

**RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ**  
**DE LA**  
**FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE JIU-JITSU BRÉSILIEN**

MAI 2023

## TABLE DES MATIÈRES

AVIS AUX MEMBRES .....	3
OBJET ET PORTÉE DU RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ .....	4
DÉFINITIONS .....	5
CHAPITRE 1 : LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENT .....	6
CHAPITRE 2 : LA FORMATION ET L'ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTS .....	9
CHAPITRE 3 : LA PARTICIPATION À UN ÉVÉNEMENT, À UNE COMPÉTITION OU À UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	12
CHAPITRE 4 : LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS .....	17
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 .....	19
CHAPITRE 6 : L'ORGANISATION ET LE DÉROULEMENT D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	22
CHAPITRE 7 : LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÉNEMENT, UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	24
CHAPITRE 8 : LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS LORS D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	25
CHAPITRE 9 : LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ REQUIS LORS D'UN ÉVÉNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	26
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.....	28
CHAPITRE 11 : LE CONTRÔLE DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PARTICIPANTS .....	31
CHAPITRE 12 : LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES .....	33
CHAPITRE 13 : LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT .....	35
ANNEXE 1 .....	36
ANNEXE 2 .....	37
ANNEXE 3.....	38

## **AVIS AUX MEMBRES**

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

### **Décision**

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 poste recommandée, à la personne visée dans un délai de 10 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.

---

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).

### **Ordonnance**

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.

---

1988, c. 26, a. 13; 1997, c. 79, a. 14.

### **Infraction et peine**

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 \$.

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 \$.

---

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.

### **Infraction et peine**

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 d'une amende de 50 \$ à 500 \$.

---

1979, c. 86, a. 61; 1990, c. 4, a. 809; 1997, c. 79, a. 40.

## **Lois et règlements**

Bien que non spécifique au présent règlement de sécurité, en tout temps, il est recommandé, de respecter l'ensemble des lois et règlements applicables dans le cadre de la pratique du Jiu-jitsu brésilien.

## **OBJET ET PORTÉE DU RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ**

Le présent règlement de sécurité s'applique exclusivement dans le cadre d'une séance d'entraînement ou d'une compétition sanctionnée par un organisme non affilié à une fédération.

Les règlements de sécurité approuvés viennent ainsi permettre aux fédérations sportives et aux organismes non affiliés d'inspecter les installations et équipements pour en vérifier la conformité et la sécurité et ainsi pourvoir à leur obligation de les faire respecter.

Les décisions et sanctions rendues par un officiel, un arbitre ou un juge en application des règles de jeu et qui ne relèvent pas du champ d'application du présent règlement de sécurité sont exécutoires dans l'immédiat et ne peuvent faire l'objet d'une révision par le ministre.

## DÉFINITIONS

Dans les présents règlements de sécurité, à moins que le contexte n'indique un sens différent, on en entend par :

**ADCC** : Abu Dhabi Combat Club

**Club** : Association de pratiquants, dirigée par un directeur technique

**Dojo** : Local utilisé pour la pratique du jiu-jitsu brésilien au sein d'un club

**Gi** : Pratique de la discipline avec kimono

**IBJJF** : International Brazilian Jiu-Jitsu Federation

**JJB** : Jiu-jitsu brésilien

**Kimono** : Tenue vestimentaire utilisée pour la pratique du Jiu-jitsu brésilien avec Gi

**Ministère** : Ministère de l'Éducation du Québec

**NoGi** : Pratique de la discipline sans kimono.

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

### Section 1 – Les installations

#### 1. Aération

- Le local doit posséder une aération permettant aux participants de travailler confortablement.

#### 2. Surface

- La surface doit être recouverte de tatamis ou d'un matériau équivalent. Les éléments qui la constituent doivent être juxtaposés sans laisser d'interstice, offrir une surface unie et être fixés de manière à ne pas se déplacer.

#### 3. Hauteur libre

- La salle de pratique de l'activité sportive doit posséder une hauteur libre minimale de 2,4 mètres (8 pieds).

#### 4. Superficie

- La surface de pratique doit avoir une superficie d'au moins 3 m<sup>2</sup> par participant et être entourée d'une zone de sécurité de deux (2) mètres recouverts d'un matériau absorbant.

#### 5. Aire libre

- Tout obstacle situé à une distance inférieure à un (1) mètre de la surface de pratique doit être capitonné.

### Section 2 – Les équipements

#### 6. Tenue vestimentaire

- Pour la pratique « Gi » :
  - a. Un participant doit porter un kimono de fabrication solide en coton ou en tissu équivalent, de bonne grandeur et propre, sans odeur désagréable et sans accroc, ni déchirure.
- Pour la pratique « NoGi » :
  - a. Un participant doit porter minimalement un short, cuissard ou pantalon de compression (legging) pour la pratique du NoGi, ainsi qu'un chandail de compression (à manches longues ou courtes). Le short ne doit pas avoir de poches extérieures ni de fermeture éclair. Son équipement doit être propre, sans odeur désagréable et sans accroc, ni déchirure.

## 7. Ceinture

- Une ceinture de JJB de fabrication solide en coton ou en tissu équivalent doit être portée afin de démontrer le grade du pratiquant. Elle doit faire entre 4 et 5 centimètres de large et avoir un bout noir pour les ceintures de couleur et rouge ou blanc pour les ceintures noires. La ceinture doit être assez grande pour faire le tour de la taille deux fois et être attachée d'un double nœud.

## 8. Articles durs

- Durant la pratique (ne pas confondre avec compétition), il est permis qu'un participant porte une prothèse de support à articulation mécanique médicalement recommandée. Celle-ci doit être suffisamment recouverte pour prévenir tout danger de blessure.
- Durant la pratique (ne pas confondre avec la compétition), il est également permis qu'un participant porte une coquille protectrice, un protecteur buccal ainsi qu'un protège-oreilles.
- Le port de bijoux divers est interdit.

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

## 9. Plan d'action d'urgence

- Chaque club affilié doit avoir un plan d'action d'urgence (PAU) à jour affiché visiblement dans chaque local de pratique.

