



# ÉQUIPE DU QUÉBEC



## Programmation 2023

Version du 2023-03-02





# À PROPOS DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC

Présentation générale du programme



# À distinguer

## Activités de l'équipe du Québec

Camps d'entraînement, compétition ou tout autre projet qui se déroule dans le cadre de la programmation de l'Équipe du Québec. Ces projets ne sont pas nécessairement réservés aux athlètes dont le nom figure sur la liste des athlètes identifiés.

## Équipe du Québec

Athlètes identifiés dont le nom figure sur la liste officielle publiée sur le site Web de la fédération:  
[wpq.quebec/programmes/equipe-du-quebec/](http://wpq.quebec/programmes/equipe-du-quebec/).

Prochaine mise à jour: Mai 2023





## Mission

Développement de l'excellence en waterpolo au Québec en préparant physiquement et mentalement les meilleurs athlètes québécois et québécoises âgés de 20 ans et moins afin qu'ils atteignent ou surpassent les plus hauts standards du waterpolo canadien et international.





## Objectifs

- Identifier les nouveaux talents
- Poursuivre le développement du talent déjà identifié
- Préparer les athlètes aux sphères compétitives supérieures (LCC19U, Ligue majeure de water-polo, Équipes nationales des groupes d'âge)
- Permettre aux athlètes de se faire remarquer au niveau national et international
- Soutenir financièrement les athlètes





## Objectifs (suite)

- Offrir un entraînement bonifié et complet
- Offrir un soutien médico-sportif
- Développer un esprit d'équipe au-delà du club d'appartenance
- Transfert du savoir vers les clubs
- Offrir une expérience de compétition internationale





# Water Polo Canada

- Processus unique pour l'identification des athlètes de niveau excellence.
- Processus unique pour la sélection des athlètes du programme des Équipes Nationales des Groupes d'Âge (ENGA).
- Implication des entraîneurs de clubs dans le processus d'évaluation.



# Waterpolo Québec

- Mandataire au Québec des Centres régionaux de développement (Inscriptions, évaluations et communications)
- Opportunités aux meilleurs athlètes du Québec de réaliser leur plein potentiel
  - Meilleur encadrement possible incluant un support médico-sportif
  - Formation stimulante et rigoureuse
  - Environnement sécuritaire
- Informer les athlètes et parents
- Offrir un support financier aux athlètes



# Rôle de l'athlète

- S'engager à représenter **dignement** le Québec
- Faire preuve **d'ouverture, de rigueur et de respect envers ses entraîneurs et ses coéquipiers**
- Être ponctuel, assidu et disponible
- Respecter dans son intégralité l'entente et le **code de conduite de l'athlète** du programme ÉQ qu'il/elle aura signé au moment de sa sélection
- Manifester un véritable **désir de développer** son plein potentiel en waterpolo
- Garder une **forme physique et mentale optimale**
- Informer dans les meilleurs délais le personnel entraîneur de tout élément ou situation qui pourrait affecter sa participation au programme





# Obligations, absences et dérogations

- Présent sur les lieux d'entraînement **20 minutes avant** le début d'une séance d'entraînement
- Le personnel entraîneur se réserve le droit de refuser l'accès à tout athlète qui se présente en retard à une séance d'entraînement sans pièce justificative. Une absence sera inscrite à son dossier le cas échéant.
- Toute absence doit être **signalée et justifiée au moins 24h** avant le début de la séance visée (*ex: preuve de convocation d'examen scolaire*).
- En cas de blessure, **seul un billet du médecin est recevable** comme pièce justificative.





# Obligations, absences et dérogations

- Les athlètes **sélectionnés aux programmes nationaux** de groupes d'âge jeunesse, junior ou senior (ex: Championnat panaméricains, Universiades, Championnats du monde) **peuvent s'absenter** du programme ET **demeurer identifiés de niveau élite**, sur **présentation de preuve justificative** et suite à **l'approbation** du personnel entraîneur.\*
- Les athlètes identifiés de **niveau « excellence »**, c'est-à-dire munis d'un brevet de Sport Canada, **pourront s'entraîner gratuitement** au sein du programme, et ce, peu importe leur âge.
- Lorsque le programme en fait mention, **les athlètes des programmes sport-études peuvent être exemptés de certains entraînements.**

*\*IMPORTANT: Les athlètes identifiés de niveau élite qui évoluent au sein des programmes nationaux doivent payer les frais d'inscription aux activités de l'équipe du Québec auxquelles ils participent.*





