

RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ

DE

CURLING QUÉBEC

Ci après désigné : FÉDÉRATION



**CURLING  
QUÉBEC**

DERNIÈRE RÉVISION – NOVEMBRE 2021

## AVIS AUX MEMBRES

Les articles suivants sont tirés de la *Loi sur la sécurité dans les sports* (L.R.Q., c.S-3.1) et s'appliquent au présent règlement.

- |                     |   |
|---------------------|---|
| Décision            | <p>29. Une fédération d'organismes sportifs ou un organisme sportif non affilié à une fédération doit, après avoir rendu une décision conformément à son règlement de sécurité, en transmettre copie, par courrier recommandé ou certifié, à la personne visée dans un délai de dix jours à compter de la date de cette décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les 30 jours de sa réception.</p> <hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1979, c. 86, a. 29; 1988, c. 26, a. 12; 1997, c. 43, a. 675; 1997, c. 79, a. 13; N.I. 2016-01-01 (NCPC).</p>  |
| Ordonnance          | <p>29.1 Le ministre peut ordonner à un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération de respecter le règlement de sécurité de cette fédération ou de cet organisme lorsque cette fédération ou cet organisme omet de le faire respecter.</p> <hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1988, c. 26, a. 13; 1997, c. 79, a. 14.</p>  |
| Infraction et peine | <p>60. Une personne qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre, de la Régie ou d'une personne à qui l'un ou l'autre a donné mandat commet une infraction et est passible d'une amende de 200 \$ à 10 000 \$.</p> <p>Un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre rendue en vertu de l'article 29.1 commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 100 \$ à 5 000 \$.</p> <hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1979, c. 86, a. 60; 1988, c. 26, a. 23; 1990, c. 4, a. 810; 1992, c. 61, a. 555; 1997, c. 79, a. 38.</p> |
| Infraction et peine | <p>61. En plus de toute autre sanction qui peut être prévue dans les statuts ou règlements d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération dont le ministre a approuvé le règlement de sécurité, une personne qui ne respecte pas une décision rendue par cette fédération ou cet organisme, en application de ce règlement, commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 50 \$ à 500 \$.</p> <hr style="width: 20%; margin-left: 0;"/> <p>1979, c. 86, a. 61; 1990, c. 4, a. 809; 1997, c. 79, a. 40.</p>   |

## TABLE DES MATIÈRES

### INTERPRÉTATION

#### CHAPITRE

- 1** Les installations et les équipements d'entraînement
- 2** La formation et l'entraînement des participants
- 3** La participation à un événement, à une compétition ou à un spectacle à caractère sportif
- 4** La formation et les responsabilités des personnes appelées à jouer un rôle auprès des participants
- 5** La formation et les responsabilités des personnes chargées de l'application des règles de jeu et des règles de sécurité, incluant notamment les responsabilités à l'égard de la prévention des incivilités
- 6** L'organisation et le déroulement d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif
- 7** Les lieux où se déroule un événement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif
- 8** Les installations et les équipements utilisés lors d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif
- 9** Les services et équipements de sécurité requis lors d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif
- 10** La prévention, la détection et le suivi des comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l'intégrité physique ou psychologique des personnes
- 11** Le contrôle de l'état de santé des participants
- 12** La prévention, la détection et le suivi des commotions cérébrales
- 13** Les sanctions en cas de non-respect du règlement

#### LISTE DES ANNEXES

- ANNEXE 1 Trousse de premiers soins
- ANNEXE 2 Rapport de blessure
- ANNEXE 3 Politique, règles et procédures en matière de protection de l'intégrité

## CHAPITRE 1 : LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENT

### SECTION 1 – Les installations

- |                          |    |  |
|--------------------------|----|--|
| Surface                  | 1. | La surface glacée où se déroule le jeu doit être lisse, non fissurée et exempte de tout obstacle non nécessaire à la pratique du curling.                  |
| Hauteur                  | 2. | La hauteur minimale du plafond de la salle où se déroule le jeu doit être de 2,5 mètres.   |
| Ventilation et éclairage | 3. | Un entraînement, une partie ou une compétition doivent se dérouler dans un endroit ventilé où l'éclairage est de trois (3) lux.                            |
| Accès                    | 4. | Les entrées, les sorties et les sorties d'urgence de l'aire de jeu doivent être déverrouillées et libres de tout obstacle empêchant une évacuation rapide. |

### SECTION 2 – Les équipements

- |                      |    |   |
|----------------------|----|---|
| Équipement local     | 5. | a) 16 pierres de curling par piste;<br>b) Deux (2) blocs de départ à chaque extrémité;<br>c) Tableau de pointage;<br>d) Mesure millimétrique;<br>e) Mesure de six (6) pieds;<br>f) Distributeur pour gouttelettes (« Pebble can »);<br>g) Couteau pour gouttelettes (« Nipper »);<br>h) Une vadrouille;<br>i) Resurfaceuse de glace (opérée par le personnel qualifié seulement). |
| Équipement personnel | 6. | a) Souliers de curling ou espadrilles avec semelles en caoutchouc;<br>b) Une brosse de curling par participant;<br>c) Un stabilisateur par équipe ou par participant (optionnel);<br>d) Une tige de lancement (pour personnes à mobilité réduite);<br>e) Un casque (fortement recommandé pour les débutants et pour les juniors).   |

### SECTION 3 – Les équipements de sécurité et de communication

- |                           |     |  |
|---------------------------|-----|--|
| Signalisation             | 7.  | La signalisation doit permettre de localiser la salle de premiers soins.                               |
| Trousse de premiers soins | 8.  | Une trousse de premiers soins conforme à l'annexe 1 doit être accessible près de l'aire de jeu.        |
| Téléphone                 | 9.  | Un téléphone doit être accessible près de l'aire de jeu.   |
| Service d'entretien       | 10. | Le responsable du centre doit effectuer une vérification hebdomadaire de la trousse de premiers soins. |
| Inspection                | 11. | La Fédération peut inspecter en tout temps les installations et les équipements.                       |