## 10. Téléphone et numéros d'urgence

- Un téléphone doit être disponible en tout temps près de l'air de pratique. Si le téléphone n'est pas directement dans la salle de pratique, une affiche doit être placée pour en indiquer la localisation.
- Les numéros de téléphone suivants doivent être affichés près de celui-ci :
  - Ambulance ;
  - Centre hospitalier ;
  - Police ;
  - Service incendie.

## 11. Trousse de premiers soins

- Une trousse de premiers soins doit être disponible en tout temps près de l'air de pratique. Cette trousse doit contenir au moins les éléments décrits à l'Annexe 1.

## 12. Évacuation

- Les accès et les sorties d'urgences doivent être identifiés, déverrouillés et libres de tout obstacle encombrant le passage et empêchant une évacuation rapide.



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

### Section 1 – La formation

#### 13. Attribution recommandée des grades

L'attribution recommandée des grades des participants se fait selon les modalités suivantes :

- i. Pour la division atome (4, 5 et 6 ans) : Le grade de ceinture grise et noire est le grade le plus élevé qui peut être décerné par le directeur technique d'un club (dojo).
- ii. Pour la division pee-wee (7, 8 et 9 ans) : Le grade de ceinture jaune et noire est le grade le plus élevé qui peut être décerné par le directeur technique d'un club (dojo).
- iii. Pour la division junior (10, 11 et 12 ans) : Le grade de ceinture orange et noire est le grade le plus élevé qui peut être décerné par le directeur technique d'un club (dojo).
- iv. Pour la division ado (13, 14 et 15 ans) : Le grade de ceinture verte et noire est le grade le plus élevé qui peut être décerné par le directeur technique d'un club (dojo).
- v. Pour la division juvénile (16 et 17 ans) : Le grade de ceinture mauve est le grade le plus élevé qui peut être décerné par le directeur technique d'un club (dojo).
- vi. Pour les autres divisions :
  - a. La ceinture brune est le grade le plus élevé qui peut être décerné à un pratiquant de 18 ans ;
  - b. La ceinture noire est le grade le plus élevé qui peut être décerné à un pratiquant de 19 ans.

### Section 2 – L'entraînement

14. Une séance d'entraînement dure entre 30 minutes et 2 heures, à la discrétion des entraîneurs. Les séances d'entraînement peuvent être ciblées pour des étudiants débutants, intermédiaires ou avancés, ou peuvent accueillir tous les niveaux, selon le format privilégié par l'entraîneur.
15. Les séances d'entraînement pour enfants sont accessibles pour les pratiquants âgés entre 3 ans et 16 ans inclusivement.

### Section 3 – Le déroulement d'une séance d'entraînement

#### 16. La séance d'entraînement

- Une séance d'entraînement est composée d'une période d'introduction, d'un échauffement, de la partie principale, d'un retour au calme et d'une conclusion.

### Section 4 – Les règles de sécurité à respecter

#### 17. Hygiène

Le pratiquant doit :

- Avoir les ongles des mains et des pieds coupés courts ;
- S'il a les cheveux longs, les attacher à l'aide d'un élastique (sans pièce métallique) de façon à libérer le col et à ne pas gêner les autres pratiquants ;
- Pour la pratique du Gi, le kimono doit être propre, sec et ne dégager aucune odeur désagréable ;
- Le maquillage pouvant laisser des traces sur les kimonos et les parfums forts sont interdits.

#### 18. Prise de médicaments

Si le pratiquant prend des médicaments ayant un effet secondaire sur ses aptitudes physiques, il doit le déclarer au responsable du dojo.

#### 19. Drogue, substance dopante et boisson alcoolique

Un participant ne doit pas prendre part à une séance sous l'influence de drogue, de substance dopante ou de boisson alcoolique.

#### 20. Maladie contagieuse

Un participant souffrant d'une maladie contagieuse ne peut prendre part à une séance d'entraînement de JJB ni à une compétition.

## 21. Techniques interdites

Les règlements suivants sont appliqués en ce qui a trait aux techniques interdites lors des compétitions. La liste des techniques interdites prévaut également lors des formats de compétitions « soumission seulement » :

- Pour la pratique du Gi :
  - a) 16 ans et plus : se référer à la liste des mouvements illégaux, selon les catégories qui y sont prévues, contenues dans le règlement alors en vigueur de l'IBJJF.
  - b) Moins de 16 ans : voir Annexe 2 au bas du présent document.
  
- Pour la pratique du NoGi :
  - a) 16 ans et plus : se référer à la liste des mouvements illégaux, selon les catégories qui y sont prévues, contenues dans le règlement alors en vigueur de l'IBJJF ou ADCC.
  - b) Moins de 16 ans : voir Annexe 2 au bas du présent document.

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

### Section 1 – La formation

Voir le chapitre 2 du présent règlement.

### Section 2 – Les catégories

#### 22. Classification

La classification des participants se fait selon l'âge, le sexe, le poids et le grade, comme indiqué ci-bas. Les promoteurs doivent obligatoirement organiser les combats par catégories selon les exigences suivantes.

#### 23. Âge du participant

- L'âge du participant est défini par l'année en cours moins l'année de naissance.

Pour les mineurs, les catégories d'âge sont les suivantes :

- a. Division atome : 4, 5 et 6 ans
- b. Division pee-wee : 7, 8 et 9 ans
- c. Division junior : 10, 11 et 12 ans
- d. Division ado : 13, 14 et 15 ans
- e. Division juvénile : 16 et 17 ans

Pour les adultes, l'âge minimum requis est de 18 ans.

- Le promoteur peut à sa discrétion, ajouter des divisions Masters pour les participants de 30 ans et plus.

#### 24. Sexe des participants

Les seuls combats autorisés entre participants de sexes différents sont dans les divisions Atomes, Pee-Wee et Junior.

## 25. Poids des participants

Les mesures de poids officielles sont en kilogrammes. Le poids du participant prend en compte l'uniforme complet en Gi et NoGi.

- a) Pour les 15 ans et moins : voir l'Annexe 3 au bas du document ;
- b) Pour les 16 ans et plus :
  - Pour la pratique du Gi : se référer au règlement officiel de la Confédération française de jiu-jitsu brésilien.
  - Pour la pratique du Nogi : se référer au règlement officiel du Abu Dhabi Combat Club.

