE).

Les athlètes qui feront partie du GCE seront informés distinctement de l'avis concernant leur place au sein du groupe national d'athlètes. Les athlètes du GCE auront des obligations spécifiques, dont celle de soumettre au CCES des renseignements sur la localisation.



Pour obtenir des ressources supplémentaires concernant les athlètes, veuillez consulter la Zone athlètes du CCES à cces.ca/fr/zoneathlete.

ADAMS/LOCALISATION

ADAMS est un système de localisation basé sur Internet qui est utilisé par le CCES et l'Agence mondiale antidopage (AMA). Si vous êtes un athlète du GCE, vous devrez apprendre à utiliser le système ADAMS.

Le système vous permet de signaler vos déplacements à partir de n'importe où et à n'importe quel moment. Les dates limites de transmission des renseignements sur la localisation sont les suivantes :

<u>Trimestre</u>	<u>Date limite</u>
Janvier — Mars	31 décembre
Avril — Juin	31 mars
Juillet — Septembre	30 juin
Octobre — Décembre	30 septembre

Pour obtenir un nom d'utilisateur et un mot de passe, veuillez envoyer un courriel avec votre nom et votre sport à whereabouts@cces.ca.

L'ABC DU SPORT SAIN

Les athlètes et le personnel de soutien du PCA sont tenus de suivre une formation antidopage chaque année. Le CCES donne accès au cours *L'ABC du sport sain* par l'intermédiaire de son portail de formation en ligne. Le cours aborde de nombreux sujets, notamment l'éthique dans le sport, la liste des interdictions, les suppléments, les stéroïdes, les droits et responsabilités des athlètes, le contrôle du dopage, ainsi que les violations et les sanctions. Les athlètes admissibles qui ne font que mettre à jour leur formation n'auront pas besoin de suivre le cours en entier l'année suivante. Ils devront plutôt suivre une formation plus courte : La révision de l'ABC du sport sain.

Pour accéder au portail de formation en ligne, vous recevrez une invitation par courriel contenant un code d'inscription au moment où vous serez informé de votre admission au sein du GNA ou du GCE. Si





vous n'avez pas reçu de courriel et croyez que vous auriez dû en recevoir un, veuillez contacter le personnel de haute performance immédiatement.

Vous trouverez de plus amples informations à l'adresse suivante : <https://cces.ca/fr/formation-et-apprentissage-en-ligne>

AUT

Les autorisations d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) peuvent donner à un athlète l'autorisation de prendre des médicaments nécessaires. Les AUT couvrent des maladies ou des conditions qui forcent un athlète à prendre des médicaments qui font partie de la liste des interdictions de l'Agence mondiale antidopage. Il est important de noter que les athlètes ne reçoivent pas automatiquement leur autorisation et ils doivent s'assurer de suivre les procédures appropriées.

Tous les athlètes doivent connaître les règles et les exigences en matière d'AUT. Elles varient selon le cas, le sport et l'athlète.

Voici quelques exemples d'AUT :

- Insuline pour le traitement du diabète de type 1
- Inhalateur bêta-2 agoniste, tel que la terbutaline, pour le traitement de l'asthme
- Méthylphénidate pour le traitement du TDA ou du TDAH

VEUILLEZ NOTER que ces exemples ne garantissent pas l'approbation d'une demande d'AUT spécifique d'un athlète.

Pour plus d'informations concernant les autorisations d'usage à des fins thérapeutiques, veuillez consulter le site : <https://cces.ca/fr/autorisation-dusage-des-fins-therapeutiques>





FORMATION MÉDIATIQUE

PROTOCOLE SUR LES MÉDIAS SOCIAUX

Wrestling Canada Lutte croit en l'utilisation des médias sociaux pour améliorer la communication entre nos équipes nationales, les amateurs du sport, les médias et nos partenaires. Wrestling Canada Lutte encourage l'utilisation des médias sociaux d'une manière positive et responsable.

NOTES GÉNÉRALES

- Votre responsabilité première est envers l'équipe dans laquelle vous vous trouvez. Ne laissez pas les médias sociaux devenir une distraction
- Évitez la négativité sur les médias sociaux
- Comprenez bien les paramètres de vos médias sociaux pour savoir qui peut voir quoi dans vos profils
- Vous êtes l'ultime responsable de ce que vous publiez.