## CHAPITRE 2 : LA FORMATION ET L'ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTS

### SECTION 1 – L'entraînement

- |                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| Norme d'entraînement | 12. | Une séance d'entraînement doit débuter par une période d'échauffement.                   |
| Nombre de personnes  | 13. | Il est recommandé de limiter le nombre de participants à huit (8) personnes par glace.   |
| Nombre d'entraîneurs | 14. | Il est recommandé d'avoir un entraîneur pour chaque groupe de quatre (4) à 10 personnes. |

### SECTION 2 – Déroulement de la séance d'entraînement

- |                         |     |   |
|-------------------------|-----|---|
| Période d'échauffement  | 15. | Les participants débuteront avec des étirements avant d'embarquer sur la glace. Les participants pourront ensuite faire quelques glissades avant le début de la période d'échauffement afin d'éviter les blessures.                                   |
| Période d'entraînement  | 16. | Une période d'entraînement pour les adultes ne devra pas dépasser quatre (4) heures consécutives sur la glace. La période d'entraînement pour les enfants de 12 ans et moins devra se limiter à deux (2) heures consécutives sur la glace au maximum. |
| Période de récupération | 17. | Il est recommandé de prévoir une période de récupération d'au moins une (1) heure entre les séances d'entraînement.   |

### SECTION 3 – Règles de sécurité

- |                 |     |  |
|-----------------|-----|--|
| Responsabilités | 18. | Au cours d'un entraînement, le participant doit : <ol style="list-style-type: none"><li>Cesser de s'entraîner dès qu'il considère que son état de santé empêche la pratique normale du curling ou que cette pratique risque d'avoir des conséquences néfastes sur son intégrité physique;</li><li>Ne pas consommer ou être sous l'influence de l'alcool, de drogue ou d'une substance dopante;</li><li>Ne pas porter d'article susceptible de causer des blessures;</li><li>Éviter de traverser la piste lorsque l'adversaire lance sa pierre;</li><li>Éviter de courir sur la glace;</li><li>Respecter le code d'éthique disponible à l'annexe 2;</li><li>Se soumettre à un examen médical, sur demande d'un entraîneur ou d'un officiel, à la suite d'un accident subit en cours d'entraînement.</li></ol> |
|-----------------|-----|--|

## CHAPITRE 3 : LA PARTICIPATION À UN ÉVÉNEMENT, À UNE COMPÉTITION OU À UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 – L’affiliation

- Affiliation 19. Un participant à une compétition sanctionnée par la Fédération doit être membre en règle d’un club de curling affilié dans la province de Québec. « Affilié » implique que le club en question soit également membre en règle de la Fédération.

### SECTION 2 – Les catégories

- Restriction de genre 20. Chacune des équipes participant au processus de qualification pour les championnats provinciaux doit respecter les restrictions suivantes :
- a) Juvénile filles – quatre (4) ou cinq (5) joueuses de sexe féminin;
  - b) Juvénile garçons – quatre (4) ou cinq (5) joueurs de sexe masculin;
  - c) Junior filles – quatre (4) ou cinq (5) joueuses de sexe féminin;
  - d) Junior garçons – quatre (4) ou cinq (5) joueurs de sexe masculin;
  - e) Femmes – quatre (4) ou cinq (5) joueuses de sexe féminin;
  - f) Hommes – quatre (4) ou cinq (5) joueurs de sexe masculin;
  - g) Sénior féminin – quatre (4) ou cinq (5) joueuses de sexe féminin;
  - h) Sénior masculin – quatre (4) ou cinq (5) joueurs de sexe masculin;
  - i) Maîtres féminin – quatre (4) ou cinq (5) joueuses de sexe féminin;
  - j) Maîtres masculin – quatre (4) ou cinq (5) joueurs de sexe masculin;
  - k) Mixte – Deux (2) joueurs de sexe masculin et deux (2) joueuses de sexe féminin (hommes et femmes jouant en alternance);
  - l) Double mixte – Un (1) joueur de sexe masculin et une (1) joueuse de sexe féminin;
  - m) Fauteuil roulant – Un (1) joueur ou plus de chaque genre.
- Restriction d’âge 21. Chacune des équipes participant au processus de qualification pour les championnats provinciaux doit respecter les restrictions suivantes :
- a) Juvéniles – 17 ans et moins;
  - b) Juniors – 21 ans et moins;
  - c) Femmes – Aucune restriction d’âge;
  - d) Hommes – Aucune restriction d’âge;
  - e) Sénior – 50 ans et plus;
  - f) Maîtres – 60 ans et plus;
  - g) Mixte – Aucune restriction d’âge;
  - h) Double mixte – Aucune restriction d’âge;
  - i) Fauteuil roulant – Aucune restriction d’âge.

### SECTION 3 – Règles de sécurité

- Responsabilités 22. Au cours d’une compétition, le participant doit :
- a) Cesser de jouer dès qu’il considère que son état de santé empêche la pratique normale du curling ou que cette pratique risque d’avoir des conséquences néfastes sur son intégrité physique;
  - b) Ne pas consommer ou être sous l’influence de l’alcool, de drogue ou d’une substance dopante;
  - c) Ne pas porter d’article susceptible de causer des blessures;
  - d) Éviter de traverser la piste lorsque l’adversaire lance sa pierre;
  - e) Éviter de courir sur la glace;
  - f) Respecter le code d’éthique disponible à l’annexe 2;
  - g) Se soumettre à un examen médical, sur demande d’un entraîneur ou d’un officiel, à la suite d’un accident subit en cours d’entraînement.

## CHAPITRE 4 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS

### SECTION 1 – Types d’entraîneurs

- Types d’entraîneurs                    23. Les types d’entraîneurs sont :
- a) Entraîneur de club jeunesse;
  - b) Entraîneur de club;
  - c) Entraîneur de compétition – Introduction;
  - d) Entraîneur de compétition – Développement.

