

---

# GUIDE DE L'ÉTUDIANT ET DE L'ÉTUDIANTE ATHLÈTE

Programme sportif des Pionniers et des Pionnières

---

COLLÈGE DE RIMOUSKI



# RIMOUSKI

**FAMILLE - PERSÉVÉRANCE - INTÉGRITÉ**

## PRÉAMBULE

Fort d'un passé riche, le Collège de Rimouski veut offrir un programme sportif intercollégial de qualité à ses étudiants-athlètes dans un contexte de réussite éducative. Tous s'entendent pour déployer ensemble les moyens nécessaires afin que les étudiantes et étudiants inscrits dans une ou l'autre des équipes des Pionniers et des Pionnières reçoivent les services et l'encadrement dont ils ont besoin. La mobilisation de tous est donc souhaitée afin de partager une même vision et de s'épauler dans l'action.

Le présent guide a pour but de clarifier les rôles et responsabilités des étudiants et des étudiantes athlètes.

Ces derniers doivent prendre connaissance du présent guide et utiliser au besoin les annexes s'y rapportant.

**Dans l'objectif d'améliorer nos services et programmes, ce document est sous réserve de modification**

### Définitions

- ÉA : Étudiant-athlète ou Étudiante-athlète
- PEPS : Pavillon d'éducation physique et sportive
- SPAS : Service de promotion et d'animation sportive
- RSEQ : Réseau du sport étudiant du Québec

## **Table des matières**

<b>1. Généralités</b>	<b>3</b>
<b>2. Offre sportive</b>	<b>4</b>
<b>3. Réussite scolaire</b>	<b>4</b>
<b>4. La Grande rentrée sportive</b>	<b>5</b>
<b>5. Inscription à une équipe sportive</b>	<b>5</b>
<b>6. Uniformes</b>	<b>6</b>
<b>7. La Zone</b>	<b>6</b>
<b>8. Transport et hébergement</b>	<b>6</b>
<b>9. Entente relative à la période de vie étudiante</b>	<b>7</b>
<b>10. Ressources d'aide au Cégep</b>	<b>7</b>
<b>11. Activité d'intégration</b>	<b>8</b>
<b>12. La violence en milieu sportif</b>	<b>8</b>
<b>13. Cotisation étudiante Fondation</b>	<b>8</b>
<b>14. Conseils pratiques pour l'utilisation des médias sociaux</b>	<b>8</b>
<b>15. Point sur le maraudage lors de discussion avec des ami(e)s jouant dans d'autres collèges.</b>	<b>9</b>

# 1. Généralités

- 1.1. En tant que Pionniers ou Pionnières, il est attendu que vous devez véhiculer les valeurs du programme sportif telles le respect, l'intégrité et l'honnêteté. Vous êtes des ambassadeurs!
- 1.2. En tant que Pionniers ou Pionnières, vous vous engagez à respecter le [code d'éthique Pionniers et Pionnières](#) ainsi que le [formulaire de consentement relatif à la communication de renseignements personnels](#).
- 1.3. Vous êtes en droit de vous développer dans un environnement positif et sécuritaire. Si jamais ce n'est pas le cas, parlez-en à un intervenant du Cégep, à un parent ou à un ami. (*Voir section 11*)
- 1.4. Vous devez appliquer [les règlements et le code de conduite](#) dans les installations sportives du Collège.
- 1.5. Le PEPS et la Zone, au même titre que tous les autres services de l'établissement, veille à la mise en application de toutes les politiques en vigueur dans son institution, notamment, la [Politique de civilité au Collège \(D-17\)](#) ainsi que la [Politique visant à prévenir et à combattre les violences à caractère sexuel \(B-23\)](#). Le personnel en place est particulièrement soucieux d'offrir un milieu sécuritaire, exempt de harcèlement et d'intimidation.
- 1.6. À la suite du camp de sélection, vous devez signer le formulaire d'engagement du RSEQ avant votre première compétition afin d'être éligible.
- 1.7. À la fin du trimestre d'hiver, le Gala des Pionniers et Pionnières est organisé afin d'honorer les étudiants athlètes et les équipes. **Votre présence est obligatoire.**
- 1.8. Vous avez un problème de santé pertinent pour votre sécurité, informez votre entraîneur rapidement.