La pesée officielle a lieu juste avant le premier combat. Une seule tentative de pesée est autorisée : tout écart de poids entraînera la disqualification de l'athlète sans possibilité de remboursement.

Le promoteur peut créer une catégorie sans limite de poids et sans catégorie de grade pour les participants de 17 ans et plus.

## 26. Grade des participants

Pour la pratique du Gi :

- Athlètes de 0 à 15 ans : les ceintures sont, en ordre croissant de niveau :
  - a) Blanche
  - b) Blanche-grise
  - c) Grise
  - d) Grise-noire
  - e) Jaune-blanche
  - f) Jaune
  - g) Jaune-noire
  - h) Orange-blanche
  - i) Orange
  - j) Orange-noire
  - k) Verte-blanche
  - l) Verte
  - m) Verte-noire

Pour les ceintures bicolores, la couleur correspondant au grade le moins élevé détermine le grade (ex. : une ceinture orange-noire sera considérée comme étant orange).

- Pour les athlètes de 16 ans et plus : les ceintures sont, en ordre croissant de niveau :
  - a) Blanche
  - b) Bleu
  - c) Mauve
  - d) Brune
  - e) Noire

Pour le NoGI (16 et + uniquement) :

- a) Débutant : 0-2 ans de pratique
- b) Intermédiaire : 2-5 ans de pratique
- c) Avancé : 5 ans et + de pratique

#### 27. Restrictions

Les participants de 16 ans et moins ne peuvent en aucun cas prendre part à une compétition à l'extérieur de leur catégorie d'âge, de poids ou de grade, et ce, sans aucune exception.

#### 28. Handicap visuel et/ou auditif

Un athlète ayant un handicap auditif et/ou visuel peut participer à une compétition. Il doit cependant aviser les juges et les arbitres de son handicap afin que ceux-ci puissent communiquer avec lui pour faire respecter le règlement.

Les juges ou arbitres ne peuvent déroger au règlement afin d'accommoder le handicap du participant.

### Section 3 – Les règles de sécurité

#### 29. Tenue vestimentaire

- Pour les compétitions en Gi : Un participant doit porter un GI de fabrication solide en coton ou en tissu équivalent, de bonne grandeur, sans accroc ni déchirure. L'équipement doit être propre, sans tache et sans odeur.
- Pour les compétitions en NoGi : Un participant doit porter minimalement un short sans poches, accroc ou déchirure, ainsi qu'un chandail de compression (à manches longues ou courtes). Il peut également porter des pantalons de compression, à sa convenance. L'équipement doit être propre, sans tache et sans odeur.

#### 30. Articles durs

Il est interdit de porter un article dur ou métallique lors d'une compétition. Ceci inclut les protège-oreilles, les coquilles personnelles et les bijoux, tels que les boucles d'oreilles et de nez.

### 31. Hygiène

Le pratiquant doit :

- Avoir les ongles des mains et des pieds coupés courts ;
- S'il a les cheveux longs, les attacher à l'aide d'un élastique (sans pièce métallique) de façon à libérer le col et à ne pas gêner les autres pratiquants ;
- Le Gi ou les vêtements de NoGi doivent être propres, secs et ne dégager aucune odeur désagréable ;
- Le maquillage et les parfums forts sont interdits.

### 32. Nettoyage du sang

- Toutes les installations doivent avoir la capacité de nettoyer le sang et les diverses tâches présentes sur le tatami. Une solution chlorée ou équivalente doit être utilisée pour s'assurer que la zone de combat soit désinfectée.
- Un Gi ou un vêtement de NoGi sur lequel il y a du sang doit être nettoyé. L'arbitre peut exiger un vêtement propre s'il juge que l'actuel vêtement n'est pas adéquat pour la compétition. Si le participant ne possède pas de vêtement de rechange, il est passible de disqualification par l'arbitre.

### 33. Drogue, médicaments, substance dopante et boisson alcoolique

- Un participant ne peut prendre part à une compétition en étant sous l'influence de drogue, de substance dopante ou de boisson alcoolique.
- Si le participant prend des médicaments ayant un effet secondaire sur ses aptitudes physiques, il doit le déclarer aux arbitres et aux juges, lesquels peuvent disqualifier le participant s'il y a un danger pour la sécurité ou un avantage indu.

### 34. Maladie contagieuse

- Un participant souffrant d'une maladie contagieuse ne peut prendre part à une pratique ou une compétition. Un participant souffrant d'une maladie non contagieuse de la peau peut prendre part à une compétition si les zones touchées sont adéquatement protégées.

### 35. État de santé

- L'organisateur du tournoi peut exiger un contrôle de l'état de santé des participants à tout moment.

### 36. Arrêt de combat

- En compétition, il peut être mis fin à un combat dans les cas suivants :
  - i. Si l'athlète déclare forfait durant le combat.
  - ii. En cas de blessure provoquant un saignement, mais sans gravité. L'arbitre arrête le combat et demande au participant de couvrir et protéger sa blessure avant de reprendre le combat. Si l'athlète continue de saigner après deux interventions de lui-même ou du médecin, l'arbitre peut mettre fin au combat.
  - iii. Si l'arbitre juge qu'une prise peut exposer l'athlète à une blessure grave.
  - iv. Quand le médecin juge qu'un athlète n'est pas capable de continuer un combat à cause d'une blessure due à une prise légale de l'adversaire.
  - v. Quand un athlète vomit ou perd le contrôle des fonctions basiques de son corps en ayant des incontinences (urinaire ou fécale).
  - vi. En cas de non-respect du règlement.

### 37. Perte de conscience

Un compétiteur qui perd conscience lors d'un combat :

- S'il a 18 ans et moins : il n'est pas autorisé à continuer le tournoi, sans aucune possibilité de participer à une autre compétition tenue le même jour.
- S'il a 18 ans et plus : il ne sera pas retiré automatiquement de la compétition. Il pourra avoir la possibilité, si sa condition physique est stable, de participer à un autre combat tenu le même jour.

### 38. Commotion cérébrale

- i. En cas de soupçon ou constat d'une commotion cérébrale par l'arbitre, l'intervenant médical, son entraîneur, son parent ou lui-même pendant une compétition sera retiré de la compétition et devra se conformer au protocole de commotion cérébrale.
- ii. Les retraits pour cause médicale suite à une commotion cérébrale s'appliquent à toute la durée de l'événement et les athlètes doivent suivre le protocole de retour à l'entraînement. Voir le chapitre 12 du présent règlement.