### SECTION 2 – La formation

- Exigences                                    24. Pour être entraîneur, une personne doit :
- a) Être âgée d’au moins 16 ans;
  - b) Avoir satisfait aux exigences du stage de formation technique, théorique et pratique de la Fédération;
  - c) Avoir complété la formation « Prise de décision éthique » offert par Sports Québec;
  - d) Être membre de la Fédération ou d’un organisme qui lui est affilié.

### SECTION 3 – Responsabilités

- Entraîner les jeunes                    25. En plus des exigences mentionnées à l’article 24, toute personne qui souhaite entraîner une équipe junior, juvénile ou toute autre personne âgée de moins de 18 ans doit :
- a) Fournir une preuve de vérification d’antécédents judiciaires (valide pour une période de deux (2) ans);
  - b) Appliquer la règle de deux (2) en tout temps. C’est à dire que toute interaction en tête-à-tête entre l’entraîneur et l’athlète doit avoir lieu à portée de voix et dans le champ de vision d’une deuxième personne (entraîneur, parent, accompagnateur, etc.) à moins qu’il s’agisse d’une urgence médicale.
- Responsabilités                            26. Un entraîneur doit :
- a) Voir au respect des normes de sécurité mentionnées au chapitre 1;
  - b) Élaborer des programmes d’entraînement adaptés à l’âge, au niveau technique, au sexe et aux capacités des participants;
  - c) Avoir en sa possession les numéros des services d’urgence et des parents/tuteurs (si applicable);
  - d) En cas de blessure, s’assurer qu’un participant reçoive les premiers soins;
  - e) Sensibiliser les participants au code d’éthique disponible à l’annexe 2;
  - f) Déterminer si un participant est en mesure de prendre part à une compétition;
  - g) Ne pas consommer ou être sous l’influence de l’alcool, de drogue ou d’une substance dopante.

## CHAPITRE 5 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES CHARGÉES DE L'APPLICATION DES RÈGLES DE JEU ET DES RÈGLES DE SÉCURITÉ, INCLUANT NOTAMMENT LES RESPONSABILITÉS À L'ÉGARD DE LA PRÉVENTION DES INCIVILITÉS

### SECTION 1 – Types d'officiels

- Types d'officiels
27. Les types d'officiels sont :
- a) Niveau 1 - Observateur et chronométrateur;
  - b) Niveau 2 – Superviseur de partie;
  - c) Niveau 3 - Officiel en chef.

### SECTION 2 – La formation des officiels

- Exigences
28. Pour être officiel, une personne doit :
- a) Être âgée d'au moins 16 ans;
  - b) Avoir satisfait aux exigences du stage de formation d'officiel de la Fédération;
  - c) Être membre de la Fédération ou d'un organisme qui lui est affilié.

- Accréditation
29. Avant d'obtenir son accréditation, un officiel doit officier sous la tutelle d'un officiel en chef reconnu par Curling Canada et la Fédération.

### SECTION 3 – Responsabilités

- Responsabilités
30. L'arbitre en chef doit :
- a) Voir au respect des règles du jeu;
  - b) S'assurer que les lieux, les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du chapitre 1;
  - c) Collaborer à la rédaction du rapport sur les blessures et infractions au présent règlement survenues durant la compétition;
  - d) Recevoir les plaintes concernant l'application du règlement de sécurité, aviser immédiatement la directrice de la compétition et voir à ce que l'organisateur apporte les correctifs nécessaires.



## CHAPITRE 6 : L'ORGANISATION D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 – Déroulement

#### Responsabilités

31. L'organisateur doit :

a) Avant la compétition :

- i. S'assurer que les lieux, les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du chapitre 1;
- ii. S'assurer de la présence du personnel d'encadrement en conformité avec le chapitre 5.

b) Pendant la compétition :

- i. S'assurer qu'il n'y a pas de consommation d'alcool, de drogue ou de substance dopante dans les aires réservées aux participants et aux officiels (aires de jeux et vestiaires);
- ii. S'assurer du bon déroulement des compétitions dans le respect de l'ensemble des règles émises par la fédération.

c) Après la compétition :

Transmettre un rapport d'accident, tel que reproduit à l'annexe 3, à la Fédération, dans un délai de 48 heures suivant l'événement.

## CHAPITRE 7 : LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÉNEMENT, UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 – Les installations sportives requises

- Clubs de curling 32. Les clubs de curling affiliés à la Fédération peuvent recevoir tout événement sanctionné par la Fédération si les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du chapitre 1.
- Arénas 33. Certaines compétitions pourront être disputées dans un aréna si :
- a) Les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du chapitre 1;
  - b) La patinoire mesure 60 m de longueur et 25.9 m de largeur (minimum).

### SECTION 2 – Le déroulement et la supervision

- Vérifications 34. Au cours d'une compétition, les vérifications des installations et des équipements peuvent être effectuées par l'arbitre en chef à n'importe quel moment qu'il juge nécessaire. Des vérifications peuvent aussi être effectués par l'arbitre en chef à la demande des organisateurs ou des équipes participantes.

### SECTION 3 – L'accessibilité et la conformité des lieux

- Fauteuil roulant 35. Un club de curling ou un aréna recevant une compétition de curling en fauteuil roulant doit s'assurer de l'accessibilité des secteurs suivants pour les personnes à mobilité réduite :
- a) Aire de jeu;
  - b) Toilettes;
  - c) Vestiaires;
  - d) Salle d'attente chauffée;
  - e) Sorties d'urgence.
- Accès 36. Les entrées, les sorties et les sorties d'urgence de l'aire de jeu doivent être déverrouillées et libres de tout obstacle empêchant une évacuation rapide.

## CHAPITRE 8 : LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS LORS D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 – Les installations sportives

- Clubs de curling 37. Les clubs de curling affiliés à la Fédération peuvent recevoir tout événement sanctionné par la Fédération si les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du chapitre 1.
- Arénas 38. Certaines compétitions pourront être disputées dans un aréna si :
- a) Les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du chapitre 1;
  - b) La patinoire mesure 60 m de longueur et 25.9 m de largeur (minimum).