# LA PROGRAMMATION

## Saison 2022-2023

Présentation des projets



# L'équipe

## Opérations

- Bruno Vachon  
*Coordination*
- Michelle Erzen  
*Directrice générale par intérim WPQ*

## Personnel d'encadrement

- Maxime Crevier  
*Entraîneur-chef équipe masculine*
- Francisco Zelaya  
*Entraîneur-chef équipe féminine*
- Entraîneur·es adjoint·es et associés·ées  
*(entraîneur·es recruté·es auprès des clubs)*

## Équipe de soutien

- Rosine Castonguay (Actiforme)  
*Physiothérapie*
- Camille Jutras (Actiforme)  
*Préparation physique*
- Evelyne Telmosse (INS Québec)  
*Nutrition*
- Elena Grilli-Cadieux (INS Québec)  
*Préparation mentale*
- Sieger Roorda  
*Préparation mentale*





## Éligibilité

### Année de naissance

**Espoirs** Nés en 2007 – 2011

**Élites** Nés en 2003 – 2008

**Affiliation** Nationale

**Finances** Aucun solde en souffrance avec WPQ

## Types de projets

**Ouverts** Tous athlètes qui respectent les critères d'éligibilité

**Sur invitation** Réservés aux athlètes sélectionnés





# Projets | Sommaire

	Type	Date	Athlètes
Sommet Ontario-Québec	Sur invitation	13, 14 et 15 janvier	Athlètes identifié·es
Camp d'entraînement ouvert	Ouvert	<b>Hommes: 11 mars</b> <b>Femmes: 12 mars</b>	Athlètes éligibles
Camp de sélection <i>Équipe du Québec et camp estival</i>	Sur invitation	<b>29 et 30 avril</b>	Athlètes invité·es
Entraînements <i>Centres régionaux de développement</i>	Sur invitation	<b>22 janvier, 12 février,</b> <b>5 mars, 19 mars, 7 mai, 14 mai</b>	Athlètes invité·es 19U et 15U
Camp estival	Sur invitation	29 mai au 5 juillet	Athlètes invité·es
Conférences Sport'Aide	Ouvert	Mai ou juin	Athlètes éligibles
Compétition interprovinciale	Sur invitation	6 au 9 juillet	Athlètes invité·es





# Projets

	Type	Date	Athlètes
Sommet Ontario-Québec	Sur invitation	13, 14 et 15 janvier	Athlètes identifié·es nés entre 2003 et 2008
Piscines	INS Québec (à confirmer)		
Coûts	À venir		
Encadrement	Entraîneurs de l'équipe du Québec Entraîneur·es adjoint·es et associé·es Collaboration avec Water Polo Canada		
Notes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ce projet fait partie du programme des équipes nationales de Water Polo Canada et s'inscrit dans le processus de sélection des équipes qui participeront aux Championnats panaméricains des moins de 17 ans (avril 2023) et aux Championnats du monde juniors (masculin: juin 2023, féminin: août 2023).</li><li>• Des équipes seront constituées pour ce sommet et des athlètes des provinces de l'Ontario et du Québec y participeront. Tout au long du sommet, les diverses équipes s'affronteront et les athlètes seront évalués par les entraîneurs.</li><li>• Les athlètes élites seront priorisés lors des invitations. La participation au camp estival 2022 est requise.</li></ul>		





# Projets

	Type	Date	Athlètes
Camp d'entraînement ouvert	Ouvert	Hommes: 11 mars Femmes: 12 mars	Athlètes éligibles
Piscines	INS Québec		
Coûts	À venir		
Encadrement	Entraîneurs de l'équipe du Québec Entraîneur·es adjoint·es et associé·es Équipe de soutien		
Notes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tous les athlètes qui respectent les critères d'éligibilité seront invités.</li><li>• Seulement les athlètes qui auront participé à ce camp seront éligibles pour recevoir une invitation au camp de sélection de l'équipe du Québec et du camp estival.</li></ul>		





# Projets

	Type	Date	Athlètes
Camp de sélection <i>Équipe du Québec</i> <i>Camp estival</i>	Sur invitation	Hommes: 29 avril Femmes: 30 avril	Athlètes invité·es
Piscines	INS Québec (à confirmer)		
Coûts	À venir		
Encadrement	Entraîneurs de l'équipe du Québec Entraîneur·es adjoint·es et associé·es Équipe de soutien		
Notes	<ul style="list-style-type: none"><li>Seulement les athlètes qui auront participé au camp ouvert du <b>11 ou 12 mars 2023</b> pourront être éligibles pour ce projet.</li></ul>		