CONFIDENTIALITÉ

Les informations suivantes ne doivent pas être divulguées sur les médias sociaux :

- Les informations discutées dans le cadre des réunions d'équipe, y compris les citations, les devises, les objectifs et les informations personnelles
- Les informations confidentielles sur les lutteurs, les entraîneurs, les bénévoles ou le personnel

CONDUITE

Exprimez toujours vos idées et vos opinions de manière positive et respectueuse

- Ne vous lancez pas dans des disputes, des attaques personnelles ou des échanges hostiles
- Optez pour un langage approprié. N'utilisez pas de jurons et de blasphèmes
- Si vous n'êtes pas d'accord avec un article publié par Wrestling Canada Lutte ou si vous y voyez une erreur, évitez de faire des commentaires sur les médias sociaux. Informez-nous plutôt par courriel, par téléphone ou en personne

CONTENU





- Évitez de publier du contenu sur des sujets controversés, notamment la politique, la religion ou le sexe
- Assurez-vous que le contenu publié est véridique sur le plan des faits
- Ne publiez pas de photos comportant de la nudité ou des obscénités
- Ne suivez pas et n'interagissez pas avec des comptes inappropriés
- Évitez de promouvoir des marques non approuvées par WCL dans le cadre d'un événement
- Évitez les activités d'animation d'un compte de média social sans l'accord préalable de WCL

UTILISATION PENDANT UNE COMPÉTITION

- L'utilisation des médias sociaux pendant les compétitions est laissée à la discrétion des entraîneurs et du personnel
- Les médias sociaux ne doivent pas contribuer à détourner l'attention portée vers la compétition ou l'entraînement
- Tenez compte de votre rôle au sein de l'équipe pour déterminer si le contenu/le moment de la publication est approprié (par exemple, *tweeter* pendant la compétition, publier des photos de mineurs ou de personnes vulnérables, etc.)

STRATÉGIE MÉDIATIQUE

POURQUOI LES MÉDIAS?

Les médias vous donnent la possibilité de raconter votre histoire

- Votre histoire peut faire en sorte que les Canadiens s'intéressent à vous et au sport
- Les médias vous aideront à vous faire connaître, ce qui peut mener à d'autres opportunités
- Vous façonnez votre histoire et votre «marque personnelle» en contrôlant ce que vous dites pendant les entrevues

DÉVELOPPER VOTRE HISTOIRE

- Préparez-vous pour les médias avant l'événement
- Préparez vos meilleures histoires
- Préparez-vous aux pires questions
- Utilisez les médias comme une occasion d'éduquer





- Parfois, la meilleure occasion de raconter votre histoire se présente au moment qui semble être le pire

MESSAGES CLÉS

- Préparez et apprenez vos messages clés
- N'oubliez pas de répondre aux questions directement et honnêtement avant de réfléchir aux messages clés
- Utilisez les messages clés dans leur contexte

FAIRE DES LIENS

- Apprenez vos messages clés et « faites des liens » vers ces messages
- Faites un lien à partir de la question vers le point que vous voulez faire
- Exemples : « Ce que je peux vous dire... » « Ce que je sais... » « Je pense qu'il est important... »

DES CONSEILS SUR LES RELATIONS AVEC LES MÉDIAS

- Détendez-vous et faites une pause
- Certains médias peuvent ne pas connaître votre sport — gardez les choses simples
- Chérissez l'opportunité
- Faites-les entrer dans votre monde
- Anticipez les questions
- Montrez votre personnalité
- N'oubliez pas que vous avez le contrôle

CONTROVERSE

- Évitez de discuter de sujets controversés avec les médias
- Axez la conversation sur vos expériences (votre préparation, vos matchs, vos résultats)
- Faites ce que vous devez faire — évitez la négativité, concentrez-vous sur les aspects positifs

CE QU'IL FAUT FAIRE

- Prenez votre temps si vous en avez besoin
- Parlez de ce que vous savez (faire des liens)
- Soyez préparé et soyez vous-même
- Utilisez un langage professionnel et un langage corporel positif
- Soyez « dans l'instant présent »





CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- Parler des problématiques d'équipe
- Utiliser le «jargon» de la lutte
- Être grossier ou irrespectueux
- Trop s'éloigner du sujet
- Essayer de combler les silences





ASSURANCES

RÉSUMÉ DU PAAC

Le PAAC est disponible comme suit (en fonction du budget) :

- Les athlètes ciblés du Programme B seront couverts au moins par le niveau Bronze (couverts par WCL)
- Le PAAC est disponible à l'achat pour tous les athlètes et entraîneurs membres affiliés de WCL — veuillez contacter Jennifer Stairs pour plus d'informations.
- Assurance voyage
 - Les athlètes de toutes les épreuves devront payer une assurance voyage (5 \$/jour)
 - L'assurance médicale de voyage du PAAC offre une couverture 24 heures sur 24 en cas de blessure ou de maladie. Le PAAC comprend aussi un programme d'assistance voyage disponible pour les membres quand ils voyagent.

Chaque athlète doit lire et comprendre la couverture fournie par Wrestling Canada Lutte par l'intermédiaire du PAAC et décider par lui-même si une couverture supplémentaire est nécessaire pour son voyage.

Il est important de noter que certains services de santé qui ne sont pas couverts par le PAAC peuvent être couverts par des avantages sociaux offerts aux parents, offerts par l'école ou au travail. Par exemple, le diététicien professionnel n'est pas couvert par le PAAC, mais il bénéficie souvent d'avantages sociaux offerts aux professionnels. Il est recommandé à chaque athlète de prendre le temps de s'informer sur le PAAC et sur ses autres options en matière de services de santé.