### SECTION 2 – Les équipements

- Équipement local 39. a) 16 pierres de curling par piste;  
b) Deux (2) blocs de départ à chaque extrémité;  
c) Tableau de pointage;  
d) Mesure millimétrique;  
e) Mesure de six (6) pieds;  
f) Distributeur pour gouttelettes (« Pebble can »);  
g) Couteau pour gouttelettes (« Nipper »);  
h) Une vadrouille;  
i) Resurfaceuse de glace (opérée par le personnel qualifié exclusivement).
- Équipement personnel 40. a) Souliers de curling ou espadrilles avec semelles en caoutchouc;  
b) Une brosse de curling par participant;  
c) Un stabilisateur par équipe ou par participant (optionnel);  
d) Une tige de lancement (pour personnes à mobilité réduite);  
e) Un casque (fortement recommandé pour les débutants et pour les juniors).

## CHAPITRE 9 : LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ REQUIS LORS D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### SECTION 1 – Les services de premiers soins et services médicaux

- Premiers soins 41. Il est fortement recommandé d'avoir un premier répondant sur place en tout temps lors d'une compétition, ou de désigner une personne responsable en cas d'urgence. Cette personne sera responsable pour le bien être des athlètes ainsi que les spectateurs.

### SECTION 2 – L'équipement de sécurité et les mesures d'urgence

- Trousse de premiers soins 42. Une trousse de premiers soins conforme à l'annexe 1 doit être accessible près de l'aire de jeu.

- Équipement 43. Dans la mesure du possible, le club hôte devra avoir accès à un défibrillateur externe automatisé (DEA).

- Types d'urgences 44. Premièrement, la personne responsable en cas d'urgence doit déterminer le type d'urgence :
- a) Blessure;
  - b) Urgence cardiaque;
  - c) Commotion cérébrale;
  - d) Incendie ou fuite de gaz;
  - e) Panne d'électricité.

- Mesures d'urgence 45. L'intervenant doit appliquer les mesures suivantes en fonction des différents types d'urgence :
- a) Blessure – Si possible, retirer la personne blessée de la surface glacée. Utiliser la trousse de premiers soins selon les qualifications et les compétences de l'intervenant, ou appeler 911 si la blessure est majeure/non-traitable sur place;
  - b) Urgence cardiaque – Appeler 911. Si possible, retirer la personne de la surface glacée. Commencer la RCP au besoin, utiliser le DEA si disponible et si nécessaire;
  - c) Commotion cérébrale – Suivre les consignes du chapitre 12;
  - d) Incendie ou fuite de gaz – Évacuer le bâtiment en fonction du plan d'évacuation. Appeler le 911.
  - e) Panne d'électricité – Suspendre les parties sur le champ. Tranquillement évacuer la surface glacée en faisant attention aux pierres en jeu.

Un rapport d'incident, tel que reproduit à l'annexe 3, doit être complété pour chaque incident et retourné à la Fédération, dans un délai de 48 heures suivant l'événement.

## CHAPITRE 10 : LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMPORTEMENTS SUSCEPTIBLES DE METTRE EN PÉRIL LA SÉCURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE OU PSYCHOLOGIQUE DES PERSONNES

### Préambule

Dans le cadre de sa mission, la Fédération a la responsabilité de protéger ses membres en leur offrant un environnement sécuritaire, juste et dans lequel on peut avoir confiance, et ce, pour tous les niveaux et à tous les paliers, qu'ils soient locaux, régionaux, provinciaux, nationaux ou internationaux.

Ainsi, la Fédération n'entend tolérer aucune forme d'abus, de harcèlement, de négligence ou de violence, physique, psychologique ou sexuelle, et ce, dans tous les programmes et activités sanctionnés et dispensés par elle-même et par ses membres.

La Fédération reconnaît l'importance de prendre les moyens raisonnables afin de prévenir et d'intervenir pour faire cesser toute forme d'abus, de harcèlement, de négligence ou de violence lorsqu'une telle pratique est portée à sa connaissance.

### SECTION 1 – La prévention et la sensibilisation en matière de sécurité et d'intégrité physique ou psychologique

Pratique saine et sécuritaire 46. Le présent règlement de sécurité fait partie des règles auxquelles tout membre de la Fédération est obligatoirement soumis. Il énonce un ensemble de dispositions applicables afin d'évoluer dans le milieu de manière saine et sécuritaire.

Par ailleurs, la Fédération déclare adhérer à l'**Avis sur l'éthique en loisir et en sport**, du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, dont l'objectif principal est la reconnaissance des valeurs tels l'équité, la persévérance, le plaisir, la santé, la sécurité et l'intégrité, et la préservation d'un milieu du loisir et du sport sûr et accueillant pour tous.

Aide, accompagnement, référencement 47. La Fédération incite ses membres à faire preuve de vigilance afin de détecter et dénoncer tout comportement inapproprié qui porte atteinte à l'intégrité physique ou psychologique d'une personne en contexte sportif et récréatif. La Fédération encourage tous ses membres à faire appel aux services d'aide mis à la disposition du milieu sportif québécois lorsqu'aux prises avec des situations difficiles ou portant atteinte à leur intégrité physique ou psychologique. La Fédération s'engage à promouvoir et faire connaître l'existence de ces différents outils et organismes par le biais de son site internet.

Filtrage 48. Tous les membres de la Fédération susceptibles d'entrer en contact avec des personnes mineures ou des personnes vulnérables dans le cadre de leurs fonctions devront se soumettre à la vérification de leurs antécédents judiciaires. Chaque demande de vérification est valide pour une période de deux (2) ans.

