



CYCLISME CANADA GUIDE DE L'ATHLÈTE



Bienvenue!

L'objectif de Cyclisme Canada est de mettre en place un programme d'équipe nationale durable et cohérent, capable de former en permanence des champions exemplaires sur la scène internationale et des ambassadeurs à vie pour notre communauté.

Fondée en 1882, Cyclisme Canada est la plus ancienne organisation sportive nationale de notre pays. L'équipe nationale de cyclisme a une longue histoire de succès qui remonte aux Jeux olympiques de 1908, où le Canada a remporté la médaille de bronze dans la poursuite par équipes.

Les athlètes qui concourent pour l'équipe nationale canadienne de cyclisme ont remporté 38 médailles paralympiques, 16 médailles olympiques et de nombreux titres mondiaux chez les élites, les U23 et les juniors. Représenter son pays dans le sport est un honneur. Félicitations pour votre sélection au sein de l'équipe nationale canadienne de cyclisme !



Introduction

Ce guide a pour but de vous aider et de vous informer ; nous nous sommes efforcés de le rédiger dans un langage simple et accessible. En cas de divergence entre ce document et les politiques et procédures officielles de Cyclisme Canada, ces dernières prévalent.



À propos de Cyclisme Canada

Ce que nous faisons

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Cyclisme Canada est une équipe de passionnés qui travail ensemble afin que notre organisation soit une ressource indispensable pour tous les Canadiens et Canadiennes touchés de près ou de loin par le cyclisme.

NOTRE BUT

Inspirer les Canadiens à faire du vélo.

NOTRE RÔLE

Diriger, réglementer et autonomiser.

NOTRE MANDAT

Développer notre sport de façon holistique, en mettant plus de Canadiens sur des vélos.

LES FACTEURS CLÉS DE NOTRE SUCCÈS

- Focalisation
- Capacité
- Harmonisation, collaboration et responsabilité
- Durabilité et inclusion
- Adaptabilité



À propos de Cyclisme Canada

NOTRE STRATÉGIE



LES QUATRE DOMAINES INTERDÉPENDANTS DE NOTRE ORIENTATION STRATÉGIQUE

COMMUNAUTÉ

Nous créerons une communauté qui possède une profonde connexion, une affinité et une fierté envers le cyclisme ; la communauté est notre plus importante opportunité et elle ouvre la voie vers la durabilité, la diversification et la croissance.

DÉVELOPPEMENT

Notre but est de partager la joie du cyclisme avec tous les Canadiens et Canadiennes ; un programme de développement à l'échelle locale harmonisé sur le plan national qui entraînera davantage de participation et de membres à notre système de clubs dans le but de développer de nouveaux champions qui proviennent de partout au pays.

ÉVÉNEMENTS

Nous élaborerons et accueillerons des événements qui susciteront un véritable engouement pour le cyclisme auprès du public canadien et qui permettront d'engager notre communauté et de susciter un regain d'intérêt, tout en soutenant les parcours de développement de nos athlètes, entraîneurs et officiels..

DES CHAMPIONS COURTOIS

Nous continuerons à mettre en place des programmes de performance durables et cohérents, qui permettront de former des champions courtois sur la scène internationale et des ambassadeurs à vie à notre communauté.