Vous trouverez de plus amples informations à l'adresse suivante : <https://mkirsch.ca/apercu/>

DIRECTIVES DU PAAC SUR LES RÉCLAMATIONS





Les directives suivantes sont une version abrégée. Les directives complètes du PAAC concernant les réclamations sont disponibles en tout temps en ligne à l'adresse suivante : <https://mkirsch.ca/reclamations/>

1. Section sur la déclaration de l'assuré (demandeur)

La première étape consiste à remplir les formulaires de réclamation qui peuvent être trouvés en ligne en cliquant sur le lien ci-dessus. Si vous avez une assurance auprès d'une autre compagnie, soumettez d'abord votre demande à cet assureur avant de la soumettre au PAAC. Si vous recevez une réclamation partielle ou si vous ne recevez rien, vous pourrez alors soumettre votre réclamation auprès du PAAC. CONSERVEZ TOUS LES REÇUS ET RENSEIGNEMENTS DE LA SOUMISSION, car ils seront nécessaires au moment de la soumission au PAAC.

2. Section sur l'autorisation du club sportif

Cette section doit être signée par une personne autorisée de l'organisation sportive (WCL).

3. Section sur la déclaration du médecin traitant

Cette section peut être complétée, signée et datée par un physiothérapeute autorisé ou un thérapeute du sport agréé, membre de l'Association canadienne des thérapeutes du sport (ACTS), pour les traitements de physiothérapie, de thérapie du sport ou de massothérapie seulement. Pour tous les autres traitements assurés, un médecin doit compléter et signer cette section.

4. Autres points utiles

Présentez la réclamation le plus rapidement possible, de préférence dans les 90 jours suivant l'accident/la blessure ou la date à laquelle vous avez reçu les soins.

Conservez tous les reçus à joindre à votre réclamation. Si vous recevez des reçus additionnels après la présentation de votre demande initiale, vous pouvez les joindre à une « lettre pour reçus additionnels » au lieu de présenter une nouvelle demande.

5. Comment soumettre votre réclamation

Vous pouvez numériser votre formulaire de manière claire et lisible et l'envoyer par courriel à :

Anglais : claims.spgroup@ssq.ca

Français : reclamations.spgroupe@ssq.ca



Vous pouvez envoyer votre réclamation par télécopie à : 1-855-690-9895

Vous pouvez envoyer votre réclamation par courrier à

SSQ, Société d'assurance
1225 rue St-Charles Ouest
Bureau 200
Longueuil, Québec
J4K 0B9

6. Paiements des réclamations

Vous pouvez recevoir votre réclamation par dépôt direct en remplissant le «formulaire d'autorisation de dépôt direct». Envoyez une copie d'un chèque portant la mention «ANNULÉ». Chaque membre doit procéder ainsi une seule fois. Si vos informations bancaires changent, il faudra probablement refaire cette procédure.

Vous pouvez recevoir un paiement par chèque. Veuillez vous assurer que la compagnie d'assurance possède la bonne adresse postale.



POLITIQUES DE VOYAGE

Les frais sont payés par Wrestling Canada Lutte avant l'arrivée à la destination. Les athlètes/le personnel qui ne sont pas entièrement subventionnés recevront une facture après l'événement, une fois que toutes les conversions de devises auront été traitées. Les personnes qui font un voyage à leurs frais DOIVENT remplir le plan de paiement avant leur départ.

Si une personne subventionnée choisit de voyager en dehors des dates spécifiées, elle devra payer la différence de prix des vols entre les dates prévues et les nouvelles dates.

CADETS ET JUNIORS

Dans le cadre des voyages domestiques (au Canada), tous les efforts seront faits pour que les athlètes voyagent avec un entraîneur ou un tuteur.

À l'occasion des voyages internationaux, les athlètes de moins de 18 ans voyageront avec un entraîneur ou un tuteur approuvé par WCL.

U23 ET SENIORS

Dans la mesure du possible, Wrestling Canada Lutte s'efforcera de faire voyager les membres de l'équipe ensemble sur les mêmes vols. Ce n'est toutefois pas possible dans certains cas.

INSCRIPTION DES CANADIENS À L'ÉTRANGER

Wrestling Canada Lutte et le gouvernement du Canada recommande à tous les Canadiens de s'inscrire quand ils voyagent à l'étranger. L'inscription des Canadiens à l'étranger est un service gratuit permettant de s'inscrire en cas d'urgence à l'étranger ou au pays. Pour s'inscrire, veuillez consulter le site : https://voyage.gc.ca/voyager/inscription?_ga=2.10667828.1447354160.1598553707-515015206.1598553706

HÉBERGEMENT





Pour les tournois sanctionnés par l'UWW et la plupart des événements/voyages, le personnel et les athlètes de Wrestling Canada Lutte seront logés dans les établissements d'accueil. Le séjour minimum est de quatre jours pour les événements sanctionnés par l'UWW et il est attendu que tous les athlètes et le personnel respectent cette directive. Tout athlète se retirant de l'événement ou ajustant son horaire après la date limite approuvée est responsable de tous les frais ou coûts non récupérés.

