



SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE<sup>md</sup>

*Les experts en surveillance aquatique*

**Championnats québécois de sauvetage technique**

**2012**



**Les  
Caraïbes**

**SAUVETAGE SPORTIF**

**Éducation,  
Loisir et Sport**

**Québec** 



**Terrebonne**

*Une histoire de vie*

## **Le mot du coordonnateur**

Bienvenue à tous les compétiteurs, juges et bénévoles!

C'est avec grand plaisir et beaucoup de détermination que je me joins à la grande famille du sauvetage sportif. Votre participation est un élément essentiel au développement du sauvetage sportif et nous sommes là pour vous épauler.

C'est donc avec beaucoup d'enthousiasme que je vous invite au Championnat québécois de sauvetage technique, qui aura lieu les 24 et 25 mars au Complexe aquatique de la Cité du sport, à Terrebonne. Le comité organisateur a fait un travail phénoménal afin de vous préparer des situations divertissantes et qui mettront vos habiletés à l'épreuve. Nous invitons donc tous nos athlètes Juniors et Seniors à s'inscrire en très grand nombre dès maintenant!

Vous trouverez dans ce document toutes les informations relatives au CQS technique 2012. Que vous soyez compétiteur, juge ou bénévole, les formulaires nécessaires à votre inscription se trouvent tous au même endroit, sur le site Internet de la Société de sauvetage dans la section Sauvetage sportif / Volet piscine. Je tiens à vous rappeler que la date limite pour soumettre votre inscription est le 9 mars 2012. Après ce délai, vous ne pourrez plus vous inscrire.

Pour conclure, je désire remercier nos nombreux bénévoles et tous les membres des différents comités organisateurs qui donnent généreusement de leur temps afin de participer au développement du sauvetage sportif. Aucun des événements de la Société de sauvetage ne pourrait avoir lieu sans votre apport inestimable.

**Louis-Philippe Gravel**  
**Coordonnateur au développement du sauvetage sportif**  
**(514) 252-3100 poste 3457, 1-800-265-3093**  
[lpgravel@sauvetage.qc.ca](mailto:lpgravel@sauvetage.qc.ca)

## Le comité organisateur

### Coordination

⚡	Responsable de la rencontre	Marjolaine Roy-Beaudry
⚡	Juge en chef	Élise Matthey-Jacques
⚡	Coordonnateur au développement du sauvetage sportif	Louis-Philippe Gravel
⚡	Directrice, opérations et service à la clientèle	Guilaine Denis
⚡	Gestionnaire aux communications	Diane Théberge
⚡	Compétiteur Liaison	Martin Goulet
⚡	Responsable des bénévoles	Névine Durocher
⚡	Responsable des maquillages	
⚡	Contact à la cité des sports de Terrebonne	Nathalie Beaulieu

### Responsables d'épreuves

⚡	Responsables des épreuves de Premiers soins et Atelier	Marie-Hélène Prigent Véronique Roy-Beaudry
⚡	Responsables des épreuves de Surveillance/Sauvetage et Priorité	Jonathan Alary Josiane Raymond Mathieu Tanguay
⚡	Responsables des épreuves Jeunes sauveteurs	Frédéric Lapierre Mylène Lepage
⚡	Responsable des épreuves Physique	Nathan Béchard