L'ÉQUIPE NATIONALE

PROGRAMMATION:
UN SPORT. UNE ÉQUIPE

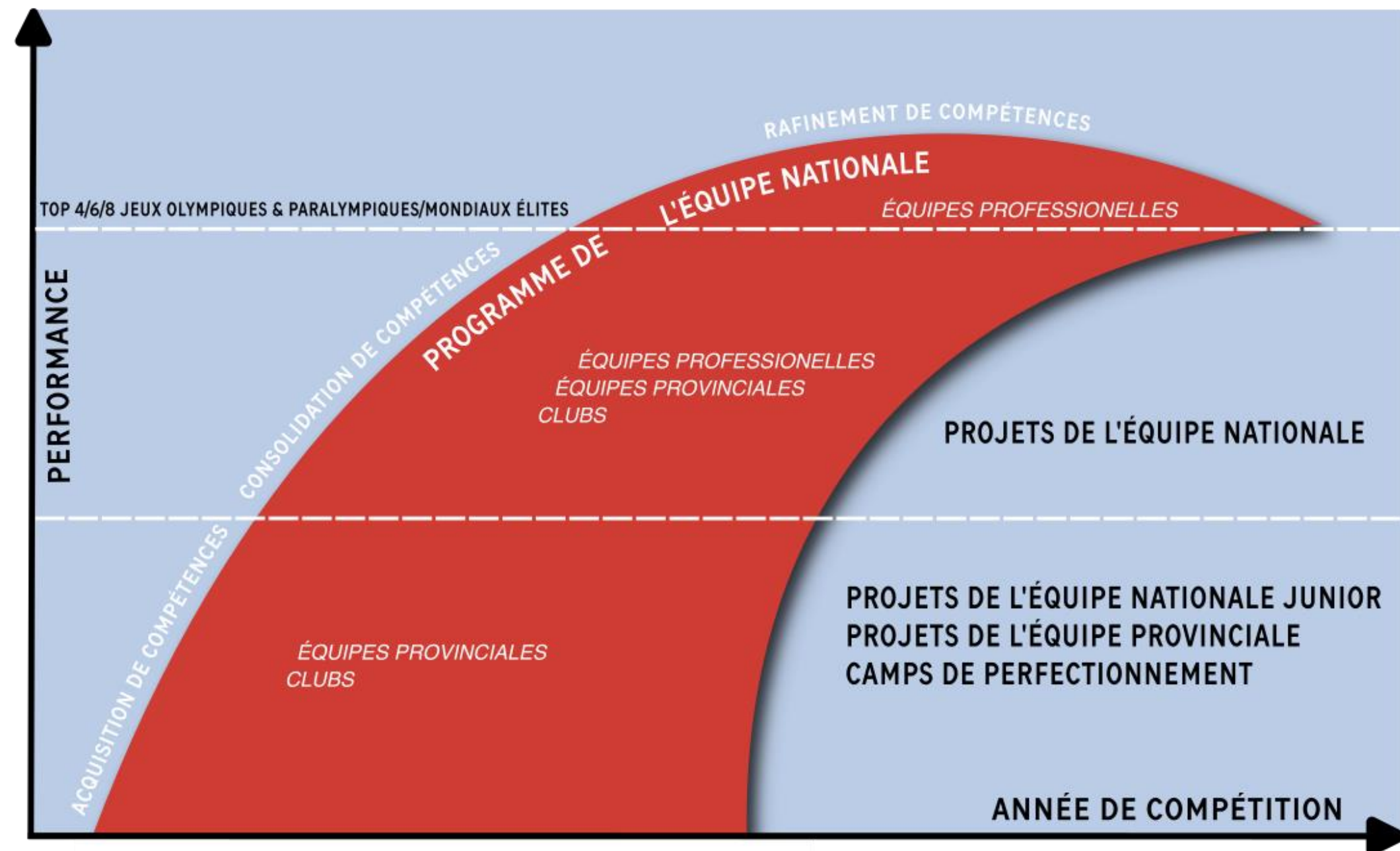
CYCLING
CYCLISME
CANADA



Pour Cyclisme Canada, tous les camps d'entraînement et les courses sont des « projets ». Chaque année, Cyclisme Canada organise plus de 80 projets de compétition et d'entraînement de l'équipe nationale route, vélo de montagne, BMX, paracyclisme et cyclo-cross. Lors d'une saison typique, plus de 200 athlètes représentent le Canada comme membres de l'équipe nationale.

Le graphique ci-dessous illustre comment la programmation de l'équipe nationale correspond à la progression de performance des cyclistes à partir du niveau des clubs jusqu'aux podiums internationales.

Pour consulter la liste des athlètes qui ont représenté le Canada au fil des ans, cliquez [ICI](#).



L'ÉQUIPE NATIONALE

STANDARDS: Bâtir un environnement positif

Pour atteindre un niveau de performance de classe mondiale, il faut un environnement dans lequel les athlètes et le personnel se sentent en sécurité et soutenus. Afin de contribuer à la mise en place d'un tel environnement, Cyclisme Canada a établi des standards à respecter par l'ensemble des athlètes et du personnel.

- Adopter une attitude optimiste.
- Créer un environnement orienté sur les solutions.
- Établir des objectifs personnels significatifs.
- Assumer la responsabilité de son entraînement et de sa performance.
- Demander de l'aide lorsque nécessaire.
- Se présenter prêt et à temps.
- S'engager à faire de son mieux.
- Être présent et engagé.
- Choisir d'être ouvert à l'encadrement ; c'est un avantage compétitif d'être une personne qui apprend rapidement.
- Partager des commentaires de façon à faire ressortir le meilleur des autres.
- Être gentil.
- Apprendre à demeurer calme sous pression.
- Percevoir les difficultés et les défis comme des occasions d'apprendre.
- Célébrer son succès et celui des autres.



L'ÉQUIPE NATIONALE

BASSINS DE PERFORMANCE

Les athlètes sont admissibles à être nommés aux bassins de performance de Cyclisme Canada. Ces bassins servent à établir le niveau de soutien offert à chaque athlète.

Il y a trois bassins de performance:

- Podium
- Ciblé
- Développement

Le niveau de performance requis et les services disponibles pour chacun des bassins sont présentés dans les pages suivantes.

Les détails sur les critères d'éligibilité et le processus de nomination aux les bassins de performance sont disponibles [ICI](#).

L'appartenance à un bassin de performance ne constitue ni une garantie ni une condition préalable à la sélection pour les projets de l'équipe nationale. Tous les athlètes éligibles peuvent être sélectionnés pour les projets selon les critères de sélection (voir la section « Sélection de l'équipe nationale » plus loin dans ce document).



BASSINS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

« PODIUM »

CYCLING
CYCLISME
CANADA



BASSIN DE PERFORMANCE PODIUM

Niveau de l'athlète

Un athlète « Podium » a démontré le potentiel d'un podium élite en atteignant des résultats équivalents au Brevet international (SRI) au cours des 12 derniers mois.

Encadrement d'un entraîneur de l'équipe nationale

Pas obligatoire, mais disponible sur demande sans frais à l'athlète.

Services de performance

Première priorité pour les solutions de performance optimisées personnalisées aux athlètes afin d'augmenter leur potentiel de remporter des médailles aux Championnats du monde et aux Jeux majeurs.

Frais de projet

Les athlètes podium ne paient pas les frais de projet. De plus, dans la plupart des cas, CC paiera les frais de voyage vers et depuis les projets de l'équipe nationale..



BASSINS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

« CIBLÉ »

CYCLING
CYCLISME
CANADA



BASSIN DE PERFORMANCE CIBLÉ

Niveau de l'athlète

Un athlète « Ciblé » a atteint des résultats équivalents à un brevet National (SR) au cours des 12 derniers mois.

Encadrement d'un entraîneur de l'équipe nationale

Pas obligatoire, mais disponible sur demande sans frais à l'athlète.

Services de performance

Les services pour chaque athlète sont déterminés selon une évaluation détaillée de leur Plan de performance individuel (PPI).

Le PPI est élaboré par l'entraîneur de l'équipe nationale, en collaboration avec l'athlète, l'entraîneur personnel de l'athlète (s'il y en a un) et l'équipe de services de performance.