En général, les athlètes seront logés à deux dans une chambre. Les ÉSI/le personnel médical disposeront de leur propre chambre pour bénéficier d'un espace de traitement. Des exceptions peuvent être accordées à condition d'aviser le chef d'équipe et/ou l'entraîneur-chef pour l'événement à une date raisonnable.

Les athlètes seront tenus responsables de tout dommage. Toutes les dépenses encourues par un athlète en rapport avec des biens endommagés seront refacturées aux personnes responsables des dommages.

DÉPENSES ADMISSIBLES

Les demandes de remboursement de Wrestling Canada Lutte peuvent être consultées en ligne dans la section **Formulaires et documents** sous la rubrique **Ressources** : <https://wrestling.ca/fr/ressources/formulaires-et-documents/>. Des reçus sont exigés au moment de la présentation de la demande.

Wrestling Canada Lutte couvre un bagage par athlète financé ainsi que les tables thérapeutiques. La politique complète en matière de dépenses est disponible à l'adresse suivante : <https://wrestling.ca/fr/ressources/manuel-de-politiques/>. Veuillez noter que les dépenses telles que les frais de taxi, le stationnement à l'aéroport, etc. doivent être préapprouvées pour être remboursées.

CHANGEMENTS DE VOL/VOL RATÉ

Une fois que votre vol a été réservé et que l'itinéraire confirmé vous a été envoyé, il est considéré comme définitif. En cas de demande de modification de votre plan de vol après sa confirmation,





l'athlète sera responsable de tous les frais encourus (y compris les frais de changement de compagnie aérienne et la différence de prix du vol).

En cas d'urgence de voyage après 17 heures et le week-end (pour les vols réservés par WCL), contactez TASS/Uniglobe au 1-866-459-8995 ou envoyez un courriel à callme@tass247.com et mentionnez le code d'accès G5JA. Pour toute autre urgence, veuillez appeler le personnel de la haute performance de WCL.

PASSEPORTS ET VISAS

Dans le cadre de votre entente de l'athlète, vous devez avoir un passeport à jour et transmettre à WCL toute nouvelle information concernant votre passeport. WCL utilisera ces informations pour vous aider à demander les visas nécessaires quand vous vous rendez à des tournois ou à des événements.

Les athlètes doivent être à jour dans leurs courriels au cas où il y aurait des informations nécessaires pour obtenir un visa ou d'autres informations concernant un voyage ou un événement.

SIÈGES ET RÉSERVATION

Tous les vols réservés par Wrestling Canada Lutte s'effectuent auprès d'Uniglobe Travel. Tous les athlètes ont été invités à remplir un formulaire de voyage Uniglobe. Si vous n'avez pas reçu ce formulaire ou si vos informations ont changé, vous pouvez demander un nouveau formulaire en envoyant un courriel à jstairs@wrestling.ca.

La sélection des sièges est disponible au moment de l'enregistrement. Chaque compagnie aérienne est différente en ce qui concerne l'heure d'enregistrement. Air Canada, par exemple, vous permettra de vous enregistrer 24 heures avant l'heure de votre départ.





POLITIQUE RELATIVE À L'UNIFORME

UNIFORME DE L'ÉQUIPE NATIONALE

L'uniforme de l'équipe nationale est disponible pour les membres de toutes les équipes nationales de WCL qui représentent le Canada dans un événement international et pour lesquelles une sélection pour faire partie de l'équipe a eu lieu. WCL se réserve le droit de facturer des frais pour compenser les coûts de l'uniforme.

NOTORIÉTÉ DE LA MARQUE

Les maillots approuvés par l'UWW et produits par WCL doivent être portés à toutes les compétitions internationales assignées à l'équipe canadienne. Les uniformes de podium produits par WCL doivent toujours être portés par les athlètes qui représentent Équipe Canada sur le podium à la remise des médailles. Dans les événements internationaux, le port d'une tenue décontractée est encouragé pendant les entraînements (compétitions, camps d'entraînement, etc.). Veuillez ne pas porter de maillots du club quand vous représentez le Canada à une épreuve de l'équipe nationale (conformément à l'entente de l'athlète).

Veuillez vous assurer que vous portez l'uniforme fourni. Les ajustements/modifications ne sont pas autorisés.

RÉPARTITION DES UNIFORMES DE L'ÉQUIPE NATIONALE

Les équipes nationales sont regroupées en fonction de leur niveau de compétition (voir ci-dessous). Ce que chaque équipe reçoit variera en fonction du niveau et de la disponibilité de la marchandise au moment de l'événement. De manière générale, WCL souhaite que tous les membres des équipes portent le même uniforme. Toutefois, le style ou la couleur de certains articles peuvent varier légèrement en fonction du sexe ou de la catégorie d'âge.