## Championnats québécois de sauvetage technique 2012

- DATE :** Les 24 et 25 mars 2012
- LIEU :** Complexe aquatique de la Cité du sport de Terrebonne  
2495 boul. des Entreprises, Terrebonne (sortie 35 de l'autoroute 640)
- COMPÉTITION :** La compétition est sanctionnée par Société de sauvetage Canada. Les règlements du Manuel des championnats québécois technique (édition 2012) s'appliqueront.
- CATÉGORIES :** Les catégories suivantes peuvent participer aux Championnats québécois de sauvetage technique 2012 :
- 🌀 Jeunes sauveteurs :
    - 11 ans et moins
    - 12 – 13 ans
    - 14 – 15 ans (duo)
  - 🌀 Seniors (16 ans et plus en équipe de 4)
- Chacun des participants (compétiteurs, substituts, entraîneurs) **doit être dûment accrédité** dans le volet sauvetage sportif de la Société de sauvetage.
- ÉPREUVES :** Il y aura des préliminaires et des finales pour chacune des épreuves, **sauf si le nombre d'inscriptions pour l'une ou l'autre des catégories ne justifie pas des préliminaires.**
- 🌀 Surveillance / Sauvetage
  - 🌀 Atelier
  - 🌀 Premiers soins
  - 🌀 Priorité
  - 🌀 Épreuve Physique
- REMISE DE PRIX :** Des médailles seront remises à chacune des catégories pour chaque épreuve. Une bannière sera remise au club qui aura accumulé le plus de points.
- JUGE D'ÉQUIPE :** Chaque équipe est responsable de fournir un juge accrédité pour toute la durée des championnats. Si le juge ne peut être présent qu'à une journée, l'équipe doit se trouver un autre juge pour la seconde journée. Pour chaque journée d'absence du juge, des frais de 60 \$ seront chargés à l'équipe. L'équipe doit assumer les frais de transport de ce juge. Celui-ci doit posséder au minimum sa carte d'Officiel niveau 1 ou de Juge niveau 1 ou posséder une expérience pertinente aux CQS (sujet à l'approbation du coordonnateur). Un membre possédant la certification Sauveteur national émise par la Société de sauvetage pourrait participer en tant que juge sous condition de suivre la formation de juge qui aura lieu le 23 mars de 17 h à 21 h. (Détails à venir)

**DATE LIMITE :**

Les inscriptions complètes doivent nous parvenir au plus tard le 9 mars 2012. Aucune inscription tardive ne sera acceptée. L'inscription ne sera pas considérée complète si tous les documents requis n'ont pas été reçus :

- 🔗 Le formulaire d'inscription rempli au complet (disponible au [www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca));
- 🔗 Le paiement en entier;
- 🔗 Un chèque de 120 \$ pour les frais des juges. Ce chèque sera détruit s'il n'est pas utilisé (si l'équipe fournit un juge pour la durée des championnats);
- 🔗 Les formulaires de dispense et d'exonération remplis et signés;
- 🔗 Les formulaires d'accréditation de compétiteur en sauvetage avec le paiement (disponible au [www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca)).

**FRAIS D'INSCRIPTION :**

DÉTAILS	FRAIS	INCLUANT
Frais d'inscription hâtifs pour une équipe Senior (avant le 24 février 2012).	479 \$	- L'inscription pour les 4 compétiteurs
Frais d'inscription tardifs pour une équipe Senior (entre le 25 février et le 9 mars 2012).	575 \$	- 5 billets de banquet - Le goûter du dimanche
Frais d'inscription hâtifs pour un Junior (avant le 24 février 2012).	90 \$	- L'inscription pour le Junior - Un billet de banquet*
Frais d'inscription tardifs pour un Junior (entre le 25 février et le 9 mars 2012).	112 \$	- Le goûter du dimanche
Billet de banquet supplémentaire	60 \$	
Chandail de la compétition	25 \$	

**\* Note : La Société de sauvetage offre un billet de banquet supplémentaire pour une équipe de 4 Juniors et plus (tous de la même équipe) qui pourra être utilisé par l'entraîneur, un accompagnateur ou un parent.**

**INSCRIPTION :**

Faites parvenir votre formulaire d'inscription avec votre paiement complet par chèque fait au nom de la Société de sauvetage, par mandat poste ou par carte de crédit à :

Att. : Guilaine Denis  
 Société de sauvetage  
 4545 Pierre-De Coubertin  
 CP 1000, Succ. M  
 Montréal (Québec) H1V 3R2  
 Téléphone : (514) 252-3100 poste 3754 Télécopieur : (514) 254-6232  
 Courriel : [sport@sauvetage.qc.ca](mailto:sport@sauvetage.qc.ca)

**HÉBERGEMENT ET BANQUET:** L'hébergement et le banquet auront lieu à l'hôtel Holiday Inn Laval-Montréal. La tenue de ville est requise au banquet. Le thème du banquet sera : La soirée du capitaine. Les bénévoles et juges qui doivent être hébergés doivent contacter Guilaine Denis, à la direction des opérations pour déterminer les modalités de leur hébergement.