# Projets

	Type	Date	Athlètes
Entraînements <i>Centres régionaux de développement</i>	Ouvert	Journées à confirmer 22 janvier, 12 février, 5 mars, 12 mars, 19 mars, 7 mai, 14 mai	Athlètes invité·es 20U et 15U
Piscines	Cégep du Vieux-Montréal		
Coûts	25\$ + taxes par entraînement		
Encadrement	Entraîneurs de l'équipe du Québec Entraîneur·es adjoint·es et associé·es Équipe de soutien		
Notes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Un processus de sélection sera mis en place en cas de surnombre d'athlètes éligibles.</li><li>• Entraînements des femmes: 9h30 à 11h30</li><li>• Entraînements des hommes: 11h30 à 13h30</li><li>• Ces entraînements constituent une opportunité de développement entre les camps pour les athlètes de waterpolo. La participation est recommandée sans pour autant être obligatoire.</li></ul>		





# Projets

	Type	Date	Athlètes
Camp estival	Sur invitation	29 mai au 5 juillet	Athlètes invité·es
Piscines	Complexe sportif Claude-Robillard, INS Québec, Parc Jean Drapeau, Autres lieux possibles à déterminer		
Coûts	650\$ + taxes		
Encadrement	Entraîneurs de l'équipe du Québec Entraîneur·es adjoint·es et associé·es Équipe de soutien		
Notes	La participation aux conférences Sport'Aide est obligatoire afin de participer au camp estival.		







# Projets

	Type	Date	Athlètes
Conférences Sport'Aide	Ouvert	Mai ou juin	Athlètes éligibles
Lieu	En personne ou en ligne (à déterminer)		
Coûts	Gratuit		
Encadrement	Intervenants de Sport'Aide		
Notes	Ces conférences réalisées en collaboration avec Sport'Aide ont pour objectif de former les athlètes sur les différents enjeux entourant le sport sain et sécuritaire.		



[sportaide.ca](http://sportaide.ca)





# Projets

	Type	Date	Athlètes
Compétition interprovinciale	Ouvert	6 au 9 juillet	Athlètes invité·es
Piscines	Parc Jean Drapeau		
Coûts	Inclus avec le camp estival		
Encadrement	Entraîneurs de l'équipe du Québec Entraîneur·es adjoint·es et associé·es Équipe de soutien		
Notes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Un processus de sélection sera mis en place en cas de surnombre d'athlètes éligibles.</li><li>• La participation au camp estival est obligatoire afin de recevoir une invitation.</li></ul>		





# Fonctionnement

## Obligations et absences

- Statut de niveau élite
  - Présence obligatoire à tous les entraînements
- Statut de niveau espoir
  - Minimum de 3 entraînements par semaine requis
- Congés flexibles
  - Tout athlète bénéficie d'un bloc de 3 jours ouvrables de congé à sa discrétion entre le 5 juin et le 9 juillet 2023.
  - L'athlète devra aviser son entraîneur par courriel au minimum 24 heures avant son congé.





# Fonctionnement

## Dérogation

- En période scolaire: athlètes qui résident à l'extérieur de la région métropolitaine
  - Un accompagnement personnalisé incluant un plan d'entraînement individualisé sera fourni afin de permettre à l'athlète de maintenir son éligibilité au programme
- Hors période scolaire: athlètes qui résident à l'extérieur de la région métropolitaine
  - Une allocation de déplacement pourrait être octroyée aux athlètes afin de leur permettre de participer au programme





# MISE À JOUR DES STATUTS D'ATHLÈTES

Processus de sélection et avantages



# Informations générales

## Prochaines mise à jour

Mai 2023

**Niveau élite** Par Waterpolo Québec\*

**Niveau espoir** Par Waterpolo Québec

Juin et novembre 2023

**Niveau excellence** Par Water Polo Canada\*

\* Comprend un crédit d'impôt.

À noter que le statut de niveau « relève » de WPQ est temporairement suspendu par le Ministère.