Niveau	Catégorie	Équipes
1	Équipe senior	Équipe senior des championnats du monde Équipe senior panaméricaine





		Équipe senior de la Coupe du monde Athlète senior du PAA Équipe des Jeux olympiques Jeux panaméricains Équipes des Jeux du Commonwealth Championnats nationaux seniors + remplaçants (Classes de poids olympiques) Équipe senior mondiale (classes de poids non olympiques)
2	Équipe junior	Équipe du Championnat du monde junior Équipe du Championnat panaméricain junior Athlètes de développement du PAA Équipe des Jeux de la Francophonie
3	Équipe cadette	Équipe du Championnat du monde des cadets Équipe panaméricaine des cadets Équipe des Jeux olympiques de la jeunesse
4	Équipe des événements	Compétition internationale assignée (pour achat seulement)

Veuillez noter ce qui suit :

1. Les membres de l'équipe recevront UNE combinaison de podium (échauffement) et UN sac à dos tous les deux ans;
2. Les membres de l'équipe recevront la trousse d'équipe avec le nom de leur équipe chaque nouvelle année;
3. Les membres de l'équipe recevront ce qui précède une fois par année, quel que soit le nombre d'équipes auxquelles ils appartiennent. La trousse pour l'année sera celle attribuée à l'équipe appartenant au plus haut niveau auquel l'athlète est nommé.





REMARQUE : WCL se réserve le droit de changer ou de modifier les articles que les membres de l'équipe reçoivent selon les besoins, sous réserve des commandites et de la disponibilité de la marchandise.

Le tableau ci-dessous présente les articles fournis aux équipes (sous réserve de leur disponibilité) :

Niveau	Maillot (1 ensemble comprend 1 rouge et 1 gris)	Veste de podium	Pantalon de podium	Chandail à capuchon	Manches courtes	Manches longues	Shorts (H) Collants (F)	Sac à dos	Bottes de lutte	Souliers de course
1	1	1	1	1	1	1	1	1	À déterminer	À déterminer
2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0
3	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0
4	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0

Tous les efforts seront faits pour fournir les bonnes tailles aux athlètes. Dans la mesure du possible, et sous réserve de la disponibilité de la marchandise, WCL fera des efforts raisonnables pour organiser l'échange d'articles à la demande des membres de l'équipe, tant que l'article échangé n'a pas été porté. Les membres de l'équipe doivent contacter le coordonnateur aux communications Chris Reith à l'adresse creith@wrestling.ca pour organiser un échange de tailles. S'il n'est pas possible de procéder à des échanges, les membres de l'équipe doivent essayer de faire un échange avec un autre membre de l'équipe.

REEMPLACER UN ARTICLE

Si un athlète doit remplacer un article avant les délais attribués indiqués ci-dessus, ce sera à ses frais, sous réserve de la disponibilité de la marchandise.





ARRANGEMENTS CONCERNANT LES COMMANDITAIRES PERSONNELS DE VÊTEMENTS

Quand les athlètes possèdent leurs propres commanditaires de vêtements, les exigences et conditions suivantes doivent être respectées :

1. Les maillots approuvés par l'UWW et produits par WCL doivent toujours être portés au moment de représenter l'équipe canadienne en compétition
2. Les uniformes de podium produits par WCL doivent toujours être portés par les athlètes qui représentent Équipe Canada sur le podium à la remise des médailles.
3. Logos personnels des commanditaires (à déterminer). Veuillez contacter le département marketing de WCL pour plus d'informations.





RETRAITE

LISTE DE VÉRIFICATION

Voici une liste de mesures à prendre une fois que vous avez décidé de vous retirer de la lutte internationale afin de garantir que toutes les instances sportives concernées soient informées.

- Wrestling Canada Lutte — Veuillez envoyer un courriel au directeur et au gestionnaire de la haute performance
- Le CCES — Afin d’être retiré du GNA
- Sports Canada — Pour accéder à la carte de retraite unique

PLAN DE MATCH

Plan de match est le fruit d’une collaboration entre le Comité olympique canadien (COC), le Comité paralympique canadien (CPC), le Réseau des Instituts du sport olympique et paralympique (RISOP) et Sport Canada. Il vise à fournir les meilleures ressources du pays aux athlètes membres de notre équipe nationale, une équipe qui a donné et inspiré tant de personnes.

Plan de match soutient les athlètes de haut niveau et leur donne les moyens de poursuivre l’excellence pendant et après leur carrière sportive. Adoptant une approche proactive de mieux-être global de l’athlète, le programme est conçu pour aider les athlètes à s’adapter au changement et à se concentrer sur leur performance au moment le plus important. Pour en savoir plus, veuillez consulter notre section introduction.

Plan de match offre un avantage concurrentiel au Canada et pour les athlètes canadiens qui positionnera le Canada comme un leader mondial dans la communauté sportive.