La disponibilité des services dépendra de la capacité de Cyclisme Canada, une fois l'allocation des services aux athlètes du bassin de podium déterminée.

Frais de projet

Les athlètes ciblés ne paient pas les frais de projet. Les athlètes sont responsables pour les frais de voyage et de bagages supplémentaires vers et depuis les projets de l'équipe nationale.



RIYADH
2025 UCI
URBAN CYCLING WORLD
CHAMPIONSHIPS

BASSINS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

« DÉVELOPPEMENT »

CYCLING
CYCLISME
CANADA



BASSIN DE PERFORMANCE DÉVELOPPEMENT

Niveau de performance

Un athlète « Développement » a atteint des résultats équivalents à un brevet de Développement (D) au cours des 12 derniers mois.

Encadrement d'un entraîneur de l'équipe nationale

Pas obligatoire, mais disponible sur demande sans frais à l'athlète.

Services de performance

Les services pour chaque athlète sont déterminés selon une évaluation détaillée de leur Plan de performance individuel (PPI).

Le PPI est élaboré par l'entraîneur de l'équipe nationale, en collaboration avec l'athlète, l'entraîneur personnel de l'athlète (s'il y en a un) et l'équipe de services de performance.

La disponibilité des services dépendra de la capacité de Cyclisme Canada, une fois l'allocation des services aux athlètes des bassins Podium et Ciblé est déterminée.

Frais de projet

Les athlètes développement doivent payer les frais de projets ainsi que leurs frais de déplacement et de bagages supplémentaires vers et depuis les projets de l'équipe nationale.



L'ÉQUIPE NATIONALE

L'ENCADREMENT PAR LES L'entraîneurS nationaUX

L'entraînement est un élément clé de la programmation de l'équipe nationale et les entraîneurs de Cyclisme Canada figurent parmi l'élite mondiale. Nos entraîneurs ont soutenu des athlètes vers des performances de podium en Coupe du monde, aux Championnats du monde, et aux Jeux Paralympiques et Olympiques.

Tous les entraîneurs de l'équipe nationale sont des entraîneurs professionnels agréés (EPA) auprès de l'Association canadienne des entraîneurs et doivent maintenir des normes élevées de formation et de perfectionnement professionnel.

Lorsque les athlètes participent à un projet d'entraînement ou de compétition avec l'équipe nationale, ils sont appuyés et entraînés par un membre du personnel d'entraînement de l'équipe nationale.

Les athlètes nommés aux bassins de performance peuvent bénéficier de l'encadrement personnalisé d'un entraîneur national. Ce service est fourni sans frais.

Les athlètes qui désirent travailler avec un entraîneur de l'équipe nationale devraient communiquer avec Cyclisme Canada. Chaque athlète sera jumelé avec un entraîneur en fonction de son emplacement géographique, ses intérêts et sa progression de la performance et des résultats.

L'entraîneur élaborera un Plan de performance individuel (PPI) qui contribuera à orienter les plans d'entraînement et de compétition pour l'année complète. Le PPI permet aussi à l'équipe de services de performance de déterminer les services disponibles pour chaque athlète. L'intention du PPI est d'assurer une progression et un rythme d'apprentissage maximal. Il agit comme une feuille de route pour améliorer la progression de la performance et des résultats de chaque athlète.



L'ÉQUIPE NATIONALE

les entraîneurs personnels

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Les entraîneurs nationaux sont à la disposition de tous les athlètes de l'équipe nationale ; cependant, les athlètes ne sont pas obligés d'être entraînés par un entraîneur de l'équipe nationale pour progresser dans le système de l'équipe nationale. Il est important d'établir une bonne collaboration entre l'athlète, les entraîneurs personnels et Cyclisme Canada – tous partageant les mêmes objectifs et les mêmes attentes.

Le principal point de contact et de communication de Cyclisme Canada sera toujours directement avec l'athlète, ce qui mène à une communication plus efficace et permet à l'athlète de prendre la responsabilité de son entraînement et de ses performances. Les athlètes sont encouragés à inclure leur entraîneur personnel et/ou leur directeur d'équipe professionnel dans toutes les communications avec l'équipe nationale. Les entraîneurs de l'équipe nationale travailleront avec l'athlète et son entraîneur personnel pour élaborer un plan de performance individuel si nécessaire.

Les athlètes qui participent à un EEQ (Environnement d'entraînement quotidien), à un camp d'entraînement ou à un projet de compétition avec l'équipe nationale sont censés suivre le programme d'entraînement établi par l'entraîneur de l'équipe nationale pendant ce projet.



L'ÉQUIPE NATIONALE

L'ÉDUCATION DES ATHLÈTES

Cyclisme Canada aidera les athlètes à participer à des ateliers de formation tout au long de l'intersaison.

Ces sessions, organisées par Cyclisme Canada et par le Réseau des instituts canadiens du sport, visent à améliorer les connaissances et les compétences de chaque athlète dans des domaines tels que la préparation aux compétitions, la performance mentale, la nutrition, la récupération, les déplacements, la planification de carrière et bien d'autres sujets.

Ces sessions sont généralement proposées par vidéoconférence et s'adressent aux athlètes de toutes les disciplines de l'équipe nationale.

Nous estimons que ces sessions constituent des modules essentiels de connaissances de base dont les athlètes auront besoin s'ils souhaitent bénéficier à l'avenir de services de performance personnalisés.



L'ÉQUIPE NATIONALE

CRITÈRES DE SÉLECTION

Tous les athlètes doivent mériter leur sélection pour chaque projet de l'équipe nationale, quel que soit leur parcours dans la discipline.