**PROCÉDURE DE RÉSERVATION :** Pour les équipes, un bloc de chambres est réservé **jusqu'au 2 mars 2012**. Vous devez contacter l'hôtel au 450-682-9000 ou au 1-888-333-3140, mentionner que vous faites partie du groupe du ***Championnat de sauvetage***, et faire votre réservation et votre paiement.

**TARIF DES CHAMBRES :** Nous avons obtenu un tarif spécial de 99 \$ / nuit en occupation simple à quadruple. En donnant le nom du groupe, vous aurez accès à cette tarification mais ce, avant le 2 mars 2012.

**COORDONNÉES DE L'HÔTEL :** **Holiday Inn Laval-Montréal**  
2900 boul. le Carrefour, Laval, QC, H7T 2K9  
Stationnement disponible et gratuit à l'hôtel

## Nouvelles épreuves 2012

Tel qu'annoncé en décembre 2011, des changements auront lieu dans les épreuves physiques.

**JUNIORS :** Retour de l'épreuve de la corde, pour les règlements voir le Manuel des championnats québécois technique (édition 2012).

**SENIORS :** En 2012 le relais Barnsley sera une épreuve en démonstration. Aucun point ne sera cumulé pour cette épreuve mais des médailles seront remises. Voir la réglementation en Annexe I.

### : Bourse CSST

**CRITÈRES DE SÉLECTION :** Les équipes présentant des comportements plus que sécuritaires lors de certaines épreuves pourront être finalistes pour une bourse CSST.

**MONTANT :** La CSST est fière, pour une quatrième année, d'offrir une bourse de 250\$ en argent pour l'équipe Senior gagnante. Pour les Juniors, un prix d'une valeur de 85\$ sera remis dans chaque catégorie à l'athlète ayant aussi présenté des comportements sécuritaires.

### Prix Manon Dubuc

**DESCRIPTION :** Aussi appelé le prix du développement en sauvetage sportif AQUAM, ce prix est décerné à un projet novateur permettant le développement du sport. Vous avez développé un outil de travail révolutionnaire, un processus de recrutement hors de l'ordinaire ou tout autre projet permettant de maximiser le développement du sauvetage sportif? Soumettez votre candidature.

**MISE EN CANDIDATURE :** Complétez le formulaire en annexe II.

### Sélection de l'équipe du Québec – piscine technique

**CRITÈRES DE SÉLECTION :**

- ⚡ L'équipe Senior gagnante des Championnats québécois de sauvetage technique sera nommée Équipe du Québec et pourra représenter la province aux Championnats canadiens de sauvetage technique 2012.
- ⚡ Si pour une raison ou pour une autre, l'équipe gagnante refuse le titre, il sera décerné à l'équipe suivante au classement.

**Championnats canadiens de sauvetage en piscine, Winnipeg 25-26-27 mai 2012**

Championnats québécois de sauvetage technique 2012

Horaire

Le vendredi 23 mars 2012 – Complexe aquatique de la Cité du sport de Terrebonne

HEURES	ÉVÈNEMENTS
17 h 00 à 21 h 00	Formation de juges
18 h 00 à 19 h 00	Rencontre des capitaines

