

## ÉQUIPE QUÉBEC | BULLETIN #2 ET REUNION DE PREPARATION, QUÉBEC

### JEUX D'ÉTÉ DU CANADA | ST. JOHN'S 2025

Du 17 au 25 août 2025 | St. John's, Terre-Neuve-et-Labrador

#### ANNONCE OFFICIELLE – ÉQUIPE DU QUÉBEC | JEUX DU CANADA 2025

#### **Vous l'aurez vu : l'équipe est officiellement annoncée aujourd'hui!**

Félicitations à toutes celles et ceux qui ont mérité leur place au sein de cette délégation exceptionnelle, alors que nous entamons le dernier mois de préparation avant le grand départ pour les Jeux. [equipe-du-quebec-jeux-dete-du-canada-2025-st-johns-annonce.pdf](#)

Une équipe unifiée de 29 athlètes féminines, 30 athlètes masculins, accompagnée de 7 entraîneurs, 2 gérantes et 3 accompagnatrices, qui incarne les valeurs d'inclusion, d'équité et de collaboration.

#### **Ensemble, nous formons UNE SEULE ÉQUIPE :**

Athlètes sans handicap, athlètes para et athlètes issus des Olympiques spéciaux — unis pour vivre une expérience positive, développer notre plein potentiel, et acquérir une expérience précieuse dans un environnement de compétition multisport de calibre national.

#### **Notre mission**

Sélectionner l'équipe la plus complète et la plus compétitive pour représenter le Québec aux Jeux du Canada 2025, tout en renforçant notre culture de respect, de performance et de solidarité.

Dates importantes à retenir	Date
<b>Camp de préparation #2 – Québec (16h à 21h)</b> Distribution uniforme – Sport Québec – et séance d'équipe	13 juillet
Collecte d'informations pour le manifeste de vols (passeports etc...)	16 juillet
Distribution uniforme – Athlétisme Québec, lors des Championnats, pour les personnes présentes	1 au 3 août
<b>Camp de préparation #3 – Montréal (14h à 21h, aéroport TBA)</b> Dernière remise d'uniformes, formation et séance d'équipe	16 août
Date limite formation en ligne obligatoires (dopage / sport sécuritaire)	
Départ de l'équipe – Montréal (8h05) vers St. John's	17 août
Entraînement officiel en athlétisme, St. John's	18 août
Début de la compétition en athlétisme	19 août
Fin de la compétition en athlétisme	23 août
Cérémonie de clôture	24 août
Retour au Québec – Vol d'arrivée 5h55 de St. John's à Montréal	25 août

## PROGRAMMATION - Réunion de préparation – Jeux du Canada 2025

**13 juillet 2025, Université Laval – PEPS | Salle 2270**

La salle 2270 est accessible aux personnes en fauteuil roulant. Voir le plan d'accès et les instructions ci-dessous.

### **16h00 | Arrivée et Accueil** « En route vers St. John's »

---

- Accueil des athlètes
- Rencontre avec les entraîneurs

### **16h30 | Mot de bienvenue** « One Team – Ensemble vers l'excellence »

---

- Mot de bienvenue et présentation de la vision collective
- Présentation de l'équipe d'Encadrement
- Objectifs communs et esprit Équipe Québec

### **17h00 | Atelier interactif** « Nos valeurs, notre force »

---

- Activité participative et réflexion individuelle et collective autour des valeurs, des objectifs et de l'engagement.

### **17h30 | Présentation logistique des Jeux** « Tout savoir pour performer »

---

- Informations clés : transport, hébergement, services, communications
- Formation CCES, Code de conduite, Manifeste de vols

### **18h05 | Connexion par disciplines** « Renforcer nos liens »

---

- Discussions en petits groupes selon les épreuves

### **18h40 | Nutrition et performance aux Jeux « Bien manger pour exceller » - Evelyne Telmosse**

---

- Adapter son alimentation aux conditions de St. John's
- Stratégies pour soutenir performance et récupération

### **19h15 | Remarques de clôture** « Réussir dans l'inconfort »

---

- Gérer les imprévus, le stress et les distractions

**Souper d'équipe offert par Athlétisme Québec**

---

## Comment se rendre à la Salle 2270 au PEPS – Université Laval

### 1. Entrée dans le bâtiment

Adresse : 2300, rue de la Terrasse, Québec (QC) G1V 0A6

Utilisez l'entrée principale ou la porte 31 située au rez-de-chaussée (niveau 0 ou 00).

### 2. Montez au 2e étage (niveau 2)

La salle 2270 (Auditorium) se trouve au deuxième étage.

Des escaliers et des ascenseurs sont disponibles près de l'entrée principale et sont bien indiqués.

#### Accessibilité en fauteuil roulant

Le PEPS est entièrement accessible en fauteuil roulant.

Des ascenseurs sont disponibles près de l'entrée principale ainsi qu'à d'autres points d'accès pour rejoindre le niveau 2.

Des toilettes accessibles se trouvent à chaque étage, y compris à proximité de la salle 2270.

Si vous entrez par la porte 31, un parcours accessible vers les ascenseurs est clairement indiqué.



## Remboursement de frais

Les membres de l'équipe peuvent demander un remboursement de leurs dépenses liées à l'hébergement ou au transport pour la réunion de préparation du 13 juillet.

Veillez conserver vos preuves justificatives (factures d'hôtel, billets de transport, etc.) pour toute demande de remboursement.

Il est également possible de réclamer un remboursement au kilométrage, selon les taux en vigueur.

- ◆ Le montant maximal remboursé est de 150 \$ par personne.

Un [formulaire de réclamation](#) peut être téléchargé à ce lien.

## LE SPORT PROPRE AUX JEUX DU CANADA 2025

FORMATION EN LIGNE Il ne reste plus beaucoup de temps pour terminer votre formation! Les athlètes doivent avoir suivi l'un des cours suivants : Sport sain 2025 ou Le sport sain en revue 2025.

Le personnel d'encadrement des athlètes doit aussi suivre le module Le rôle du personnel d'encadrement des athlètes.

→ Avez-vous bien sélectionné votre province ou territoire et l'édition des Jeux (St. John's 2025) au moment de remplir votre profil? [Ouvrez une session pour vérifier!](#)

## Pour toute question, n'hésitez pas à contacter l'équipe de gestion – Athlétisme Québec

D'autres bulletins suivront avec des précisions supplémentaires sur la logistique, les déplacements, les hébergements, les rappels administratifs et les ressources de préparation.

<b>Derek Covington</b> Directeur technique et haut niveau dcovington@athletisme.qc.ca 514-709-1599	<b>Félix-Antoine Lapointe</b> Athlétisme Québec Entraîneur-chef falapointe@athletisme.qc.ca
<b>Marielle Segbor</b> Coordonnatrice – Programmes de performance msegbor@athletisme.qc.ca 514-618-5319	<b>Olivier Gabriel Lavoie</b> Entraîneur-chef, JDC, Équipe Québec olivier.gabriel.lavoie@gmail.com