Cyclisme Canada publie les critères de sélection pour chaque programme de l'équipe nationale ; ces critères expliquent comment les athlètes sont sélectionnés pour chaque projet.

Il incombe à l'athlète de lire attentivement et de bien comprendre ces critères. Toutes les politiques officielles de sélection sont disponibles [ICI](#).

Les athlètes peuvent faire appel des décisions de sélection s'ils estiment avoir été écartés par erreur ou intentionnellement. Vous trouverez des informations sur la procédure d'appel de Cyclisme Canada [ICI](#). Toutefois, avant de faire appel, les athlètes sont encouragés à demander un entretien avec Cyclisme Canada afin de mieux comprendre comment la décision a été prise.

Une fois qu'un athlète a été sélectionné pour un projet, l'entraîneur de l'équipe nationale l'en informera et le mettra en contact avec notre équipe des opérations, qui planifiera la logistique de chaque projet.

Si vous avez des questions concernant les politiques de sélection, veuillez contacter Cyclisme Canada.



L'ÉQUIPE NATIONALE

FRAIS DE PROJETS

Les frais de projet représentent environ 5 % du budget total de haute performance de Cyclisme Canada, mais ils permettent à Cyclisme Canada d'offrir une programmation solide dans toutes les disciplines cyclistes. Cyclisme Canada s'efforce de maintenir les frais des athlètes aussi bas que possible.

Les frais doivent être réglés avant la date limite indiquée (généralement avant le début de chaque projet), faute de quoi la sélection de l'athlète pourrait être annulée.

Des informations spécifiques sur les frais de projet, les vols et les frais de bagages supplémentaires sont disponibles [ICI](#).



L'ÉQUIPE NATIONALE

ÉQUIPEMENTS

Les athlètes de l'équipe nationale sont responsables d'avoir leur propre vélo pour l'entraînement et la compétition. Les athlètes doivent s'assurer que leurs vélos sont en parfait état de marche et qu'ils emportent avec eux toutes les pièces de rechange dont ils auront besoin pendant le projet.

La seule exception est lorsque les athlètes font partie de projets de l'équipe nationale élite sur piste et de paracyclisme sur piste. Des vélos de piste Argon 18 sont fournis à ces athlètes pour l'entraînement et la compétition.

Cyclisme Canada fournit des roues de rechange, des appareils d'échauffement et le soutien mécanique à tous les projets de l'équipe nationale pour toutes les disciplines. Le niveau de soutien offert pour chaque projet sera communiqué aux athlètes qui y participent avant leur déplacement.

Tout l'équipement de l'équipe nationale demeure la propriété de Cyclisme Canada à moins d'indication contraire par écrit et doit être remis sur demande. Tous les athlètes qui apportent de l'équipement à domicile devront possiblement signer un contrat et sont responsables de toute perte ou dommage.

Cyclisme Canada s'attend à ce que tout l'équipement soit remis aux services à l'équipe nationale en Belgique ou à Milton à la fin de chaque saison.



L'ÉQUIPE NATIONALE

VÊTEMENTS

Cyclisme Canada a la chance d'avoir Jakroo comme partenaire pour les vêtements de l'équipe nationale. Jakroo fournit des vêtements de compétition et hors compétition pour tous les projets de l'équipe nationale.

Les athlètes recevront leurs vêtements une fois par année, à moins que des vêtements additionnels soient nécessaires en vertu des besoins particuliers d'un projet subséquent.

La quantité et le type de vêtements distribués s'appuient sur les besoins particuliers de chaque projet et la quantité de vêtements déjà distribuée à l'athlète.

Les athlètes qui participent à un projet doivent apporter tout vêtement officiel courant de l'équipe nationale qu'ils ont en leur possession.

Tout athlète qui doit remplacer ses vêtements en raison de perte ou dommage doit contacter Cyclisme Canada avant de se rendre à destination du projet. Il est possible qu'on demande à l'athlète une preuve de la perte ou du dommage, et/ou de retourner un l'article défectueux à des fins de contrôle de la qualité.



PROJETS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

AVANT-PROJET

Prérequis de projet

Chaque athlète qui voyage avec l'équipe nationale doit compléter les prérequis avant leur déplacement:

- Créer ou mettre à jour leur profil d'athlète sur CCN
- Compléter la formation du Programme canadien de sport sécuritaire (PCSS)
- Compléter toute la formation exigée par Sport Intégrité Canada
- Signer l'entente de l'athlète pour l'année en cours
- Acquitter entièrement les frais de projet
- Communiquer toute allergie ou condition médicale au coordinateur de projet

Guide technique du projet

Avant de quitter pour un projet avec Cyclisme Canada, vous recevrez un guide technique en format PDF qui vous procure :

- Présentation du projet
- Membres du personnel et coordonnées
- Athlètes et coordonnées
- Horaire
- Déplacement
- Hébergement et repas
- Sport sécuritaire
- Directives de thérapie
- Sport Intégrité Canada
- Protocole en cas d'incident critique
- Assurance
- Lignes directrices pour les médias sociaux

Si vous n'avez pas reçu de guide technique avant le départ ou si vous avez des questions au sujet de son contenu, veuillez contacter l'entraîneur responsable ou le coordonnateur de projet HP.



PROJETS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

AVANT-PROJET

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Conduite attendue

C'est un honneur de pouvoir représenter son pays dans un sport. Comportez-vous de façon respectueuse et appropriée en tout temps lorsque vous participez aux projets de Cyclisme Canada. Le Code de conduite et d'éthique de Cyclisme Canada se trouve [ICI](#).