Pour en savoir plus, consultez le site www.mygameplan.ca

Chaque ICS a aussi un membre du personnel responsable de la mise en œuvre de Plan de match dans sa province. Voici les personnes-ressources des quatre centres avec lesquels WCL est partenaire :





Sarah Kiengersky

ICS Pacifique

skiengersky@csipacific.ca

Cara Button

ICS Calgary

cbutton@csicalgary.ca

Rolf Wagschal

ICS Ontario

rwagschal@csiontario.ca

Sophie Brassard

INS Québec

sbrassard@faeq.com

CCES

Si vous ne faites plus de sport de compétition et que vous avez décidé de prendre votre retraite, vous n'êtes pas automatiquement retiré du groupe cible enregistré (GCE) ou du groupe national d'athlètes (GNA) du CCES. Vous allez demeurer dans le GCE et/ou le GNA du CCES jusqu'à ce que les étapes suivantes soient franchies :

- Vous signez et soumettez un formulaire de notification de retraite
- Le CCES reçoit et confirme votre formulaire
- Le CCES vous informe que vous avez été retiré du GCE et/ou du GNA

Ce n'est qu'après avoir franchi ces étapes que vous serez dispensé de vos obligations en tant qu'athlète du GCE ou du GNA, telle que l'obligation de communiquer vos renseignements sur la localisation.

Pour plus d'informations, veuillez consulter les règles 5.6.4 et 5.7.1 du PCA et vous référer à

<https://cces.ca/fr/retraite>

Retour à la compétition/Sortir de la retraite





Si vous avez envoyé votre notification de retraite au CCES et que vous décidez ensuite de revenir à la compétition dans des événements internationaux ou nationaux, vous devez suivre ces étapes **six mois* avant de revenir à la compétition** :

- Avez le CCES par écrit de votre intention de revenir à la compétition.
- Rendez-vous disponible pour les tests.
- Respectez les exigences en matière de localisation si on vous le demande.

Pour de plus amples informations, veuillez consulter la règle 5.7.1 du PCA.

* Si l'application stricte de la règle du préavis écrit de six mois est manifestement injuste envers l'athlète, une exemption peut être demandée en remplissant l'[Application pour exemption de la règle 5.7.1](#) du CCES.

SPORT CANADA

Les athlètes ayant bénéficié d'un brevet senior (C1, SR, SR1, SR2 et SR) pour au moins trois années peuvent présenter une demande d'aide en vue de recevoir, une fois en carrière, une aide pour le départ à la retraite pouvant atteindre 5000 \$ afin de les aider à faire la transition. Cette demande doit être faite dans l'année suivant la date du départ à la retraite. L'exigence relative au nombre d'années de brevet senior (au moins trois) peut être levée pour les athlètes brevetés qui participent à un programme de formation des entraîneurs approuvé par l'ONS et menant à une certification.

Les athlètes brevetés qui souhaitent recevoir une aide pour le départ à la retraite doivent fournir :

- un état de leurs revenus et dépenses actuels. Les dépenses doivent inclure les frais de logement, d'alimentation et de transport;
- un état des revenus et des dépenses que l'ONS examinera dans le cadre de la demande de soutien aux besoins spéciaux;
- une copie de l'avis de cotisation de l'Agence de revenu du Canada pour l'année d'imposition la plus récente.
- Un état des prévisions de leurs revenus et dépenses pour l'année suivante.

Tout ce qui précède doit être envoyé à Sport Canada par l'intermédiaire de WCL. Veuillez contacter la coordonnatrice de la haute performance afin d'aller de l'avant.



ATHLETESCAN

En tant que membres d’AthletesCAN, les athlètes retraités peuvent demander la bourse Dale Carnegie pour la formation en leadership : <https://athletescan.com/fr/zone-des-athletes/programmes/bourse-detudes-dale-carnegie>

Ils sont aussi admissibles à :

Régime de santé et de soins dentaires : <https://athletescan.com/fr/regime-medical-et-dentaire>

Rabais Purolator : <https://athletescan.com/fr/programme-de-livraison-purolator-inc>

TEMPLE DE LA RENOMMÉE

Le Temple de la renommée de Wrestling Canada Lutte (anciennement l’Association canadienne de lutte amateur) a été créé en 1975 pour reconnaître les accomplissements et contributions exceptionnelles à la lutte olympique, pour le Canada ou au Canada. Le Temple de la renommée comporte deux catégories de membres :

- **Catégorie des athlètes** – qui reconnaît officiellement les accomplissements des lutteurs et lutteuses qui ont représenté le Canada aux principaux Jeux ou compétitions internationales;
- **Catégorie des bâtisseurs** — qui reconnaît officiellement la contribution, le leadership et les capacités de ceux et celles qui ont contribué au développement de la lutte. Cette catégorie est ouverte à toutes les personnes qui ont servi la lutte à titre d’entraîneurs, d’officiels, d’administrateurs, de gérants ou de toute combinaison de ces fonctions.

Les candidats lutteurs autres que ceux et celles ayant remporté des médailles d’or aux Jeux olympiques ou aux championnats du monde ne seront pas pris en considération tant qu’il ne se sera pas déroulé cinq années depuis leur retraite des compétitions majeures.

Pour plus d’informations, veuillez télécharger la politique du Temple de la renommée à l’adresse suivante : <https://wrestling.ca/fr/resources/manuel-de-politiques/>

REMERCIEMENTS

Ce Manuel de l’athlète intègre des formulations et des concepts provenant de différentes sections de manuels disponibles et reconnus dans le domaine public. Plusieurs manuels des athlètes ou des équipes



nationales provenant d'organismes nationaux de sport ont servi de cadre directeur et ont été modifiés et adaptés afin de refléter les exigences de Wrestling Canada Lutte.