## Sélection - Niveau élite

- Les premiers statuts de niveau élite seront attribués aux athlètes québécois qui répondent aux 3 critères suivants:
  - Ils ne sont pas identifiés de niveau excellence (pas de brevet de Sports Canada)
  - Ils sont nés entre 2003 et 2008 inclusivement
  - Ils s'entraînent à temps plein avec l'équipe nationale senior (ENS).
- Ces athlètes seront exemptés de participer aux entraînements de l'ÉQ à moins qu'ils perdent leur statut de partenaire d'entraînement à temps plein avec l'ÉNS au cours de la saison.
- Une liste de ces athlètes sera confirmée par WPC à WPQ au plus tard le 1<sup>er</sup> juin 2023





## Sélection - Niveau élite

- Pour être éligible au statut de niveau élite, tous les autres athlètes devront participer obligatoirement au:
  - Camp d'entraînement ouvert
  - Camp de sélection
  - Entraînements
- Comité de sélection
  - Entraîneurs WPQ
  - Entraîneur·es adjoint·es WPQ
  - Entraîneur délégué CRD (WPC)





## Sélection - Niveau élite

- Mai 2023: finalisation de la liste de priorisation, remise des bulletins sportifs, rencontre avec les athlètes et annonce de la sélection finale élite (18 athlètes masculins / 18 athlètes féminins)
- La liste des athlètes identifiés de niveau élite et excellence est utilisée en référence par Water Polo Canada pour le programme des équipes nationales des groupes d'âge (ENGA).





## Sélection - Niveau espoir

- Pour être éligible au statut de niveau élite, tous les autres athlètes devront participer obligatoirement au:
  - Camp d'entraînement ouvert
  - Camp de sélection
  - Entraînements
- Mai 2023: finalisation de la liste de priorisation, remise des bulletins sportifs, rencontre avec les athlètes et annonce de la sélection finale espoir
- Comité de sélection :
  - Entraîneurs chef WPQ
  - Entraîneur·es adjoint·es





# Avantages

## Crédits d'impôts

- Athlète identifié de niveau élite au 1<sup>e</sup> juin 2023
  - Maximum de 2000\$

\* Les crédits d'impôts seront répartis sur deux années fiscales.





# Avantages

## Programmes de bourses coordonnés par *SportsQuébec*

- Le Ministère confie à *SportsQuébec* le mandat de coordonner des programmes provinciaux de bourses aux athlètes.
- Ces programmes d'assistance financière sont destinés aux athlètes identifiés des niveaux : «excellence », « élite », « relève »\* ou « espoir ».
- Les différents programmes de bourses offerts aux athlètes proviennent des Fondations suivantes
  - Club de la médaille d'or
  - Fondation de l'athlète d'excellence du Québec
  - Fondation Nordiques
  - Fondation Sport-Études

\*Le statut de niveau « relève » est temporairement suspendu par le Ministère.





# Avantages

## Services scientifiques et médico-sportifs

- Le ministère de l'Éducation confie à l'[Institut national du sport du Québec](#) (INS Québec) et aux [Centre régionaux d'entraînement multisport](#) (CREM) le mandat d'assurer à tous les athlètes identifiés les services de soutien à la performance:
  - Programme d'accompagnement en services médico-sportifs et en sciences du sport pour athlètes identifiés des niveaux élite, relève et espoir.





# Avantages

## Services scientifiques et médico-sportifs

- Partenariat Actiforme en préparation physique et physiothérapie
  - Musculation, activation, récupération
  - Bilan de santé personnalisé
  - Traitement des blessures
  - Prévention des blessures





# Avantages

## Services scientifiques et médico-sportifs

- Partenariat INS Québec en préparation mentale et en nutrition
  - Bilan nutritionnel
  - Accompagnement en nutrition
  - Accompagnement en préparation mentale





# Avantages

## Centres régionaux d'entraînement multisports

- Ces centres régionaux d'entraînement multisports sont reconnus par l'INS Québec selon des critères de reconnaissance qui ont été convenus avec le Ministère.
- Les athlètes identifiés des niveaux élite, relève et espoir peuvent recevoir des services scientifiques et médico-sportifs du centre d'entraînement multisports de leur région. [La liste des centres est disponible sur le site Web de l'INS Québec.](#)





# Avantages

## Opportunités

- Sport-études
  - Athlètes éligibles: identifiés excellence (brevets Sport Canada), élite ou espoir (athlètes de 12 à 16 ans qui respectent les critères spécifiques)
  - Horaire scolaire adapté à l'entraînement/compétitions
  - Aide financière à l'institution scolaire pour services périphériques aux élèves-athlètes (Ex: Physiothérapie)
  - Aide financière au logement et transport pour résidents éloignés





# Implication des parents

## Levées de fonds

Les personnes qui désirent s'impliquer dans un comité de levée de fonds sont invitées à communiquer avec nous afin de nous faire part de leur intérêt.





# QUESTIONS

[equipequebec@waterpolo-quebec.qc.ca](mailto:equipequebec@waterpolo-quebec.qc.ca)