Le samedi 24 mars 2012 – Complexe aquatique de la Cité du sport de Terrebonne

PRÉLIMINAIRES

HEURES	ÉVÈNEMENTS
6 h 15	Arrivée des bénévoles, officiels et compétiteurs
6 h 30	Rencontre des bénévoles et officiels
	Réchauffement
7 h 00 à 18 h 30	<b>SENIOR</b>
	Épreuve physique
	Épreuve Priorité
	Épreuve Premiers soins
	Épreuve Atelier
7 h 00 à 18 h 30	<b>JEUNES SAUVETEURS</b>
	Épreuve physique
	Atelier
	Priorité
	Sauvetage
19 h 30	<b>BANQUET   BOURSE CSST   REMISE DE PRIX (LE CAS ÉCHÉANT)   FINALISTES</b>

Le dimanche 25 mars 2012 – Complexe aquatique de la Cité du sport de Terrebonne

FINALES

HEURES	ÉVÈNEMENTS
6 h 45	Arrivée des bénévoles, officiels et compétiteurs
7 h 00	Rencontre des bénévoles et officiels
	Réchauffement
7 h 30 à 16 h 30	<b>SENIOR</b>
	Épreuve Atelier
	Épreuve Priorité
	Épreuve Physique
	Épreuve Premiers soins
7 h 30 à 16 h 30	<b>JEUNES SAUVETEURS</b>
	Atelier
	Physique
	Premiers soins
	Priorité
19 h 30	<b>GOÛTER DU DIMANCHE   REMISE DES PRIX</b>

- ⚡ Le comité organisateur se réserve le droit de modifier l'horaire.
- ⚡ Si le nombre de compétiteurs inscrits pour une épreuve est insuffisant pour justifier des préliminaires, l'épreuve se déroulera en finale directe le matin.

## Championnats québécois de sauvetage technique 2012 BÉNÉVOLES ET OFFICIELS

Le **sauvetage sportif** est un sport complet où les différentes qualités d'un sauveteur sont développées et mises à l'épreuve.

Le déroulement de ces compétitions est assuré par une équipe de personnes dévouées et désireuses de s'impliquer pour cette cause qu'est la **prévention de la noyade**. En effet, de nombreux bénévoles de tout le Québec sont nécessaires afin d'assurer à tous les participants une expérience inoubliable.

La Société de sauvetage vous invite, vous et vos amis, à participer activement à ce grand événement qui aura lieu au **Complexe aquatique de la Cité du sport de Terrebonne**.

En vous impliquant, vous aidez la Société de sauvetage et les compétiteurs à remplir leur mission : la prévention de la noyade ainsi que des traumatismes associés à l'eau.

À tout moment, le comité hôte ainsi que les officiels majeurs pourront vous aider ou répondre à vos questions. N'hésitez pas à leur parler.

### Coordination

🌀 Responsable de la rencontre	Marjolaine Roy-Beaudry
🌀 Juge en chef	Élise Matthey-Jacques
🌀 Coordonnateur au développement du sauvetage sportif	Louis-Philippe Gravel
🌀 Directrice, opérations et service à la clientèle	Guilaine Denis
🌀 Gestionnaire aux communications	Diane Théberge
🌀 Compétiteur Liaison	Martin Goulet
🌀 Responsable des bénévoles	Névine Durocher
🌀 Responsable des maquillages	
🌀 Contact à la cité du sport de Terrebonne	Nathalie Beaulieu

### Responsables d'épreuves

🌀 Responsables des épreuves de Premiers soins et Atelier	Marie-Hélène Prigent Véronique Roy-Beaudry
🌀 Responsables des épreuves de Surveillance/Sauvetage et Priorité	Jonathan Alary Josiane Raymond Mathieu Tanguay
🌀 Responsables des épreuves Jeunes sauveteurs	Frédéric Lapierre Mylène Lepage
🌀 Responsable des épreuves physique	Nathan Béchard

**FORMULAIRE :** Pour poser votre candidature en tant que bénévole ou officiel, veuillez remplir le formulaire prévu à cet effet et le retourner à la Société de sauvetage. Le formulaire est disponible sur notre site Internet au [www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca), section Sauvetage sportif / volet piscine.