Politique en matière de la protection de l'intégrité 49. Dans l'optique d'une tolérance zéro à l'égard de comportements portant atteinte à l'intégrité de toute personne impliquée dans son milieu, la Fédération a adopté par règlement, et mis en vigueur une [Politique en matière de protection de l'intégrité](#), incluant les codes de conduite.

La Fédération s'engage à promouvoir sa Politique, ses Codes de conduites et son mécanisme indépendant de traitement des plaintes. Ainsi :

- Dès son adhésion, tout membre doit être informé, par écrit, de l'existence de la Politique en matière de protection de l'intégrité;

- Le bouton universel « Je porte plainte » apparaît sur le site Internet de la Fédération;
- La Fédération demande à tous ses clubs d'ajouter le bouton « Je porte plainte » sur leur site internet respectif;
- La Fédération s'engage à chaque début de saison à rappeler à ses membres de revoir les codes de conduites qui les concernent.

## SECTION 2 – La formation en matière d'intégrité

Promotion des formations 50. La Fédération s'engage à promouvoir auprès de ses membres et les encourage à participer à des formations en matière d'intégrité. Ces formations devront avoir été approuvées au préalable par la Fédération. Cette dernière s'engage également à faire connaître ces formations par le biais de son site internet.

La Fédération peut exiger la participation de certaines catégories de membres à des formations, conférences ou autres outils en rapport avec l'intégrité. Elle peut contrôler et s'assurer de la présence des personnes convoquées à participer ou en faire une condition préalable à la pratique de l'activité (entraîner, jouer, administrer ou autre).

## SECTION 3 – Surveillance et vigilance

Mesures disciplinaires 51. Dès qu'une situation mettant en péril la sécurité des participants se produit la direction des compétitions ainsi que la direction générale de la Fédération doivent en être informés aussitôt que possible. La situation sera traitée comme suit :

- a) S'il est jugé que la situation peut être traitée à l'interne, un comité de discipline formé des membres du conseil d'administration sera formé pour juger la situation, faire des recommandations et le cas échéant, faire appliquer les sanctions nécessaires tout en respectant la « [Politique, règles et procédures en matière de protection de l'intégrité de Curling Québec](#) »;
- b) En cas de doute ou aussitôt que la situation dépasse les champs de compétence de la Fédération, les parties impliquées seront invitées et accompagnées à utiliser la plateforme « Je porte plainte » mise en place par les instances gouvernementales provinciales afin que le tout soit analysé de façon professionnelle et indépendante.

## CHAPITRE 11 : LE CONTRÔLE DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PARTICIPANTS

Dans le cadre de sa mission, la Fédération a la responsabilité de protéger ses membres en leur assurant une pratique sportive saine et sécuritaire. Elle reconnaît que compte tenu de la nature de l'activité, du contexte de pratique ainsi que l'historique et la culture de la discipline, les participants peuvent encourir un risque d'impact néfaste sur leur santé.

D'autres éléments sont également susceptibles d'affecter la santé des participants, notamment : l'usage de drogues, substances dopantes, boissons énergisantes, alcool, etc..

Par conséquent, la Fédération statue sur les points suivants :

### SECTION 1 – Antidopage

Aucune personne impliquée dans le milieu (participant, entraîneur, bénévole, parent, administrateur, salarié, fournisseur) ne doit faire usage ou être sous l'effet de drogues, substances dopantes ou autres produits prohibés durant une activité sanctionnée par la fédération (entraînement, partie, compétition, etc.).

- |                   |  |
|-------------------|--|
| Formation         | 52. Les membres sont encouragés à suivre la formation gratuite « Sport pur : l'ABC du sport sain » offert en ligne par le Centre Canadien pour l'Éthique dans le Sport (CCES). <a href="https://cces.ca/fr/plan-de-cours">https://cces.ca/fr/plan-de-cours</a> .   |
| Produits prohibés | 53. La liste de produits prohibés pour le curling est identique à la liste des interdictions dans le cadre du Programme mondial antidopage. Cette liste est disponible au lien suivant : <a href="https://www.wada-ama.org/fr/content/liste-des-interdictions/">https://www.wada-ama.org/fr/content/liste-des-interdictions/</a> . |
| Ressources        | 54. Plusieurs ressources additionnelles sont disponibles via Sport Pur : <a href="https://truesportpur.ca/fr/ressources">https://truesportpur.ca/fr/ressources</a> .   |

### SECTION 2 – La santé générale des participants

- |   |  |
|---|--|
| Retour au jeu après une blessure ou une maladie | 55. À la suite d'une blessure ou d'une maladie, les athlètes doivent faire un retour au jeu progressif pour éviter de se blesser de nouveau. Le retour progressif doit comprendre les étapes suivantes :<br><br>a) <u>Étape 1 – Exercices légers de conditionnement</u><br>- Débuter avec des exercices d'échauffement spécifiques au curling;<br>- Faire une séance d'entraînement de 30 minutes qui peut comporter : course, bicyclette, aviron, saut à la corde, natation et jeux de pieds.<br><br>b) <u>Étape 2 – Exercices de conditionnement et exercices d'habileté</u><br>- Augmenter graduellement l'intensité et la durée de l'entraînement (30 à 60 minutes);<br>- Commencer et augmenter progressivement les exercices de résistance;<br>- Introduire les exercices d'habileté spécifiques au curling.<br><br>c) <u>Étape 3 – Exercices de conditionnement, exercices d'habileté et entraînement léger sur glace</u><br>- Poursuivre les exercices de conditionnement et d'habileté et augmenter l'intensité;<br>- Intensifier les exercices d'habileté spécifiques au curling;<br>- Introduire des exercices légers sur la glace (glissades, lancers légers : pesanteurs de garde et de placement).<br><br>d) <u>Étape 4 – Exercices de conditionnement, exercices d'habileté et entraînement avancé sur glace</u><br>- Intensifier les exercices de conditionnement et d'habileté; |
|---|--|

- Intensifier les exercices d'habileté spécifiques au curling;
- Introduire des exercices sur la glace plus exigeants (balayage, pesanteurs sorties-légers).

e) Étape 5 – Retour au jeu avec l'équipe

- Participer à une pratique entière et reprendre votre position dans l'équipe.