Sport sécuritaire

Cyclisme Canada s'engage pleinement au mouvement du sport sécuritaire et est d'avis que tous les membres ont droit de s'adonner au sport dans un environnement sécuritaire, libre d'abus, de harcèlement et de discrimination. Le personnel et les athlètes recevront régulièrement des communications qui expliquent ce qui constitue une infraction au sport sécuritaire et comment les signaler.

Antidopage

Assurez-vous d'avoir satisfait à toutes les exigences en matière de formation antidopage et, le cas échéant, de disposer d'une AUT valide pour tout médicament qui en nécessite une. Veuillez consulter la section consacrée à l'antidopage dans le présent document pour plus d'informations.

Avant la tenue du projet, ou la première journée du projet, l'entraîneur-chef du projet tiendra une réunion obligatoire avec le personnel et les athlètes pour examiner les directives de haute performance, l'importance du sport sécuritaire et comment signaler une infraction via le système de signalement tiers de Cyclisme Canada.

Toute question ou inquiétude en matière de sport sécuritaire devrait immédiatement être adressée à l'entraîneur-chef ou la personne responsable du projet.

PROJETS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

PENDANT LE PROJET

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Directives importantes en matière de sport sécuritaire :

- Règle de deux : Un·e membre du personnel ne devrait jamais se trouver seul·e avec un·e athlète et toutes leurs interactions devraient être ouvertes, observables et justifiables. Ceci inclut lors de déplacements en voiture. Les seules exceptions à la règle des deux sont les séances de thérapie pour lesquelles un consentement écrit a été donné, ainsi que les situations d'urgence.
- Un membre du personnel du même sexe que les athlètes sera affecté à tous les projets.
- Les athlètes mineurs doivent être accompagnés d'un·e adulte pour les séances antidopage et les visites et séjours à l'hôpital.
- Les relations intimes entre les membres du personnel et les athlètes ne seront pas tolérées, peu importe l'âge de l'athlète.

Communication

Les environnements de haute performance peuvent être stressants. La communication claire, concise et respectueuse est essentielle. Lorsque vous communiquez avec d'autres athlètes et les membres du personnel, parlez de façon positive et respectueuse, tant dans le ton que le contenu. Le personnel doit respecter la « Règle de deux » lorsqu'il communique avec des personnes mineures. Ainsi, toute communication avec des personnes mineures, incluant par courriel, texto ou les médias sociaux, doit être transparente et diffusée à un groupe.

Hébergement

L'hébergement sera réservé en assurant qu'il n'y a pas plus de personnes qu'il y a de lits par chambre. Dans les habitations locatives, les espaces communs sont accessibles à tous. Vous partagerez probablement votre chambre : soyez prêt·e à être un compagnon ou une compagne de chambre respectueux·e. (c.-à-d. : apporter des pyjamas, des écouteurs et des bouchons d'oreille).

L'accès à l'hébergement fourni par Cyclisme Canada est réservé aux membres du personnel et aux athlètes de l'équipe nationale, à l'exception des para athlètes qui exigent l'assistance d'un compagnon ou d'une compagne. Ces compagnons doivent être approuvés par l'entraîneur responsable ou le coordonnateur de projet de HP avant le voyage. Les athlètes et les membres du personnel doivent être dans leur chambre désignée chaque soir.

PROJETS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

PENDANT LE PROJET

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Transferts

En paracyclisme, dans certaines situations particulières, certains athlètes peuvent avoir besoin de l'aide d'un membre du personnel pour effectuer un transfert. Par exemple, lors d'un accident en compétition, d'un déplacement d'un véhicule à un fauteuil roulant ou d'un fauteuil roulant à un vélo, lors d'une classification ou d'une thérapie. Lorsqu'un transfert est nécessaire, le membre du personnel doit obtenir un consentement verbal de l'athlète avant toute manipulation physique.

Blessures

Un rapport d'incident doit être complété si une personne se blesse au cours du projet (athlète ou membre du personnel) et doit se rendre à l'hôpital ou ne peut s'acquitter de ses tâches (pour les athlètes, cela signifie l'incapacité de prendre le départ ou de compléter une course, ou être obligé à visiter les services médicaux de l'épreuve). Ce formulaire sera complété par le thérapeute ou le personnel médical de l'équipe, ou l'entraîneur responsable s'il n'y a aucun professionnel de la santé affecté au projet. Dès que possible, un membre du personnel sur place entreprendra une réclamation auprès de l'assureur de Cyclisme Canada, dont les coordonnées apparaissent dans le guide technique.

Commotions cérébrales

Les commotions cérébrales sont des blessures fréquentes lors d'accidents de cyclisme. Familiarisez-vous avec le protocole sur les traumatismes crâniens de Cyclisme Canada que vous retrouverez à la section Ressources de ce document. Si l'on suspecte qu'un athlète a subi un traumatisme crânien, l'athlète sera retiré immédiatement de la compétition ou de l'entraînement et le personnel suivra les étapes énumérées dans le protocole.

Famille et amis

Les membres de famille et les amis qui choisissent d'assister à une course sont responsables de leur propre transport et hébergement et doivent respecter l'environnement de l'équipe nationale. Cela implique de ne pas accéder ni déranger les locaux de l'équipe nationale (hébergement, compétition ou entraînement) sans l'autorisation expresse du personnel en charge du projet.

PROJETS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

PENDANT LE PROJET

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Paramédical

Tous les athlètes seront informés de leurs droits avant leur traitement, en conformité avec l'organe directeur de chaque thérapeute/personnel médical, incluant, mais sans toutefois s'y limiter, l'option qu'un autre membre du personnel ou qu'un·e coéquipi·er·ère soit présent, ou de refuser le traitement.