# 2. Offre sportive

- 2.1. Disciplines offertes pour l'année 2023-2024
  - Badminton mixte (automne et hiver)
  - Basketball masculin D2 (automne et hiver)
  - Cross-country (automne)
  - Football D3 (automne)
  - Hockey féminin D2 (automne et hiver)
  - Hockey masculin D2 (automne et hiver)
  - Natation mixte (automne et hiver)
  - Soccer féminin D2 (automne)
  - Soccer masculin D2 (automne)
  - Volleyball féminin D2 (automne et hiver)
  - Volleyball masculin D2 (automne et hiver)
- 2.2. En tant que Pionniers ou Pionnières, vous aurez la chance de pratiquer votre sport dans un programme sportif donnant accès à plusieurs avantages tout au long de l'année. En plus des entraînements spécifiques à votre sport avec un entraîneur hautement qualifié. Vous aurez également accès à une salle d'entraînement

dédiée aux EA (La Zone) ainsi qu'à une prise en charge de votre entraînement par notre préparateur physique. Un service de physiothérapie, ainsi que différents services d'aide psychosociale confidentiels seront mis à votre disposition. Finalement, un article aux couleurs des Pionniers vous sera offert.

- 2.3. La Clinique de Physio-Ergo Sylvain Trudel (CPEST) est la clinique de physiothérapie officielle du programme sportif des Pionniers et des Pionnières (excepté l'équipe de football). Veuillez vous y référer en cas de besoin.

### 3. Réussite scolaire

- 3.1. Le programme sportif des Pionniers et Pionnières s'attend à ce que tous les EA mettent les efforts nécessaires afin d'assurer leur réussite scolaire ainsi que leur admissibilité au RSEQ (3 cours ou 5 unités par trimestre et à réussir le nombre minimal de 8 cours ou 14 unités par année scolaire incluant un maximum de 2 cours d'été). Pour un EA qui arrive dans l'équipe au trimestre d'hiver, le minimum de cours à réussir est de 4 cours ou 7 unités afin de poursuivre à la prochaine session.
- 3.2. Si vous avez des questions ou vous éprouvez des difficultés, parlez à votre API le plus tôt possible dans le trimestre.

### 4. La Grande rentrée sportive

Cet événement a comme objectif de préparer le lancement des saisons des différentes équipes. Vous serez appelé à faire la tournée des kiosques afin de prendre votre photo, compléter et signer la documentation nécessaire pour prendre part aux compétitions, récupérer vos uniformes et vêtements aux couleurs des Pionniers, ainsi que procéder au paiement, si ce n'est pas déjà fait, de votre saison sportive. Vous aurez également la chance d'obtenir de l'information sur les différents services offerts et de rencontrer les membres de l'équipe du Cégep qui vous accompagneront tout au long de votre parcours sportif collégial.

### 5. Inscription à une équipe sportive

- 5.1. **L'étudiant athlète doit payer la totalité des frais de sa contribution avant la Grande rentrée sportive au début de la session d'automne.**
- 5.2. **Les frais de contribution ne sont pas remboursables.**
- 5.3. L'EA qui ne paye pas ses frais de contribution dans le délai prévu sera exclu de nos équipes.
- 5.4. L'EA qui aurait de la difficulté à payer en entier les frais de contribution pourra prendre entente avec le SPAS concernant les modalités de paiement.
- 5.5. Frais de la contribution

Frais de contribution	2023-2024	2024-2025
Sport électronique	300 \$	360 \$
Cross-country	375 \$	440 \$
Soccer F	460 \$	480 \$
Soccer M	460 \$	480 \$
Badminton	575 \$	600 \$
Basketball M	625 \$	675 \$
Natation	575 \$	625 \$
Volleyball F	575 \$	625 \$
Volleyball M	575 \$	625 \$
Football	775 \$	825 \$
Hockey F	1 825 \$	2 200 \$
Hockey M	3 825 \$	3 960 \$

- 5.6. L'EA qui débute à la session d'hiver ne payera pas la totalité des frais de contribution. Le montant sera déterminé selon la discipline avec le responsable des sports.