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

### Section 1 – La formation des entraîneurs

39. Tout **entraîneur** doit avoir complété les formations suivantes :

- a. Planification d'une séance d'entraînement, donnée par Sport Québec (en ligne)
- b. Prise de décision éthique, donnée par Sport Québec

40. Tout **entraîneur-adjoint** doit suivre les formations suivantes :

- a. Plan d'action d'urgence, donnée par l'Association canadienne des entraîneurs
- b. Initiation à l'entraînement sportif, donnée par l'Association canadienne des entraîneurs

41. L'âge minimum d'un entraîneur est de 18 ans.

42. Un assistant-entraîneur doit être âgé de 16 ans.

43. Le grade minimal pour être entraîneur est de ceinture mauve.

44. L'assistant-entraîneur n'a pas besoin de grade minimal.

### Section 2 – Les responsabilités

45. Entraîneur

Tout entraîneur doit :

1. Voir au respect des normes de sécurité du présent document ;
2. S'assurer régulièrement que la trousse de premiers soins est complète ;
3. En cas de blessure, s'assurer que le participant puisse recevoir les soins appropriés ;
4. Rédiger un rapport sur les blessures survenues au cours d'une séance d'entraînement si l'intervention de l'entraîneur est requise ;
5. Ne pas consommer ni être sous l'influence de l'alcool, d'une drogue ou d'une substance dopante pendant une compétition ou une séance d'entraînement ;

6. Connaître les règles de compétition auxquelles ses élèves désirent participer ;
7. S'assurer que les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité sont conformes aux dispositions du présent règlement.

En compétition, l'entraîneur a la responsabilité d'encadrer ses athlètes qui participent à la compétition. Ainsi, il doit s'assurer que le règlement de sécurité est respecté à partir du début de la compétition jusqu'à la fin de celle-ci, ainsi que la pesée de ses athlètes.

En cas de blessure de l'athlète, il est responsable de s'assurer que les protocoles de retour à l'entraînement sont respectés.

Les entraîneurs et assistants-entraîneurs sont fortement encouragés à souscrire au cadre réglementaire actuel.

## **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 - La formation et les responsabilités des officiels/arbitres/juges

#### 46. Liste des responsables et officiels :

Les officiels majeurs occupent le ou les postes suivants :

- i. Le directeur de tournoi ;
- ii. Les arbitres (chef arbitres, arbitres et les juges) ;
- iii. Le directeur technique.

Les officiels techniques relèvent d'un directeur technique qui a la responsabilité des postes suivants :

- i. Les préposés aux chronomètres ;
- ii. Les préposés aux tableaux indicateurs ;
- iii. Les marqueurs (feuilles de combat) ;
- iv. Les préposés à la pesée ;
- vi. L'inspecteur à l'uniforme ;
- vii. Responsable du podium.

Pour certains tournois, ces postes peuvent être occupés par une même personne.

#### 47. Responsabilités du directeur de tournoi

Le directeur de tournoi est responsable de la bonne tenue du tournoi. Il voit à ce que tout se déroule bien et prend seul les décisions relatives au déroulement du tournoi.

Il doit :

- Connaître le règlement de sécurité et s'engager à le respecter ;
- Connaître les règlements d'arbitrage entérinés par la FQJJB (voir à ce titre les annexes 4 et 5 ;
- S'assurer de la présence d'officiels en nombre suffisant pour la tenue de l'événement ;

- Déléguer au moins un officiel technique par pesée pour le contrôle des pesées ;
- En collaboration avec l'arbitre en chef, informer les officiels de la durée des combats ainsi que des règlements spécifiques s'appliquant à ce tournoi avant le début de celui-ci.

#### 48. Formation de l'arbitre en chef

Le grade minimal que l'arbitre en chef doit avoir est une ceinture noire.

#### 49. Responsabilités de l'arbitre en chef

L'arbitre en chef est responsable de l'arbitrage lors d'un tournoi. Il doit :

- i. Veiller à ce que les règlements soient respectés et à ce que leur interprétation ne donne lieu à aucun incident ;
- ii. Veiller à la composition des équipes d'arbitres et juges, à leur rotation ainsi qu'à leur temps de repos. Ceux-ci doivent prendre une pause de 30 minutes minimum à chaque 90 minutes de période de travail continu ;
- iii. Ne pas consommer ou être sous l'effet de drogue ou boisson alcoolique durant une compétition.

#### 50. Responsabilités des arbitres

- Voir à l'application des règlements d'arbitrage de jiu-jitsu en vigueur au Québec ;
- Ne pas consommer ou être sous l'effet de drogue ou boisson alcoolique durant une compétition.

### Section 2 - Les responsabilités des organisateurs d'événements

#### 51. Responsabilités de l'organisateur

- i. L'organisateur doit être âgé minimalement de 18 ans.
- ii. Il doit s'assurer de respecter le règlement de sécurité actuel pour la tenue de tournois.
- iii. Il doit s'assurer que le nombre et la qualité des officiels et bénévoles présents sont adéquats.
- iv. Il est responsable de tous les éléments de la section 1 du chapitre 6.

Section 3 – La sécurité de tous les participants (incluant les spectateurs, le cas échéant)

52. L'organisateur a la responsabilité de s'assurer que les athlètes, entraîneurs et spectateurs soient réunis dans un environnement sécuritaire, qui répond aux exigences de sécurité en ce qui a trait à la tenue d'événement.  
Il doit également répondre aux règlements du chapitre 1.

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

### Section 1 - L'organisation

#### 53. Certificat d'assurances

- Tous les tournois sanctionnés nécessitent une assurance pour la tenue de l'événement.
- L'organisateur de tournoi doit posséder une assurance responsabilité civile d'un montant minimal de 1 000 000 \$ selon les mêmes exigences que l'art. 50 du Règlement sur les permis relatifs aux sports de combat (chapitre S-3.1, r.7).