Tous les thérapeutes et personnel médical obtiendront un consentement écrit avant d'effectuer un traitement sur une partie du corps délicate. L'athlète peut demander un traitement ou un rendez-vous privé (porte fermée, chambre privée), toutefois il ou elle doit fournir son consentement par écrit. Les athlètes juniors ne sont pas autorisés à recevoir des traitements de la part des thérapeutes.

Tous les horaires de traitement thérapeutique de l'EEQ ou d'un projet doivent être partagés avec un autre membre du personnel ou travailleur autonome de la clinique ou du projet.



Crédit : Zac Williams/SWpix.com

PROJETS DE L'ÉQUIPE NATIONALE

APRÈS LE PROJET

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Dépenses

Si vous êtes demandé à remplir un rapport de dépenses, il vous sera acheminé par le coordonnateur de projet de HP et doit être soumis dans les deux semaines suivant la fin du projet. Si vous ne respectez pas ce délai, votre remboursement pourrait être retardé ou refusé.

Sondage post-projet

Il est possible que vous receviez un sondage à la suite d'un projet. Nous vous encourageons de partager vos commentaires de façon honnête et constructive afin que Cyclisme Canada puisse identifier les opportunités d'amélioration.



Programme d'aide à l'athlète (PAA) de Sport Canada

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Le Programme d'aide aux athlètes (PAA) de Sport Canada, également connu comme « brevets », fournit une aide financière directe aux athlètes qui compétitionnent dans les **disciplines olympiques et paralympiques**.

Chaque année, les critères du PAA sont publiés avant le 30 avril.

Les critères du PAA pour le cyclisme se trouvent [**ICI**](#).

Pour être nommés au PAA, tous les athlètes, peu importe leur statut au sein de l'équipe nationale, **doivent soumettre une demande avant la date limite indiquée dans les critères**.

Si vous avez des questions au sujet du PAA, communiquez avec Cyclisme Canada.



Services de performance

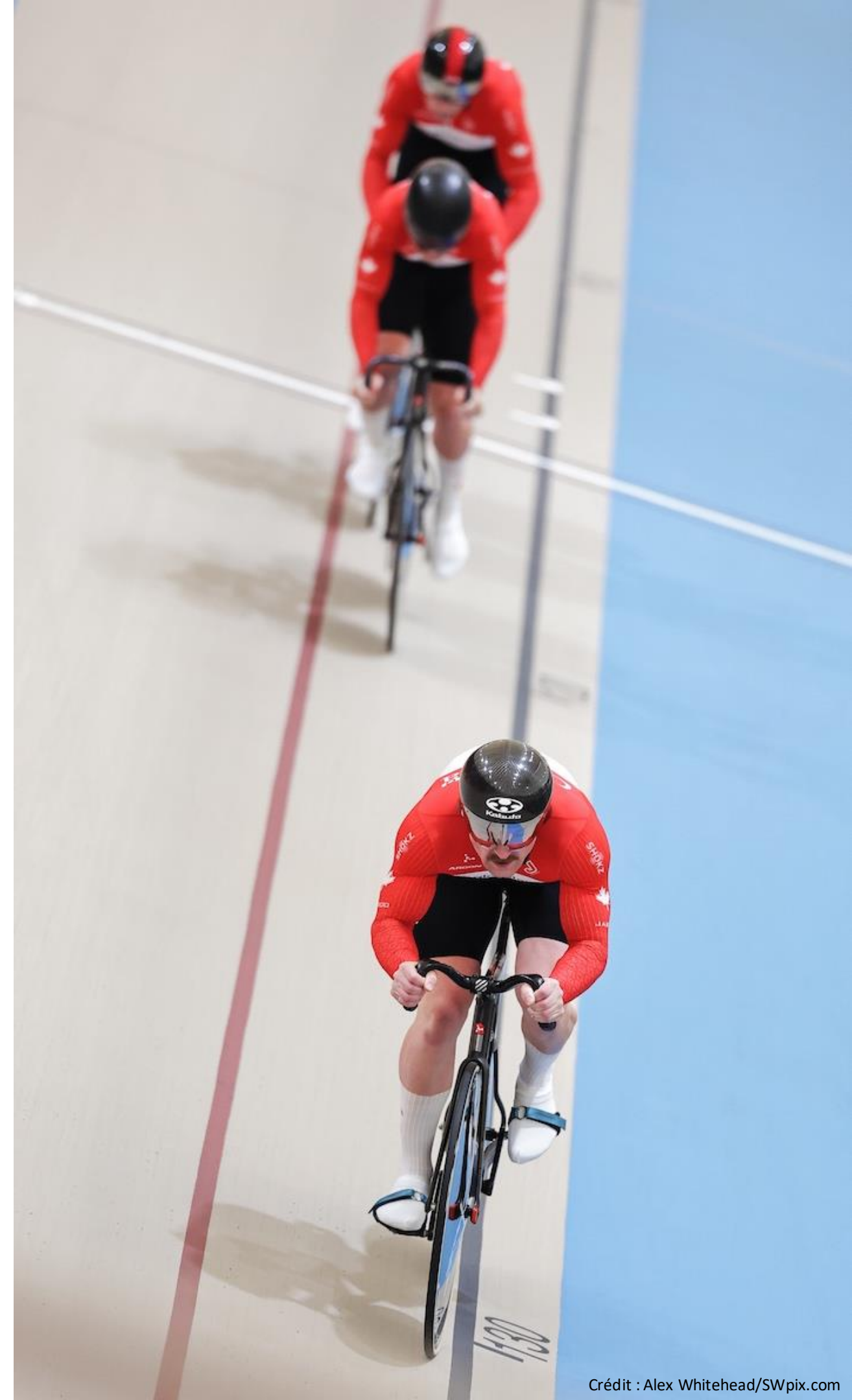
Cyclisme Canada appuie les athlètes et les entraîneurs de l'équipe nationale par l'entremise de services de performance.