Commotions cérébrales 56. Voir chapitre 12 du présent règlement de sécurité.

### SECTION 3 – Utilisation adéquate des équipements

Équipements de jeu

57. Il est extrêmement important d'utiliser les équipements suivants de façon adéquate pour éviter les risques de blessures :

- a) Semelle glissante – Afin d'éviter des chutes en glissant, il est primordial de toujours entrer sur la glace avec le pied « non-glissant » en premier. Il faut également éviter de courir sur la glace.
- b) Pierres – Une pierre de curling pèse environ 44 livres. Il est très important de ne pas soulever les pierres à moins que ce soit nécessaire (exemple : élan arrière pendant un lancer).
- c) Déplacement des pierres d'une glace à l'autre – La manipulation et le transport des pierres d'une piste à l'autre pendant le déroulement d'un championnat devra uniquement être effectuée par l'équipe des techniciens de glaces ou par les arbitres.

Équipement d'arbitrage

58. L'arbitre en chef ou le superviseur de glace aura la responsabilité d'effectuer les mesures en utilisant les mesures millimétriques et les mesures de six (6) pieds. Tous les joueurs sauf les vice-capitaines devront libérer la maison afin de laisser l'espace aux arbitres.

Si aucun arbitre n'est désigné lors d'un événement, les vice-capitaines seront alors chargés d'effectuer les mesures. Tous les autres joueurs devront libérer la maison afin de laisser l'espace nécessaire aux joueurs identifiés.

Équipement d'entretien des glaces

- 59.
- a) Distributeur de gouttelettes (« Pebble can ») : L'utilisateur doit porter deux (2) semelles anti-dérapantes lorsqu'il ajoute les gouttelettes à la surface de jeu. L'utilisateur ne doit en aucun courir avec le distributeur;
  - b) Couteau pour les gouttelettes (« Nipper ») : L'utilisateur ne doit jamais toucher à la lame du couteau. Le couteau doit être rangé de façon sécuritaire aussitôt après son utilisation;
  - c) Resurfaceuse de glace – L'utilisation de ces machines est réservé à l'usage exclusif du personnel dûment qualifié.



## CHAPITRE 12 : LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

Curling Québec reconnaît que la pratique du curling peut comporter des risques modérés de blessures, notamment des commotions cérébrales. Lorsqu'une telle blessure survient, il est primordial d'appliquer les procédures reconnues en matière de prévention et de gestion de telles situations.

Tous les membres et toutes les personnes impliquées lors d'un entraînement ou d'une compétition doivent connaître leurs rôles et responsabilités à cet égard. La Fédération suit le [protocole de gestion des commotions cérébrales de Curling Canada](#). Ce chapitre contient tous les détails du protocole mentionné ci-avant.

### SECTION 1 – La prévention, l'information et la sensibilisation

La Fédération informera et sensibilisera régulièrement ses membres et toute personne impliquée lors d'un entraînement ou d'une compétition par l'entremise d'outils disponibles sur différentes plateformes.

- |  |   |
|--|---|
| Outils disponibles                                 | 60. Plusieurs informations et outils concernant les commotions cérébrales sont disponibles sur le site internet de la Fédération au lien suivant : <a href="https://curling-quebec.qc.ca/sportaide/">https://curling-quebec.qc.ca/sportaide/</a> ;<br>a) Outil de dépistage des commotions cérébrales;<br>b) Consignes relatives à la commotion à l'intention des parents;<br>c) Consignes relatives à la commotion à l'intention de l'entraîneur;<br>d) Consignes relatives à la commotion à l'intention de l'athlète.   |
| Facteurs de risque et reconnaissance des symptômes | 61. Pendant tous les événements, compétitions et pratiques de curling, les participants feront de leur mieux pour :<br>a) Reconnaître les situations pouvant causer une commotion cérébrale, tels que : <ul style="list-style-type: none"><li>- Chutes;</li><li>- Accidents;</li><li>- Collisions;</li><li>- Traumatisme crânien.</li></ul><br>b) Reconnaître les symptômes pouvant résulter d'une commotion cérébrale. Ceux-ci peuvent apparaître immédiatement après une blessure ou dans les heures ou jours suivant celle-ci. Exemples de symptômes : <ul style="list-style-type: none"><li>- Nausée;</li><li>- Mauvaise concentration;</li><li>- Amnésie;</li><li>- Fatigue;</li><li>- Sensibilité à la lumière ou au bruit;</li><li>- Irritabilité;</li><li>- Manque d'appétit;</li><li>- Diminution de la mémoire;</li><li>- Mauvais équilibre;</li><li>- Temps de réaction ralenti.</li></ul> |

### SECTION 2 – Responsabilités

Si un participant a été identifié comme ayant une suspicion de commotion cérébrale, l'entraîneur, l'administrateur ou le superviseur de l'activité informera toutes les parties concernées, y compris le participant, un parent/tuteur (le cas échéant) ainsi que d'autres entraîneurs et administrateurs de la commotion cérébrale soupçonnée. À ce stade, la personne ne devrait participer à aucune activité physique avant d'avoir consulté un médecin.

- |                  |  |
|------------------|--|
| Premières étapes | 62. Si le participant est inconscient : <ul style="list-style-type: none"><li>- Lancer un plan d'action d'urgence et appeler le 911;</li></ul> |
|------------------|--|

- Si applicable, contacter le parent/tuteur de l'enfant pour l'informer de la blessure et pour l'aviser que son enfant sera transporté à l'hôpital;
- Restez avec la personne jusqu'à l'arrivée des services médicaux d'urgence;
- Surveiller et documenter tout changement physique, émotionnel et cognitif;
- Même en cas de reprise de conscience, la personne doit être examinée par un médecin avant de reprendre des activités physiques.