### Section 2 - Le déroulement

#### 54. Tout organisateur qui met sur pied une compétition doit :

##### a) Avant la compétition :

- i. Obtenir une sanction de la Fédération;
- ii. Faire approuver par la Fédération les règlements en vigueur au moment de la compétition au moins 45 jours avant sa tenue;
- iii. Informer les participants de la réglementation en vigueur au moment de la compétition au moins 30 jours avant sa tenue;
- iv. Détenir ou être couvert par une police d'assurance responsabilité qu'il peut encourir en raison de faute commise dans l'exercice de ses fonctions ou à l'occasion de l'exercice de ses fonctions pendant toute la durée de la compétition. Le montant de la garantie doit être d'au moins 1 000 000 \$ pour l'ensemble des sinistres survenus pendant la période de garantie. La garantie doit s'étendre aux actes accomplis par tout employé ou préposé, rémunérés ou bénévoles et couvrir les dommages corporels subis par un participant ou un spectateur;
- v. S'assurer de la présence d'un nombre suffisant de juges et d'arbitres certifiés à son événement, comme prévu aux règlements IBJJF et ADCC, disponibles aux annexes 4 et 5, au moment de la compétition;
- vi. Aviser le service ambulancier le plus près de la date et de l'heure de la compétition, afin de favoriser un service adéquat en cas d'urgence.

- b) Pendant 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 des chapitres 1 et 7 ;
  - ii. S'assurer de la présence d'un responsable des premiers soins durant toute la compétition ;
  - iii. Être disponible pour toute demande d'inspection ou de modification ;
  - iv. S'assurer qu'il n'y ait pas de consommation d'alcool, de drogue et de substance dopante dans les aires réservées aux participants et aux officiels ;
  - v. S'assurer de la présence d'un nombre de juges et d'arbitres certifiés suffisants à son événement, afin que ceux-ci puissent prendre une pause de 30 minutes minimum à chaque 90 minutes de période de travail continu.
- c) Une semaine après la compétition, faire parvenir un rapport d'incident, d'accident et d'infraction au règlement de sécurité, s'il y a lieu. Les officiels et le responsable des premiers soins doivent collaborer à la rédaction du rapport.

### Section 3 – Les services et équipements de sécurité requis lors d'une compétition

55. L'organisateur doit s'assurer de :

- a. Avoir un responsable des premiers soins et ses assistants. Ces derniers doivent au minimum avoir suivi avec succès un stage de formation en premiers soins équivalant au cours de secourisme général attesté. Le responsable des premiers soins doit être présent durant la compétition. L'arbitre doit arrêter un combat à la demande du responsable des premiers soins, que ce soit de façon temporaire ou définitive ;
- b. Contacter le centre hospitalier le plus près, de la date et de l'heure de la compétition afin d'assurer un service adéquat en cas d'urgence ;
- c. Aménager une salle de premiers soins sur le site de compétition.

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

### Section 1 – Le site de compétition

#### 56. Espace de compétition

Un local de bonne grandeur doit être retenu pour tenir un tournoi de jiu-jitsu brésilien, le local doit permettre d'y placer toutes les surfaces de combats requises tout en conservant une zone de sécurité. Voir le chapitre 8 à la section 1.

#### 57. Vestiaires

Le site de compétition doit avoir des vestiaires masculins et féminins de capacité suffisante pour le nombre de participants.

#### 58. Pesée

Étant donné que la pesée des athlètes se fait avec leur équipement, les dispositifs de pesée non officiels et officiels pour les hommes et les femmes peuvent être installés aux abords de l'aire de compétition, à condition qu'ils n'obstruent pas celle-ci et qu'ils respectent les distances minimales indiquées au chapitre 8.

#### 59. Spectateurs

Le site de compétition doit offrir suffisamment d'espace pour permettre aux parents, accompagnateurs et spectateurs d'assister à la compétition.

### Section 2 - Le déroulement et la supervision

Voir les chapitres 5 et 9.

### Section 3 - L'accessibilité et la conformité des lieux

60. L'organisateur d'événement est responsable de tenir sa compétition dans une salle respectant les accès universels et les protocoles d'évacuation d'urgence en règle sur le territoire où se tient la compétition. Les lieux, installations et équipements, ainsi que les services et équipements de sécurité doivent être conformes aux dispositions des chapitres I.



## 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

#### 61. Surface de combat

Pour toutes les compétitions de jiu-jitsu brésilien, la surface de combat doit respecter les critères suivants :

- i. La dimension minimale exigée d'une surface de combat est de 25 mètres carrés, avec un minimum de 5 m par côté. Elle doit comporter un pourtour de sécurité minimal de 1 m par zone de combat.
- ii. Si la zone de combat est entourée d'une clôture de sécurité, celles-ci doivent être à une distance sécuritaire des participants.
- iii. Un espace libre d'au moins 50 cm doit être laissé autour de la surface de compétition. Les tables des officiels techniques doivent aussi être positionnées à plus de 50 cm de la surface de combat.
- iv. Si une surface de combat est située à moins de 2 m d'une élévation de plus de 25 cm par rapport au sol, la structure est considérée comme une plateforme, et les règles suivantes s'appliquent :
  - a) La plateforme doit posséder une élévation maximale de 1 m au-dessus du niveau du sol ;
  - b) La surface de combat doit minimalement mesurer 10 m sur 10 m ;
  - c) Toute surface située entre l'aire de combat et le rebord de la plateforme doit être matelassée ;
  - d) Un pourtour minimal de 2 m de largeur doit entourer le contrebas de l'aire de combat. Ce pourtour doit être recouvert d'une surface matelassée d'un minimum de 4 cm d'épaisseur. Seuls les entraîneurs des participants et l'arbitre peuvent circuler sur cette surface pendant la compétition. Un seul entraîneur par participant.

#### 62. Aire d'échauffement

Toute compétition doit comporter une aire d'échauffement d'une surface minimum de 10 m<sup>2</sup>, comprenant tous les équipements indiqués au chapitre I.

#### 63. Médical

Il doit y avoir un endroit prévu pour l'installation de l'équipe médicale lors des compétitions. Voir chapitre 9 section 1.