**ARRIVÉE :** Les bénévoles et officiels doivent se présenter à l'accueil de la Société de sauvetage situé au comptoir d'accueil de la piscine du Complexe aquatique de Terrebonne au 2495 boul. des Entreprises, Terrebonne (sortie 35 de l'autoroute 640).

**TENUE VESTIMENTAIRE :** Apporter des shorts (de préférence noirs ou bleu marine) ainsi que des espadrilles et une bouteille d'eau. Les officiels recevront un polo blanc d'officiel (à conserver et apporter lors de futures compétitions) tandis que les bénévoles recevront le chandail des Championnats québécois de sauvetage technique 2012.

**REMBOURSEMENT :**

- ✦ Pour les bénévoles ou officiels qui viennent de régions éloignées, les chambres d'hôtel seront remboursées sur présentation de pièces justificatives, à raison de 99 \$ en occupation quadruple. Contactez la Société de sauvetage pour coordonner votre hébergement.
- ✦ Pour les bénévoles ou officiels qui viennent de régions éloignées, **l'essence seulement sera remboursée sur présentation de pièces justificatives.**

**RÔLES :** Vous serez appelés à jouer différents rôles au cours de la journée. En voici la liste :

- ✦ Juge d'ensemble\*
- ✦ Juge\*
- ✦ Officiel (épreuve physique)
- ✦ Estafette
- ✦ Chargé de l'équipement
- ✦ Accueil
- ✦ Compilation
- ✦ Déplacements

\* Ces positions nécessitent une certification d'officiel ou de juge en sauvetage. L'expérience du candidat sera aussi prise en considération.

Merci de votre intérêt pour le sauvetage sportif, le seul sport dont la raison d'être est de sauver des vies.

**ANNEXE I**  
**4 X 50m Relais Barnsley (en démonstration)**

**Compétiteur # 1 :** Plongeon de départ; le compétiteur # 1 nage sur 25 m et touche la paroi de retournement. À ce point, il accomplit une prise en étau sur un coéquipier victime dont le visage est hors de l'eau (compétiteur # 3) et le transporte sur 20 m en maintenant l'immobilisation et le contrôle des voies respiratoires sur toute la distance. Une fois que la tête du compétiteur a franchi la marque du 20 m (indiquée par des drapeaux), il peut relâcher la victime et aller toucher la paroi de départ. Une fois relâchée, la victime doit demeurer à côté de la ligne de corde jusqu'à ce qu'il soit sécuritaire de sortir de l'eau.

**Compétiteur # 2 :** Plongeon de départ; le compétiteur # 2 nage sur 40 m et fait un portage sur 10 m d'une victime non nageur en détresse (compétiteur # 4) en maintenant les épaules de la victime à la surface de l'eau jusqu'au moment où il touche la paroi de départ.

**Compétiteur # 3 :** Plongeon de départ; le compétiteur # 3 nage 25 m et touche la paroi de retournement. À ce point, il accomplit un remorquage ou un portage selon la méthode de son choix d'un coéquipier victime dont le visage est hors de l'eau (compétiteur # 1), et transporte la victime sur 20 m en maintenant le contrôle des voies respiratoires sur toute la distance. Une fois que la tête du compétiteur a franchi la marque du 20 m (indiquée par des drapeaux), il peut relâcher la victime et aller toucher la paroi de départ. Une fois relâchée, la victime doit demeurer à côté de la ligne de corde jusqu'à ce qu'il soit sécuritaire de sortir de l'eau.

**Compétiteur # 4 :** Plongeon de départ ; le compétiteur # 4 nage sur 40 m et récupère une brique de 9 kg (20 lb) au fond de la piscine. Le compétiteur doit faire surface avec la brique au moins une fois avant de toucher la paroi de départ pour finir son segment. Il n'est pas nécessaire de déposer la brique sur le rebord de la paroi. Le compétiteur doit être en surface quand il touche la paroi en finale. Si la brique est échappée, le compétiteur a le droit de la récupérer.

L'épreuve est complétée quand le compétiteur # 4 touche la paroi d'arrivée avec la brique en main.