63. Si le participant est conscient :

- Retirer immédiatement le participant de l'activité;
- Si applicable, aviser le parent/tuteur de la blessure. Si la personne n'est pas un mineur, aviser un de ses amis ou un membre de sa famille;
- Coordonner un retour à la maison pour le participant;
- Isoler le participant dans un endroit sombre;
- Réduire les stimuli externes (bruits, autres personnes, etc.).
- Rester avec le participant jusqu'à ce qu'il puisse être ramené à la maison;
- Surveiller et documenter tout changement physique, émotionnel et cognitif;
- Encourager la consultation d'un médecin.

Rapport d'incident

64. Une fois que le participant blessé a été correctement soigné, un rapport d'incident, tel que reproduit à l'annexe 3, doit être envoyé à la Fédération, dans un délai de 48 heures suivant l'événement.

Retour au jeu

65. Une fois que les besoins immédiats du participant ont été satisfaits, la famille du participant, ou le participant lui-même, doit être dirigé vers le protocole suivant, conformément aux lignes directrices suivantes :

a) Si aucune commotion cérébrale n'est diagnostiquée : Le participant peut reprendre le jeu pour le prochain match, ou pendant le même match selon les règles du curling;

b) Si une commotion cérébrale est diagnostiquée : Le participant ne doit reprendre l'activité qu'après avoir suivi les cinq (5) étapes ci-dessous et selon les directives d'un médecin. *(Veuillez noter que chaque étape doit prendre un minimum de 24 heures et que le temps nécessaire pour terminer chaque étape variera en fonction de la gravité de la commotion. Le participant victime d'une commotion cérébrale doit être surveillé régulièrement pour le retour de tout signe ou symptôme. Si les signes ou symptômes réapparaissent, consulter le médecin).*

i. Étape 1 : Repos cognitif et physique complet : Consulter un médecin immédiatement. Limiter l'école, le travail, et les tâches nécessitant de la concentration. Abstenir de l'activité physique jusqu'à ce que les symptômes disparaissent. Une fois que tous les symptômes ont disparu, reposer pendant au moins 24 à 48 heures supplémentaires et consulter à nouveau un médecin. Pour passer à l'étape 2, une autorisation médicale est requise.

ii. Étape 2 : Exercices aérobiques légers pour réintroduire l'activité physique : 10-15 minutes d'activité de faible intensité comme la marche ou le vélo stationnaire. Afin de passer à

l'étape 3, le participant doit signaler à son entraîneur ou son administrateur qu'il n'a plus de symptômes.

- iii. Étape 3 : Exercices spécifiques au curling : 15 minutes de participation à faible intensité comme lancer des pierres. L'environnement doit être géré de manière à garantir que le participant court le moins de risques de chutes ou de collision avec d'autres participants. Le participant peut également tenter des exercices d'équilibre de base. Afin de passer à l'étape 4, le participant doit signaler à son entraîneur ou son administrateur qu'il n'a plus de symptômes.
- iv. Étape 4 : Activité sans contact physique : Pratique sans contact et exercices spécifiques à un sport sans contact – aucune activité impliquant un impact sur la tête ou d'autres mouvements de secousses. Afin de passer à l'étape 5, le participant doit fournir une documentation écrite d'un médecin à son entraîneur ou son administrateur. La documentation doit indiquer que la personne n'a aucun symptôme et est capable de reprendre une pleine participation à l'activité physique.
- v. Étape 5 : Participation complète à un sport sans contact une fois autorisée par un médecin.

#### Autorisation médicale

66. Cette politique exige que le participant consulte un médecin tout au long de ce processus et fournisse une preuve d'autorisation médicale avant d'être admissible aux étapes 2 et 5 indiqués ci-dessus. La Fédération se conformera à toutes les directives fournies par le médecin, qui peuvent remplacer cette politique.

Si un participant présente des signes de commotion cérébrale ou a été diagnostiqué cliniquement comme ayant subi une commotion cérébrale, l'entraîneur ou l'administrateur de ce participant doit empêcher le participant de jouer au curling jusqu'à ce que l'autorisation médicale requise ait été fournie.

Une fois que le participant a fourni une autorisation médicale, l'entraîneur ou l'administrateur devra transmettre une copie de la lettre d'autorisation au club affilié et à la Fédération où elle sera jointe au rapport d'incident du participant pour des fins de tenue de dossiers.

#### Non-conformité

67. Le non-respect de l'une des lignes directrices ou des protocoles contenus dans cette politique peut entraîner des mesures disciplinaires prises par le conseil d'administration de la Fédération.

## CHAPITRE 13 : LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT

### SECTION 1 – Sanctions

- |           |   |
|-----------|---|
| Sanctions | 68. Toute infraction au présent règlement peut être sanctionnée par le conseil d'administration de la Fédération.   |
|           | 69. Le conseil d'administration de la Fédération peut réprimander ou suspendre de façon temporaire ou définitive une personne qui contrevient au présent règlement. |

### SECTION 2 – Infractions

- |                   |  |
|-------------------|--|
| Avis d'infraction | 70. Le conseil d'administration de la Fédération doit aviser le contrevenant par écrit de chaque infraction reprochée et lui donner l'occasion de se faire entendre dans un délai raisonnable. |
|-------------------|--|

### SECTION 3 – Décision et révision

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Décisions et demandes de révision | 71. La fédération doit expédier par courrier recommandé ou certifié une copie de sa décision à la personne visée, dans un délai de 10 jours de la date de la décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les 30 jours de sa réception, conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports (RLRQ, c. S-3.1). |
|-----------------------------------|---|

## ANNEXE 1

### TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Le contenu minimum d'une trousse de premiers soins est le suivant :