ANNEXE A : Formulaire de plan de paiement

FORMULAIRE DE PLAN DE PAIEMENT

Je, _____, reconnais que le non-paiement de tous les frais aux dates d'échéance convenues dans le plan de paiement peut entraîner une perte de privilèges concernant les services de WCL et la réduction ou la perte de l'accès aux camps d'entraînement et aux épreuves de sélection. Je comprends aussi que tout paiement à WCL sera d'abord crédité de tous les frais impayés et ensuite appliqué aux frais de l'événement. Je comprends aussi que le fait de me retirer du sport et, par

conséquent, de perdre mon statut de membre de WCL, ne me libère pas de mes obligations en vertu du plan de paiement.

INFORMATION DE L'ATHLÈTE :	
Nom de l'athlète	
Adresse courriel	
Téléphone (cell)	
Téléphone (maison)	
Adresse postale	
Ville, Province	
Code postal	
RENSEIGNEMENTS DU PARENT/TUTEUR (si l'athlète est âgé de moins de 18 ans) :	
Nom du parent	
Adresse courriel	
Téléphone (cell)	
Téléphone (maison)	
Adresse postale	
Ville, Province	
Code postal	
INFORMATIONS SUR L'ÉVÉNEMENT DE WCL :	
Nom de l'événement	
Coûts de l'événement (CAD)	
Date de départ	
SOURCE DE FINANCEMENT (le cas échéant) :	
Source de financement	
Montant	



La durée du remboursement dépend des coûts initiaux de l'événement. **Un acompte de 25 % du coût estimé et du plan de paiement est exigé avant le départ.** Vous trouverez ci-dessous les délais de remboursement.

Coûts de l'événement	Délais
Moins de 2000 \$	Remboursement effectué dans les deux mois suivant la fin du projet
Entre 2000 \$ et 4000 \$	Remboursement effectué dans les trois mois suivant la fin du projet
Plus de 4000 \$	Remboursement effectué dans les six mois suivant la fin du projet

Par la présente, je, _____, autorise WCL à débiter la carte de crédit inscrite ci-dessous selon le plan de paiement détaillé ci-dessous.

REMARQUE : Vous pouvez choisir un autre mode de paiement (virement électronique, chèque) avant la date de paiement. Si aucune alternative n'est proposée, WCL utilisera la carte de crédit fournie ici.

Numéro de carte de crédit : _____ Exp (m/a): _____ CVV: _____

Nom sur la carte de crédit : _____

*Les paiements par carte de crédit sont soumis à des frais de service de 3 %.

Montant total dû (solde d'ouverture) : _____

Date de paiement	Montant du paiement	Montant dû	Traité (usage interne seulement)

**Des lignes supplémentaires peuvent être ajoutées pour répondre à vos besoins*

Je, _____, accepte que le plan de paiement ci-dessus est un plan acceptable pour rembourser mes dettes auprès de WCL et j'accepte de respecter ce plan de paiement.





Nom de l'athlète
(Nom du parent/tuteur)

Signature de l'athlète
(Signature du parent/tuteur)

Date

LES MODES DE PAIEMENT POUR LE DÉPÔT ET LES PAIEMENTS ULTÉRIEURS

Transfert électronique

Transfert électronique à Eric Smith : ericsmith@wrestling.ca

Chèque — doit être reçu avant la date de départ

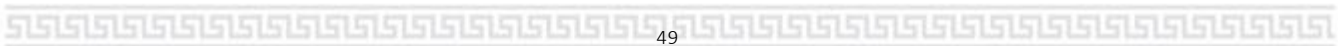
Wrestling Canada Lutte
7-5370 Canotek Rd.
Ottawa, ON
K1J 9E6

Carte de crédit

Veuillez contacter Eric Smith à Wrestling Canada Lutte en composant le 613.748.5686 x.1
Veuillez noter que des frais de service de 3 % seront appliqués.

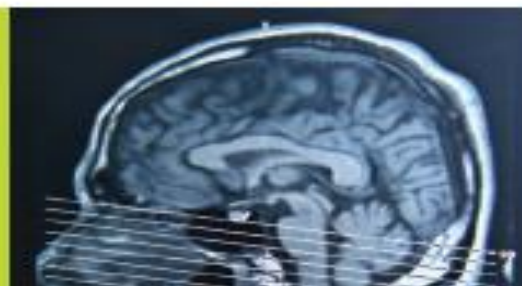
USAGE INTERNE SEULEMENT

Facture envoyée	Date : _____	Nom du projet : _____
Reçu envoyé	Date : _____	Ligne du poste budgétaire : _____



Annexe B : Directives sur les commotions cérébrales pour les athlètes

Concussion Guidelines for THE ATHLETE



WHAT IS A CONCUSSION?

A concussion is a brain injury that cannot be seen on routine x-rays, CT scans, or MRIs. It affects the way a person may think and remember things for a short time, and can cause a variety of symptoms.