## **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*

#### 64. Médical

- i. Lors de toute compétition de jiu-jitsu brésilien, un responsable médical doit être nommé, identifié comme tel, et il doit posséder l'une ou l'autre des qualifications professionnelles ci-dessous :
  - A. Docteur en médecine ;
  - B. Thérapeute en sport certifié ;
  - C. Physiothérapeute possédant un certificat de premier intervenant valide ;
  - D. Infirmier autorisé travaillant au service des urgences ;
  - E. Ambulancier.
- ii. Le responsable médical doit démontrer ses qualifications auprès de l'organisateur du tournoi.
- iii. Le responsable médical doit être présent dès le début de la compétition et ne peut quitter qu'à la fin de l'événement.
- iv. Le responsable médical a la responsabilité de prévoir tout l'équipement nécessaire pour faire face à une demande médicale.
- v. Un événement ne peut commencer sans la présence du responsable médical.

#### 65. Nombre d'intervenants

- i. Dès que plus de 4 surfaces de combat sont utilisées, un second responsable médical possédant les qualifications mentionnées à l'article 65 doit être présent.
- ii. Un responsable médical peut superviser 4 surfaces de combat maximum.

### *Section 2 - L'équipement de sécurité et les mesures d'urgence*

#### 66. Plan d'action d'urgence

Toutes les installations qui accueillent un événement ou une compétition de jiu-jitsu brésilien doivent avoir un plan d'action d'urgence (PAU) affiché à proximité de l'aire de soins médicaux.

Le plan d'action d'urgence doit comprendre les informations suivantes :

- i. Nom de la personne responsable en cas d'urgence (habituellement, le responsable médical sur les lieux) ;

- ii. Nom de la personne chargée du matériel médical ;
- iii. Nom de la personne responsable des appels d'urgence ;
- iv. Itinéraire d'accès pour l'ambulance et plan d'évacuation ;
- v. Adresse de l'installation et rue transversale ;
- vi. Nom et adresse de la salle d'urgence, la clinique d'imagerie médicale et le dentiste d'urgence les plus près ;
- vii. Nom et numéro de téléphone de la personne responsable du transport non urgent vers l'hôpital. Un véhicule et un chauffeur désigné devraient attendre sur place lors de la compétition ;
- viii. Coordonnées de tous les membres du personnel médical ;
- ix. Une même personne peut jouer plus d'un rôle dans le cadre du plan d'action d'urgence.

#### 67. Matériel obligatoire

Ce matériel doit être disponible lors d'une compétition :

- I. Un flacon pulvérisateur contenant une solution pour la désinfection ;
- II. Plusieurs paires de gants ;
- III. Serviettes en papier pour essuyer ;
- IV. Une poubelle ou un sceau ;
- V. De la glace en quantité suffisante ainsi que des sacs pour la distribution de celle-ci selon les besoins ;
- VI. Une trousse de premiers soins aux normes CSA par quatre (4) surfaces de combat minimum. Voir l'Annexe 1 à la fin du présent document.

## **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**

Dans le cadre de sa mission, la Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien 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 québécoise de jiu-jitsu brésilien 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 québécoise de jiu-jitsu brésilien 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 détection de comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l'intégrité physique ou psychologique*

#### **Pratique saine et sécuritaire**

68. Le présent règlement de sécurité fait partie des règles que tout participant et organisateur s'engagent à respecter. Il énonce un ensemble de dispositions applicables afin d'évoluer dans le milieu de manière saine et sécuritaire.

Par ailleurs, la Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien déclare adhérer à l'Avis sur l'éthique en loisir et en sport, du ministère de l'Éducation, 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**

69. 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 lors de la pratique du jiu-jitsu brésilien. À cette fin, la Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien a des codes de conduite à respecter et s'assure de leur diffusion et de leur promotion auprès des membres.

Dès son adhésion, tout membre doit être informé, par écrit, de l'existence de ces codes de conduite.

De plus, la Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien s'engage à chaque début de saison à rappeler à ses membres de revoir les codes de conduite qui les concernent.

70. Tout participant et organisateur doivent 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.
71. Tout participant et organisateur peuvent 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.
72. Tout participant et organisateur s'engagent à promouvoir et faire connaître l'existence de ces services.

### **Filtrage**

73. La Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien a mis en place des directives en matière de filtrage pour toutes personnes susceptibles d'entrer en contact avec des personnes mineures ou des personnes vulnérables dans le cadre de ses fonctions.

### **Formation**

74. La Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien s'engage à promouvoir auprès de ses membres et les encourage à participer à des formations en matière de protection de l'intégrité. Ces formations devront avoir été approuvées au préalable par la Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien. Cette dernière s'engage également à faire connaître ces formations par le biais de son site internet.

La Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien peut également 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, administrer, jouer ou autre).

### **Section 2 - Suivis des comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l'intégrité physique ou psychologique**

75. La Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien souscrit à la Politique en matière de protection de l'intégrité, mise en place par le Regroupement Loisir et Sport du Québec, notamment par l'entremise d'un mécanisme indépendant de traitement des plaintes qui recommande des sanctions auprès de la Fédération, le cas échéant.

Ainsi toute personne impliquée doit dénoncer, tout abus, harcèlement, négligence, ou violence sous toutes ses formes commis sur une personne qui est elle aussi impliquée dans le milieu du jiu-jitsu brésilien, qu'elle soit mineure ou majeure.

Tout membre de la Fédération doit collaborer au processus de traitement d'une plainte et respecter la confidentialité inhérente au traitement de celle-ci.

La Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien s'engage à respecter et mettre en place, le cas échéant, en collaboration avec ses membres s'il y a lieu, les mesures appropriées afin d'appliquer les décisions et sanctions rendues par son Conseil d'administration.

### Section 3 – Bagarres

76. Afin de prévenir la violence physique et psychologique pouvant entraîner des blessures mineures, graves ou dans des circonstances extrêmes un décès, la Fédération québécoise de jiu-jitsu brésilien a la responsabilité d'établir des règles d'intervention lorsque survient une bagarre, entre 2 personnes ou plus, dans le cadre d'un événement sportif (joute ou compétition) et ce, peu importe qu'il s'agisse de joueurs ou d'autres membres de l'équipe (entraîneur, assistant-entraîneur, soigneur, etc.)

La Fédération s'assurera que les sanctions mentionnées dans les deux prochains paragraphes s'appliquent obligatoirement dès qu'un événement sportif implique la présence de personnes de moins de 18 ans.