- 1) Un manuel de secourisme approuvé par un organisme reconnu en matière de premiers soins.
- 2) Les instruments suivants :
  - a) Une (1) paire de ciseaux à bandage;
  - b) Une (1) pince à échardes;
  - c) 12 épingles de sûreté (grandeurs assorties);
  - d) Masque de poche (avec valve anti-retour et entrée pour oxygène).
- 3) Les pansements suivants (ou de dimensions équivalentes) :
  - a) 25 pansements adhésifs (grandeurs assorties) stériles enveloppés séparément;
  - b) 25 compresses de gaze (10 cm X 10 cm) stériles enveloppées séparément;
  - c) Quatre (4) rouleaux de bandage de gaze stérile (5 cm X 9 m) enveloppés séparément;
  - d) Quatre (4) rouleaux de bandage gaze stérile (10 cm X 9 m) enveloppés séparément;
  - e) Six (6) bandages triangulaires;
  - f) Quatre (4) pansements compressifs (10 cm X 10 cm) stériles enveloppés séparément;
  - g) Un (1) rouleau de ruban adhésif blanc (2,5 cm X 9 m).
- 4) Antiseptique : 25 tampons antiseptiques enveloppés séparément.
- 5) L'équipement suivant :
  - a) Cinq (5) paires de gants (latex);
  - b) Des attelles;
  - c) Une (1) couverture;
  - d) 10 rapports d'accident;
  - e) Quatre (4) stylos.

**ANNEXE 2**

**RAPPORT DE BLESSURE**

## RAPPORT D'ACCIDENT

**Identification du blessé**

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal :

Téléphone :

Âge :   Sexe :  M  F

**Activité**

Sport : \_\_\_\_\_

Calibre : Initiation  1 Compétition  2

Récréation  3 Excellence  4

Situation : Entraînement  1 Compétition  2

**Moment de l'accident**

Date : \_\_\_\_\_ Heure : \_\_\_\_\_

**Pour bien remplir les sections suivantes, lire les indications au verso.**

Lieu de l'accident	Croquis
_____	
_____	
_____	
_____	
_____	

**Description de l'accident**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Description de la blessure**

**Nature :** Commotion  1 Éraflure  6

Contusion  2 Fracture  7

Coupure  3 Inconnue  8

Dislocation  4 Autre (spécifiez)  9

Entorse  5 \_\_\_\_\_

**Type :** Nouveau traumatisme  1

Récidive  2

Aggravation d'une condition douloureuse préexistante  3

**Commentaires :** \_\_\_\_\_

**Témoïn(s) :** \_\_\_\_\_

**Premiers secours**

Premiers soins reçus : oui      non

Si oui, par qui : \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_

Fonction \_\_\_\_\_

Référé : Domicile  1 Clinique médicale  2 Hôpital  3

**Personne qui a complété le rapport**

Nom : \_\_\_\_\_

Fonction : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_ Tél. : \_\_\_\_\_

## GUIDE D'UTILISATION

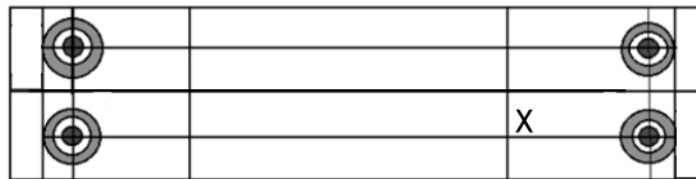
Ce rapport doit être complété chaque fois que se produit un accident qui entraîne une blessure. Une fois complété, le responsable de l'activité doit garder la copie blanche et acheminer les copies bleue et jaune à sa fédération, dans un délai de 30 jours.

### LIEU DE L'ACCIDENT

Dans cette section, veuillez préciser les informations suivantes :

- nom du club de curling, de l'aréna, etc.
- adresse (si possible)
- nom du plateau sportif (si applicable)

Afin d'identifier le plus précisément possible le site de l'accident, il est recommandé de faire un croquis du site et d'indiquer l'endroit exact avec un X. Par exemple, la figure suivante illustre le lieu d'un accident sur une piste de curling :



### DESCRIPTION DE L'ACCIDENT

Veuillez inclure dans cette section toutes les informations susceptibles d'expliquer le mécanisme de l'accident en considérant la chronologie des événements. Par exemple, la série d'images suivantes, où une joueuse de curling se blesse, peut être décrite comme suit :



Deux joueuses de curling de la même équipe brossent une pierre en mouvement. Une des joueuses accroche une pierre immobilisée et perd l'équilibre. Elle chute et frappe la surface glacée.

### DESCRIPTION DE LA BLESSURE

Veuillez cocher les cases qui identifient le mieux possible la localisation, la nature et le type de la lésion. Dans le cas de blessures multiples, on peut utiliser plus d'une case par item (localisation, nature, type). Dans ce cas, il est recommandé d'utiliser des symboles différents (X, ✓, O). La localisation, la nature et le type de chacune des blessures seront identifiés à l'aide d'un même symbole.



## TÉMOINS

Il est recommandé d'identifier le ou les principaux témoins de l'accident, s'il y a lieu.

## NOTES

---

---

---

---

### ANNEXE 3

#### POLITIQUE, RÈGLES ET PROCÉDURES EN MATIÈRE DE PROTECTION DE L'INTÉGRITÉ

La politique est disponible sur le site internet de Curling Québec au lien suivant :

<https://s17949.pcdn.co/wp-content/uploads/2021/02/Politique-et-code-de-conduite-CQ.pdf>

Cette politique contient :

- Les responsabilités et droits des personnes impliquées dans le milieu (fédéré);
- Dépôt d'une plainte;
- Processus de plainte;
- Processus de gestion des plaintes pour abus, harcèlement ou violence à caractère sexuel;
- Processus de gestion des plaintes pour abus, harcèlement ou violence à caractère autre que sexuel;
- Engagement des membres de la fédération;
- Contestation d'une décision et clause de non-responsabilité;
- Identification des certaines ressources à contacter en présence d'une situation d'abus ou de harcèlement;
- Code de conduite de l'administrateur;
- Code de conduite de l'entraîneur;
- Code de conduite de l'officiel;
- Code de conduite de l'athlète;
- Code de conduite des parents.