Les services de performance de Cyclisme Canada incluent :

- Thérapie
- Mécanique/équipement
- Performance mentale
- Physiologie
- Préparation physique
- Biomécanique
- Analytique et analyse du sport
- Nutrition

Chaque entraîneur de l'équipe nationale collabore avec une équipe de praticiens qui fournissent leurs contributions à l'élaboration et au suivi du plan de performance individuel de l'athlète et appuient directement l'athlète, selon les besoins et son bassin de performance. Le niveau de soutien en matière des services de performance est défini dans le PPI de chaque athlète.

L'accès aux services de performance dans l'EEQ et dans le cadre de projets est déterminé par le bassin de performance de l'athlète. Si vous avez besoin d'éclaircissements relativement aux services auxquels vous pouvez accéder dans le cadre de l'EEQ ou de projets, veuillez contacter l'entraîneur responsable du projet.



Environnements d'entraînement quotidiens de Cyclisme Canada

Cyclisme Canada offre des environnements d'entraînement quotidiens (EEQ) dans ses centres d'entraînement d'Abbotsford, en Colombie-Britannique, de Milton, en Ontario et de Bromont, au Québec.

Les services et les installations de chaque centre diffèrent mais ils offrent tous :

- Des installations d'entraînement
- Des séances d'entraînement dirigées par un entraîneur de l'équipe nationale
- L'accès aux services de performance offerts par des praticiens de Cyclisme Canada
- Un lien avec un Instituts canadiens de sport (ICS)
- Un lien avec les programmes provinciaux de cyclisme et le réseau de clubs



Commanditaires personnels

CYCLING
CYCLISME
CANADA



Certains athlètes ont des commanditaires personnels qu'ils désirent promouvoir lorsqu'ils représentent l'équipe nationale.

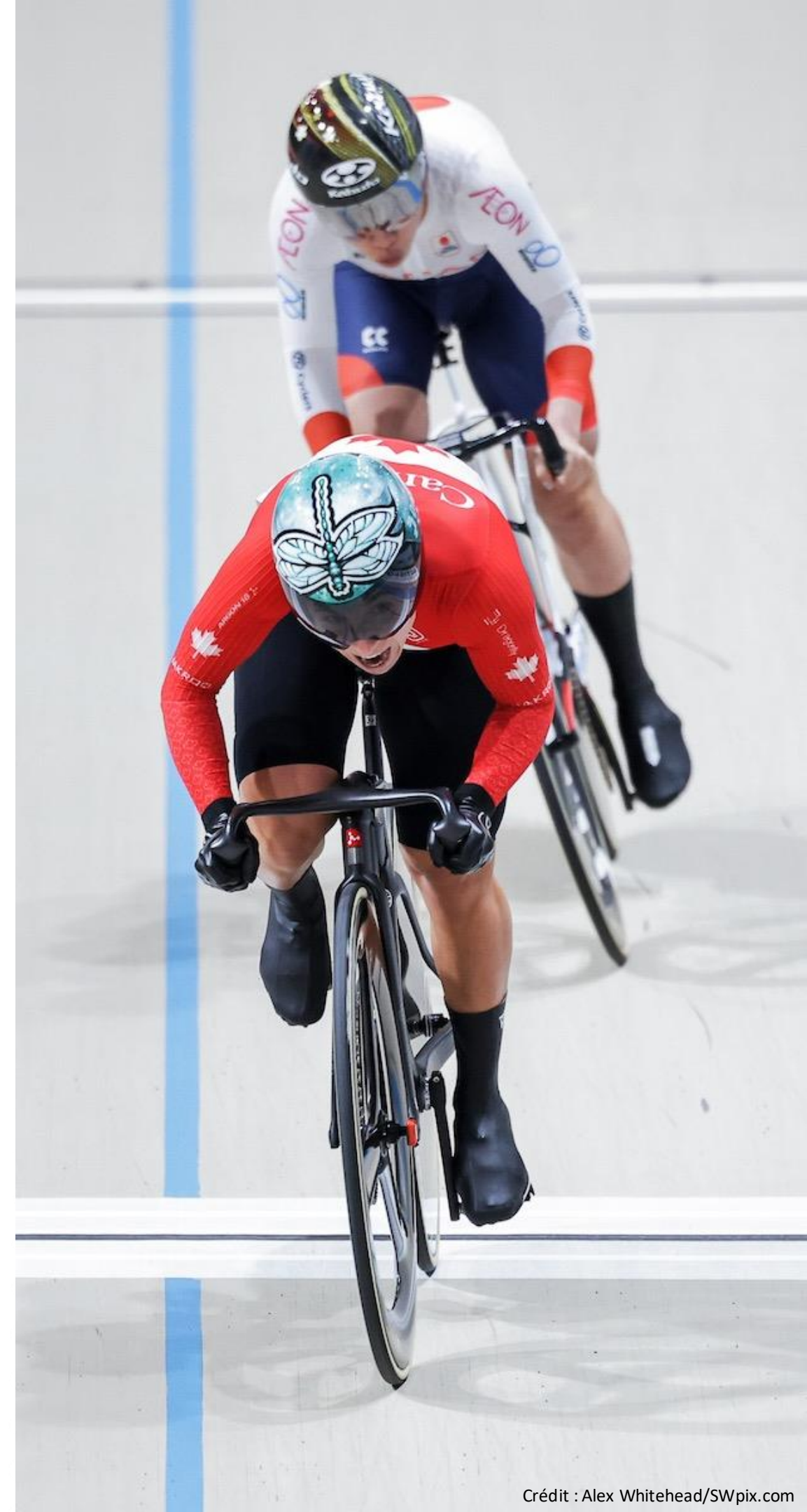
Cette promotion peut inclure l'ajout du logo du commanditaire à leur uniforme de l'équipe nationale ou la promotion du commanditaire sur les médias sociaux dans le cadre de leur participation à l'équipe nationale.