## 6. Uniformes

- 6.1. Les uniformes seront prêtés aux EA. L'EA sera responsable de l'entretien des vêtements et doit le remettre au SPAS dès la fin de la saison et en bonne condition.
- 6.2. Les uniformes devront être remis à votre entraîneur immédiatement après votre dernière partie ou compétition de chacun des trimestres. Il est de votre responsabilité d'avoir vos uniformes pâles et foncés à ce moment.
- 6.3. Des frais de **200\$** seront facturés à l'EA si ce dernier rapporte son uniforme en mauvais état ou bien qui ne le rapporte pas.

## 7. La Zone

- 7.1. En tant que Pionniers et Pionnières, tu as le privilège d'utiliser la ZONE. Cet endroit est une salle d'entraînement en préparation physique adaptée pour les EA. La ZONE est supervisée par une kinésologue spécialisée en haute performance qui prendra en charge ton développement physique grâce à des programmes d'entraînement adapté à ta discipline sportive ainsi qu'à tes objectifs.
- 7.2. Visitez la page [Instagram](#)
- 7.3. Pour l'horaire : <https://www.sportsrimouski.com/la-zone>

## 8. Transport et hébergement

- 8.1. Les départs se font généralement tôt le samedi matin de la compétition en autobus. Le RSEQ réalise les horaires en tenant compte des réalités géographiques des équipes. Dans les rares cas d'exception où le départ se fait avant le vendredi 16h00, le SPAS remettra par MIO aux EA une lettre expliquant

l'absence. Cette lettre devra être présentée par l'EA aux enseignants concernés pour entente.

- 8.2. Si deux équipes ont une compétition avec des horaires similaires sur 2 sites rapprochés, la même journée, le jumelage pourra s'effectuer par mesure d'économie pour le transport.
- 8.3. Lorsqu'une équipe doit séjourner à l'hôtel, le SPAS réserve et paie l'hébergement. Habituellement en occupation quadruple (4 ÉA par chambre à 2 lits). Le déjeuner inclus à l'hôtel est priorisé car les ÉA doivent payer tous leurs repas sur la route à l'exception des hockey féminin, masculin et du football qui ont des frais d'inscription plus important à payer.
- 8.4. Si un EA ne souhaite pas partager la chambre d'hôtel avec d'autres personnes, les frais d'hébergement seront à sa charge. Il est de la responsabilité de l'EA d'en informer le SPAS.
- 8.5. Le code d'éthique des Pionniers et des Pionnières s'appliquent partout et en tout temps, même à l'hôtel.. Aucune drogue ou alcool ne sera tolérée.

## 9. Entente relative à la période de vie étudiante

- 9.1. La période de vie étudiante doit permettre aux étudiantes et aux étudiants, entre autres, de participer à des activités parascolaires d'ordre sportif, socioculturel ou communautaire.

Conséquemment, si une ou un enseignant souhaite utiliser la période de vie étudiante pour donner un cours ou encore organiser une activité pédagogique périphérique à ses cours, elle ou il s'assure du consentement écrit de chaque étudiant(e) présent au moment de ladite signature de consentement; toutefois, si pour des raisons exceptionnelles, il y a une évaluation sommative, les étudiant(e)s qui ne peuvent y participer doivent avoir une alternative spécifiée au moment de leur signature. Dans tous les cas, l'enseignant(e) doit faire parvenir cette information par écrit à la Direction des services éducatifs une semaine avant la tenue de l'activité, avec copie conforme l'AGECR.