**Lignes directrices pour les victimes**

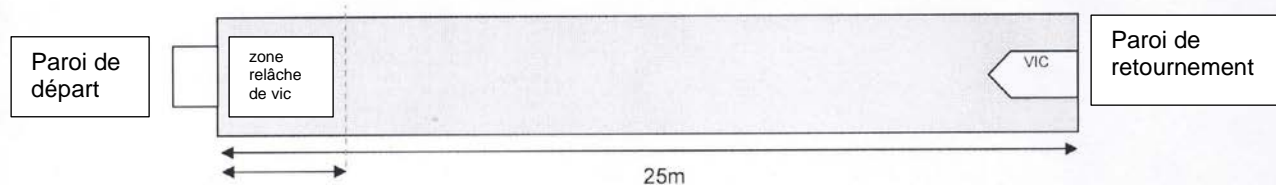
Les compétiteurs n'ont pas le droit de désigner d'autres personnes que leurs coéquipiers pour jouer les rôles de victimes. Les rôles de victimes que les compétiteurs DOIVENT jouer sont précisés dans tableau suivant :

<b>Compétiteur</b>	<b>Description du segment</b>	<b>Rôle de la victime</b>
Compétiteur # 1	25 m nage 25 m portage victime blessure à la colonne vertébrale	victime remorquée /portée pour le compétiteur # 3 (au point de retournement)
Compétiteur # 2	40 m nage 10 m portage non nageur en détresse	N/A
Compétiteur # 3	25 m nage 25 m remorquage/portage victime inconsciente	victime blessée à la colonne vertébrale pour le compétiteur # 1 (au point de retournement)
Compétiteur # 4	40 m nage 10 m portage de brique	victime non nageur en détresse pour le compétiteur # 2 (10 m de la paroi de départ)

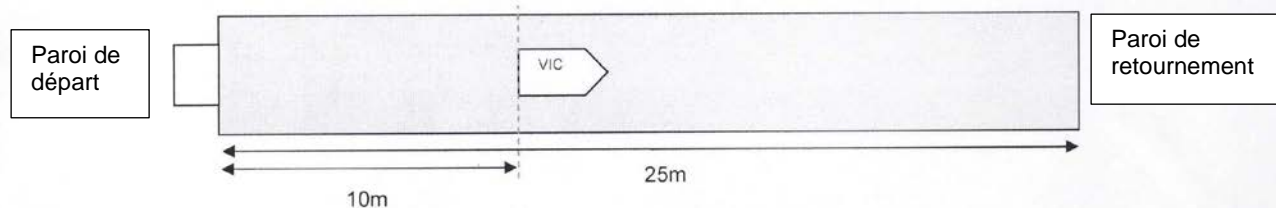
Dans les rôles de victimes, les compétiteurs n'ont pas le droit de faire des mouvements de propulsion (battements de jambes, godille, etc.) pour aider leurs coéquipiers. Ils doivent être passifs.

Les victimes qui attendent d'être prises en charge au point de retournement doivent être sur le dos, les pieds appuyés sur la paroi ou sur le bord de la paroi.

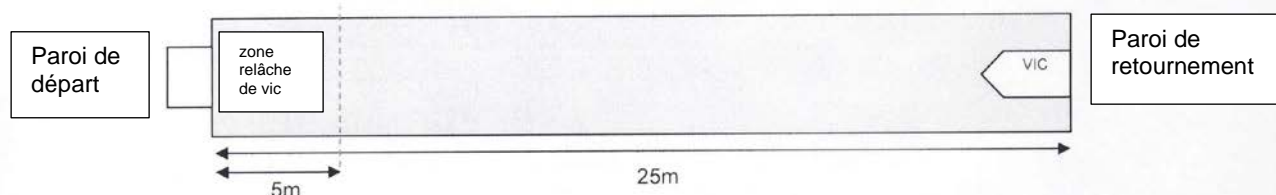
**Segment 1 : 25 m nage, 25 m portage victime blessée à la colonne vertébrale**