Dès qu'une bagarre survient, les personnes impliquées doivent systématiquement être expulsées de l'événement sportif et ce, qu'elles soient initiatrices ou pas de la bagarre.

Également, ces mêmes personnes devront faire l'objet minimalement d'une suspension lors du prochain événement sportif (suspension pour la prochaine joute ou suspension pour le prochain événement).

Le cas échéant, la Fédération pourrait demander à ses membres une liste des expulsions et suspensions survenues au cours d'une année.

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

Dans le cadre de la mise en place d'un règlement de sécurité relatif à la pratique du jiu-jitsu brésilien au Québec, et compte tenu de la nature de l'activité, du contexte de pratique, les participants et organisateurs doivent porter une attention particulière aux risques élevés d'impacts néfastes sur la santé des participants que peut présenter la pratique de ce sport.

D'autres éléments sont également susceptibles d'affecter la santé des participants, notamment : l'usage de drogues, substances dopantes, boissons énergisantes, alcool, les régimes, la mauvaise utilisation des équipements, le surentrainement [overuse], etc.

Par conséquent, la Fédération statue sur les points suivants :

### Section 1 – Antidopage

77. 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 autre produit prohibé durant une activité sanctionnée par la fédération (entraînement, partie, compétition, etc.).
78. Les participants et organisateurs doivent s'informer sur le sujet de l'antidopage en consultant les plateformes Web de diverses organisations, notamment le Programme canadien antidopage (PCA), la plateforme mondiale d'éducation et d'apprentissage en matière de lutte contre le dopage de l'Agence mondiale antidopage (AMA), les outils d'éducation du Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES), etc.
79. La Fédération rappelle que les athlètes qui participent à certains tournois ou compétitions peuvent être soumis à des contrôles sporadiques du dopage, effectués en vertu des programmes mentionnés ci-haut. Ils doivent donc s'abstenir d'utiliser toute substance pouvant s'avérer interdite. Les athlètes sont encouragés à s'informer auprès des organismes appropriés avant d'utiliser ladite substance.

### Section 2 – La santé générale des participants

80. Le retour progressif à la suite d'une commotion cérébrale

Voir le chapitre 12 du présent règlement de sécurité.

81. L'utilisation adéquate des équipements

Voir les chapitres 1 et 8.

82. Les régimes alimentaires et les pesées

La Fédération est consciente de l'importance de la santé des athlètes à l'égard de leurs poids. Il est important pour les participants de compétitionner dans une catégorie de poids proche de leur poids santé.

### 83. Le surentraînement

La Fédération est consciente que le surentraînement n'apporte aucun bénéfice aux athlètes (physique, mentale ou émotionnel).



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

Les participants et organisateurs reconnaissent que la pratique du jiu-jitsu brésilien peut comporter des risques élevés 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 personnes impliquées lors d'un entraînement ou une compétition doivent connaître leurs rôles et responsabilités à cet égard.

### Section 1 - La prévention, l'information et la sensibilisation

84. Pour développer ou maintenir un environnement sain et sécuritaire, les organisations, le personnel encadrant une activité (entraîneur, arbitre, enseignant, surveillant, professionnel de la santé, etc.) et les participants (élèves, étudiants, athlètes, joueurs, etc.) doivent adopter une approche préventive avant que ne survienne un incident.

D'autres mesures peuvent être mises en œuvre, par exemple :

- a. Éduquer l'ensemble des personnes (formation des intervenants et sensibilisation des athlètes et des parents) ;
- b. Désigner une personne qui aura comme responsabilité d'intervenir lorsqu'il y a un soupçon de commotion cérébrale et de s'informer des antécédents de commotions du participant de l'activité ;
- c. Identifier les risques de commotion cérébrale ;
- d. Connaître l'existence des outils d'évaluation et de gestion des commotions cérébrales et/ou d'une politique en cette matière (si c'est le cas) et/ou d'un plan de retour progressif à l'activité (si c'est le cas) ;
- e. Connaître et identifier les aménagements potentiels des installations sportives pouvant réduire les risques de commotions cérébrales lors d'entraînements et de compétitions ;
- f. Informer et sensibiliser les parents et les tuteurs d'athlètes de la gravité des commotions cérébrales et de l'importance de les traiter diligemment.

### Section 2 – La détection et la gestion

85. Tous les participants et organisateurs impliqués dans un entraînement ou une compétition doivent mettre en application l'ensemble des directives incluses dans le Protocole de gestion des commotions cérébrales pour le milieu de l'éducation et dans le cadre d'activités récréatives et sportives du ministère de l'Éducation.

Voici le lien pour y accéder : [www.quebec.ca/commotion](http://www.quebec.ca/commotion)

Ce protocole fait état notamment :

- De ce qu'est une commotion cérébrale ;
- Du retrait immédiat du participant en cas d'incident ou soupçon d'une commotion ;
- De l'importance de consigner l'incident ;
- Des informations permettant d'identifier les signaux d'alerte et des symptômes observés et ressentis par le participant ;
- Des circonstances clés nécessitant une évaluation médicale en urgence ou en clinique ;
- D'un plan détaillé du retour à l'activité récréative, scolaire et sportive ;
- Du rôle et responsabilité de chacun des acteurs (entraîneur, parents, participants, etc.) ;
- De l'outil de consignation qu'est la fiche de suivi.

Les organisateurs et participants doivent se rappeler de :

- L'importance d'en aviser le participant, les tuteurs ou parents, en début de saison, de l'application du protocole par les membres de l'équipe ;
- L'importance d'une communication efficace entre les différents intervenants et parents lors d'un incident laissant présager une possible commotion cérébrale ;
- L'importance de déclarer un incident et ne pas le banaliser ;
- L'importance de tenir un registre d'accident permettant de faire un suivi individuel des blessures ;
- L'importance d'avoir des installations sécuritaires diminuant les risques possibles de subir une commotion cérébrale.