**En résumé, il ne devrait pas y avoir d'activités pédagogiques obligatoires pendant la vie étudiante et si c'est le cas, l'enseignant(e) doit vous proposer une solution alternative. Dans le cas contraire, informez rapidement votre API de la situation.** Référence : [Cahier de gestion, F-06, Entente relative aux périodes de vie étudiante inscrites à l'horaire de cours du Cégep de Rimouski](#)

## 10. Ressources d'aide au Cégep

Le Cégep de Rimouski dispose d'une [multitude de ressources d'aide](#) afin de venir répondre aux besoins.

## 11. Activité d'intégration

Préalablement à sa tenue, **tout projet d'accueil et d'intégration devra être approuvé** par l'équipe administrative du programme sportif des Pionniers et Pionnières. Un guide pourra être mis à votre disposition.

## 12. La violence en milieu sportif

Si une personne qui s'occupe de toi (entraîneur, thérapeute, bénévole, etc.) te ridiculise régulièrement, te rabaisse devant les autres, t'exclut intentionnellement ou adopter d'autres comportements qui ébranlent ta confiance en toi et ton estime de soi, cela constitue un abus émotionnel. C'est probablement la forme de violence la plus fréquente en milieu sportif, mais aussi la moins visible, puisque tu la subis souvent sans que les personnes de ton entourage ne s'en rendent compte.

Vous devez en parler, on peut vous aider.

<https://sportaide.ca/>

<http://www.sportbienetre.ca/>

Bien entendu, il y a plusieurs autres formes de violence dans les milieux sportifs. Toutes ces formes sont inacceptables.

Confie-toi au centre d'aide psychosocial du Cégep ou bien à ton responsable des sports.

## 13. Cotisation étudiante Fondation

C'est à partir des cotisations étudiantes que la Fondation peut verser de l'aide financière. Chaque étudiante ou étudiant qui se désiste, en demandant son remboursement, n'est plus membre de la Fondation. En ce sens, la somme accordée pour votre activité civile de développement devrait être révisée à la baisse. Donc, votre activité coûtera plus cher à l'équipe.

## 14. Conseils pratiques pour l'utilisation des médias sociaux

Les plateformes de médias sociaux sont des canaux de communications très attrayants et faciles à apprivoiser qui offrent de nombreux bénéfices. Toutefois, leur utilisation peut parfois mener à des conséquences insoupçonnées et surtout, non désirées. [Les conseils qui suivent](#) visent donc à aider les EA à prendre conscience de certains risques pour éviter les situations problématiques qui pourraient nuire à leur vie privée, leur réputation, celle de leur entourage ainsi que celle du Cégep de Rimouski.

## 15. Point sur le maraudage lors de discussion avec des ami(e)s jouant dans d'autres collèges.

Aucune sollicitation par les entraîneurs, tout représentant du collège ou une tierce personne ne peut se faire auprès d'un athlète, lorsque l'étudiant est membre d'une équipe collégiale, pour que celui-ci se joigne à une autre organisation collégiale. L'organisation fautive recevra une sanction selon l'article 10.2.3. Une dénonciation écrite d'un étudiant athlète ou d'un parent de ce dernier, à l'effet qu'il a été sollicité pour joindre une autre organisation collégiale, crée une présomption légale à



l'encontre du nouveau collègue, renversant ainsi le fardeau de preuve. (modifié, juin 2019) Cette dénonciation peut également être déposée par un collègue possédant la preuve. Le RSEQ devra assurer un suivi avec le collègue plaignant dans les 7 jours ouvrables suivants. Par la suite, le RSEQ donnera au collègue accusé, 7 jours ouvrables pour répondre. Dans le cas d'un transfert potentiel d'une institution à une autre, le responsable des sports contacté doit immédiatement informer le commissaire de la ligue et le responsable des sports du collègue d'origine de l'athlète.