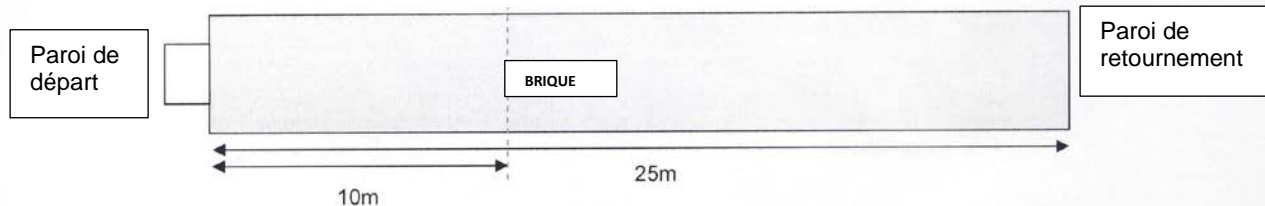
**Segment 2 : 40 m nage, 10 m portage victime non nageur en détresse**



**Segment 3 : 25 m nage, 25 m remorquage/portage victime inconsciente**



**Segment 4 : 40 m nage, 10 m portage de brique**



## DISQUALIFICATIONS

### **Segment 1 : 25 m nage, 25 m portage victime blessée à la colonne vertébrale**

- 1.1 Faux départ
- 1.2 Support par prise en étau non utilisé
- 1.3 Prise en étau non maintenue
- 1.4 Immobilisation non maintenue
- 1.5 Faute importante à la protection des voies respiratoires de la victime
- 1.6 Victime relâchée avant que la tête du compétiteur ait passé la ligne de 20 m
- 1.7 La victime fait des mouvements de propulsion/fournit de l'aide
- 1.8 Utilisation des limites de couloir (corde, paroi, etc.) pour obtenir un avantage
- 1.9 Segment non complété

### **Segment 2 : 40 m nage, 10 m portage victime non nageur en détresse**

- 2.1 Départ avant que le compétiteur précédent ait touché la paroi de départ
- 2.2 Support inadéquat de la victime en surface
- 2.3 La victime fait des mouvements de propulsion/fournit de l'aide
- 2.4 Utilisation des limites de couloir (corde, paroi, etc.) pour obtenir un avantage
- 2.5 Segment non complété

### **Segment 3 : 25 m nage, 25 m remorquage/portage victime inconsciente**

- 3.1 Départ avant que le compétiteur précédent ait touché la paroi de départ
- 3.2 Technique de portage approuvée (prise double bras, prise de tête, prise double du menton, prise de corps modifiée ou prise croisée sur le thorax) non utilisée
- 3.3 Victime relâchée avant que la tête du compétiteur ait passé la ligne de 20 m
- 3.4 La victime fait des mouvements de propulsion/fournit de l'aide
- 3.5 Utilisation des limites de couloir (corde, paroi, etc.) pour obtenir un avantage
- 3.6 Segment non complété

### **Segment 4 : 40 m nage, 10 m portage de brique**

- 4.1 Départ avant que le compétiteur précédent ait touché la paroi de départ
- 4.2 Le compétiteur ne fait pas surface avant de toucher la paroi en finale
- 4.3 Le compétiteur n'a pas la brique en main à la fin du segment
- 4.4 Utilisation des limites de couloir (corde, paroi, etc.) pour obtenir un avantage
- 4.5 Segment non complété

## ANNEXE II

### Projet de développement en sauvetage AQUAM

Nom du projet	
Nom de l'équipe	

#### Nom des personnes impliquées

1.		#
2.		#
3.		#
4.		#

#### Nom du responsable du Projet + Coordonnées

Nom			
Adresse			
Ville			
Code Postal		Téléphone	(      )
Courriel			

#### Description du projet

--

#### Avantage(s) du projet

--

#### Coûts de production

#### Point(s) à améliorer

--	--