WHAT ARE THE SYMPTOMS AND SIGNS OF CONCUSSION?

YOU DON'T NEED TO BE KNOCKED OUT (LOSE CONSCIOUSNESS) TO HAVE HAD A CONCUSSION.

THINKING PROBLEMS	ATHLETE'S COMPLAINTS	OTHER PROBLEMS
- Does not know time, date, place, period of game, opposing team, score of game - General confusion - Cannot remember things that happened before and after the injury - Knocked out	- Headache - Dizziness - Feels dazed - Feels "dinged" or stunned; "having my bell rung" - Sees stars, flashing lights - Ringing in the ears - Sleepiness - Loss of vision - Sees double or blurry - Stomachache, stomach pain, nausea	- Poor coordination or balance - Blank stare/glassy eyed - Vomiting - Slurred speech - Slow to answer questions or follow directions - Easily distracted - Poor concentration - Strange or inappropriate emotions (ie. laughing, crying, getting mad easily) - Not playing as well

WHAT CAUSES A CONCUSSION?

Any blow to the head, face or neck, or a blow to the body which causes a sudden jarring of the head may cause a concussion (ie. a ball to the head, being checked into the boards in hockey).

WHAT SHOULD YOU DO IF YOU GET A CONCUSSION?

You should stop playing the sport right away.

Continuing to play increases your risk of more severe, longer lasting concussion symptoms, as well as increases your risk of other injury. You should tell your coach, trainer, parent or other responsible person that you are concerned you have had a concussion, and should not return to play that day. You should not be left alone and should be seen by a doctor as soon as possible that day. You should not drive. If someone is knocked out, call an ambulance to take them to a hospital immediately. Do not move them or remove athletic equipment such as a helmet until the paramedics arrive.

CONCUSSION GUIDELINES FOR THE ATHLETE

HOW LONG WILL IT TAKE TO GET BETTER?

The signs and symptoms of a concussion often last for 7-10 days but may last much longer. In some cases, athletes may take many weeks or months to heal. Having had previous concussions may increase the chance that a person may take longer to heal.

HOW IS A CONCUSSION TREATED?

CONCUSSION SYMPTOMS ARE MADE WORSE BY EXERTION, BOTH PHYSICAL AND MENTAL. THE MOST IMPORTANT TREATMENT FOR A CONCUSSION IS REST.

You should not exercise or do any activities that may make you worse, like driving a car, reading, working on the computer or playing video games. No snow shoveling, cutting the lawn, moving heavy objects, etc. If mental activities (eg: reading, concentrating, using the computer) worsen your symptoms, you may have to stay home from school. You may also have to miss work, depending on what type of job you have, and whether it worsens your symptoms. If you go back to activities before you are completely better, you are more likely to get worse, and to have symptoms last longer. Even though it is very hard for an active person to rest, this is the most important step.

Return to school should not happen until you feel better, and these activities do not aggravate your symptoms. It is best to return to school part-time at first, moving to full time if you have no problems. Once you are completely better at rest, you can start a step-wise increase in activities (see "When can I return to sport?") It is important that you are seen by a doctor before you begin the steps needed to return to activity, to make sure you are completely better. If possible, you should be seen by a doctor with experience in treating concussions.

WHEN SHOULD I GO TO THE DOCTOR?

Anyone who gets a head injury should be seen by a doctor as soon as possible. You should go back to the doctor IMMEDIATELY if, after being told you have a concussion, you have worsening of symptoms like:

1. being more confused
2. headache that is getting worse
3. vomiting more than twice
4. not waking up
5. having any trouble walking
6. having a seizure
7. strange behaviour

WHEN CAN I RETURN TO SPORT?

It is very important that you do not go back to sports if you have any concussion symptoms or signs. Return to sport and activity must follow a step-wise approach:

STEP 1) No activity, complete rest. Once back to normal and cleared by a doctor, go to step 2.

STEP 2) Light exercise such as walking or stationary cycling, for 10-15 minutes.

STEP 3) Sport specific aerobic activity (ie. skating in hockey, running in soccer), for 20-30 minutes. **NO CONTACT.**

STEP 4) "On field" practice such as ball drills, shooting drills, and other activities with **NO CONTACT** (ie. no checking, no heading the ball, etc.).

STEP 5) "On field" practice with body contact, once cleared by a doctor.

STEP 6) Game play.

Note: Each step must take a minimum of one day. If you have any symptoms of a concussion (e.g. headache, feeling sick to your stomach) that come back either with activity, or later that day, stop the activity immediately and rest until symptoms resolve, for a minimum of 24 hours. See a doctor and be cleared before starting the step wise protocol again.

You should not go back to sport until you have been cleared to do so by a doctor.

Please sign below acknowledging that you have read and understood this Concussion Information document. A guardian's signature is also needed if the Athlete is under the age of 18.

Athlete's Name (Print): _____

Athlete's Name (Signature): _____

Guardian's Name (Print): _____

Guardian's Name (Signature): _____

Date: _____