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

### Section 1 – Sanctions

86. Une infraction au présent règlement est sanctionnée par la Fédération.
87. Une personne qui contrevient au présent règlement peut être réprimandée ou suspendue.
88. Les décisions rendues par un officiel conformément aux règles de compétition et les sanctions qu'il impose, le cas échéant, sont exécutoires immédiatement et ne peuvent faire l'objet d'un appel devant le ministre. Dans le cas d'infractions majeures ou de l'accumulation d'infractions, des sanctions peuvent s'ajouter à celles rendues par l'officiel.
89. En cas de conflit entre le présent règlement de sécurité et toutes autres règles en vigueur à la Fédération, les dispositions de ce présent règlement de sécurité auront préséance.

### Section 2 - Décision et révision

90. La Fédération doit aviser le contrevenant par écrit de chaque infraction reprochée et lui donner l'occasion de se faire entendre lors d'une audience dans un délai raisonnable.
91. La Fédération doit expédier par courrier recommandé ou certifié une copie de sa décision à la personne visée, dans un délai de 10 jours à compter de la date de sa décision, et l'informer qu'elle peut en demander la révision par la ministre. Cette demande de révision doit être logée dans les 30 jours de la réception de la décision, conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports (RLRQ, c. S-3.1).

## ANNEXE 1

### TROUSSE DE PREMIERS SOINS, MATÉRIEL OBLIGATOIRE

- 50 Pansements adhésifs stériles, tailles assorties (standard, grand, bout doigt, jointure, carré grand)
- 1 Ciseaux à bandage (en acier inoxydable avec point arrondi, minimum 14 cm (5,5 po))
- 1 Pince à échardes (en acier inoxydable, minimum 11,4 cm (4,5 po))
- 1 Rouleau de ruban adhésif (diachylon) 2,5 cm X 4,6 m (1 po x 177 po)
- 2 Compresses abdominales stériles, enveloppées séparément 12,7 cm x 22,9 cm (5 po x 9 po)
- 24 Compresses de gaze stériles 7,6 cm X 7,6 cm enveloppés séparément (3 po x 3 po)
- 2 Rouleaux de gaze élastique stérile 5,1 cm X 1,8 m enveloppés séparément (2 po x 2 verges)
- 2 Rouleaux de gaze élastique stérile 7,6 cm X 1,8 m enveloppés séparément (3 po x 2 verges)
- 4 Pansements compressifs stériles avec attaches 10,2 cm X 10,2 cm enveloppés séparément (4 po x 4 po)
- 4 Écharpes triangulaires en coton 101,6 cm x 101,6 cm x 142,2 cm (40 po x 40 po x 56 po)
- 8 Épingles de sécurité (pour attacher les écharpes triangulaires)
- 50 Lingettes de nettoyage des plaies antiseptiques enveloppées séparément (Benzalkonium)
- 12 Lingettes de nettoyage des mains et de la peau enveloppées séparément
- 12 Sachets d'onguent antibiotique topique à usage unique, enveloppés séparément
- 1 Masque de poche ou masque jetable avec clapet/valve unidirectionnel pour la RCR
- 16 Gants jetables, qualité médicale, sans latex, sans poudre
- 1 Couverture de secours en aluminium, minimum 132 cm x 213 cm (52 po x 84 po)
- 2 Sacs à usage unique pour le recueil déchets biomédicaux

## ANNEXE 2

Technique		4 à 6 ans	7 à 9 ans	10 à 12 ans	13 à 15 ans
Clés articulaires	Clés de bras droite	✗	✓	✓	✓
	Kimura	✗	✗	✓	✓
	Americana	✗	✗	✓	✓
	Écartements de jambes	✗	✗	✗	✓
	Omo-plata/Gogo-plata	✗	✗	✗	✗
	Clés de poignet	✗	✗	✗	✗
	Clés de jambes	✗	✗	✗	✗
	Compression du biceps (slicer)	✗	✗	✗	✗
	Torsion du cou et clés cervicales	✗	✗	✗	✗
Étranglements	Arc et flèche	✗	✗	✓	✓
	Étranglement au collet	✗	✗	✓	✓
	Étranglement arrière	✗	✗	✓	✓
	Triangle (jambes)	✗	✗	✓	✓
	Triangle (bras)	✗	✗	✗	✗
	Ezekiel	✗	✗	✗	✗
	Guillotine	✗	✗	✗	✗
	Tirer la tête dans le triangle	✗	✗	✗	✗
Projections	Projection tête et bras	✗	✗	✗	✗
	Seio nage à deux bras	✗	✗	✗	✗
	Ciseaux de jambes (kani basami)	✗	✗	✗	✗
	Sauter en garde	✗	✗	✗	✗
	Jambe simple - tête extérieure	✗	✗	✗	✗
	Projection par-dessus la tête (tomoe nage)	✗	✗	✗	✗
Comportement général	Tirer les cheveux	✗	✗	✗	✗
	Mordre	✗	✗	✗	✗
	Insulter/jurer	✗	✗	✗	✗
	Frapper	✗	✗	✗	✗
	Plier ou tordre les doigts	✗	✗	✗	✗
	Comportement antisportif	✗	✗	✗	✗

Techniques autorisées – 16 ans et moins

## ANNEXE 3

Catégories de poids - Moins de 16 ans

Poids	Atome	Pee-wee	Junior	Ado
Coq	15 kg	21 kg	30 kg	40 kg
Plume-léger	18 kg	24 kg	33 kg	44 kg
Plume	20 kg	27 kg	36 kg	48 kg
Léger	24 kg	30 kg	39 kg	52 kg
Moyen	26 kg	33 kg	42 kg	56 kg
Mi-lourd	29 kg	36 kg	45 kg	60 kg
Lourd	32 kg	39 kg	48 kg	65 kg
Super-Lourd	35 kg	42 kg	51 kg	69 kg
Ultra-Lourd	+ 35 kg	+ 42 kg	+ 51 kg	+69 kg

**Équipe de rédaction (par ordre alphabétique)**

Maude Bilodeau-Vézina  
Cédric Essiminy  
Nicolas Lachance-Barbeau  
Johnny Zemouli

**Ont collaboré au présent règlement (par ordre alphabétique)**

Louis Bérubé  
David Dubois  
Dominic Côté  
Carl Fagnant  
Mathieu Gagné  
Daniel Guillemette  
Olivier Keeseng  
Pierre-Olivier Leclerc  
Yannick Loof  
Steven Maclure  
Guy Montreuil  
Brianna Ste-Marie  
Luciano Ucci