Cyclisme Canada collabore avec les athlètes et leurs commanditaires personnels afin d'accommoder ces demandes, pourvu que :

- Les commanditaires personnels n'entrent pas en conflit avec l'un des commanditaires de Cyclisme Canada
- Tout affichage du logo est conforme aux règlements de l'UCI
- Tous les coûts sont assumés par le commanditaire personnel
- L'athlète a obtenu la permission écrite de Cyclisme Canada

Tout athlète qui désire explorer davantage cette possibilité devrait contacter Cyclisme Canada avant la tenue du projet auquel il participe.

Toute demande qui concerne l'uniforme de l'équipe nationale doit être présentée au moins deux mois avant l'événement pour lequel l'athlète désire représenter ses commanditaires personnels pour permettre un processus d'approbation et des délais de production adéquats.



Sport sécuritaire

Chaque personne a le droit de s'adonner au sport dans un environnement sécuritaire et inclusif et que des protocoles, de la formation et des pratiques de vérification des antécédents appropriés doivent être en place pour assurer le maintien de cet environnement.

Sport Intégrité Canada administre de manière indépendante le Code de conduite universel pour prévenir et contrer la maltraitance dans le sport (CCUMS) en appliquant les nouvelles règles du Programme canadien de sport sécuritaire (PCSS) pour les organismes de sport de niveau national financés par le gouvernement fédéral.

Nous rappelons aux athlètes et aux membres du personnel, advenant qu'ils ne se sentent pas en sécurité ou ont des préoccupations au sujet de ce qu'ils ont vu ou vécu lors d'un projet de Cyclisme Canada, qu'ils devraient le signaler au gestionnaire de projet ou à l'entraîneur responsable.

Si vous ne vous sentez pas à l'aise de le faire, nous vous encourageons d'explorer les canaux appropriés pour déposer une plainte, qui dépendent de la nature de la plainte mais peuvent inclure :

- La soumission d'une plainte à la personne ressource indépendante de Cyclisme Canada à l'aide du [formulaire de soumission de plainte](#) ; ou
- Signaler la maltraitance ou l'abus au Programme Sport Sécuritaire en utilisant le [formulaire de signalement](#) en ligne ou en appelant 1-866-971-2777.

Pour de plus amples renseignements sur le programme Sport Sans Abus, incluant comment déposer une plainte, visitez le [site web Sport Sans Abus](#).



SANTÉ MENTALE ET BIEN-Être

Une carrière dans le sport de haute performance peut être stressante, et les athlètes ont besoin de moyens pratiques pour mener une vie saine et équilibrée à chaque étape de leur parcours.

Voici un résumé des ressources sur la santé mentale de Cyclisme Canada; pour plus d'informations, veuillez consulter le site web de Cycling Canada.

NOTE : Si vous ou quelqu'un que vous connaissez êtes en danger immédiat, veuillez appeler le 9-1-1.

SERVICES D'URGENCE

Services disponibles si vous ou quelqu'un que vous connaissez êtes en crise.

- **Contact de crise 24/7** – de partout dans le monde via Homewood Health
 - Ligne de crise 24/7 : 1-888-383-3798 (uniquement depuis l'Amérique du Nord)
 - Numéro à frais virés 24/7 : 226-251-0821 (à l'échelle mondiale)
 - Les athlètes peuvent aussi appeler ou texter le 9-8-8 partout au Canada.

Soutien individualisé en santé mentale – contacts principaux

Pour tout problème de santé mentale, il est fortement recommandé de contacter les contacts ci-dessous. Votre entraîneur national peut aussi vous aider à vous mettre en contact avec ces personnes.

En français

- Le **Dr Philippe Gariépy**, notre médecin de l'équipe nationale à philippe_gariepy@yahoo.ca, peut vous mettre directement en contact avec un médecin autorisé par Cyclisme Canada selon votre emplacement.

En anglais

- **Maggie Stein Jamieson**, notre **responsable nationale de la santé mentale** à msjamieson@csiontario.ca.
 - Un soutien confidentiel et des conseils pour vous aider à comprendre à quoi vous faites face et quel type de traitement vous avez besoin, et pour faire un suivi et plaider en votre faveur tout au long du processus.
- Le **Dr Andre Lui**, notre médecin chef d'équipe nationale chez drandrelui@gmail.com, peut vous mettre en contact direct avec un médecin autorisé par Cyclisme Canada selon votre emplacement.



SANTÉ MENTALE ET BIEN-Être

Athlètes brevetés et leurs entraîneurs

Jusqu'à 2 500 \$ en soutien individuel en santé mentale est disponible via Game Plan pour les athlètes titulaires d'un brevet PAA et leurs entraîneurs identifiés.

- Envoyez un courriel à mentalhealth@mygameplan.ca pour accéder directement.
- Une organisation tierce surveille cette boîte de réception. Le Plan de Jeu ne reçoit pas vos informations personnelles de santé ni ne connaît votre identité.
- Plus d'informations sont disponibles sur le site du Plan de Jeu [ICI](#).

Note : Ce financement est disponible pour tout athlète titulaire d'un brevet ou son entraîneur identifié pour 2 années fiscales complets (du 1 avril au 31 mars) après leur retrait de ce statut.

Une fois ce financement épuisé, les athlètes titulaires d'un brevet peuvent accéder au soutien Homewood Health décrit ci-dessous.

Athlètes de l'équipe nationale non brevetés

Les athlètes des bassins de performance de l'équipe nationale de Cyclisme Canada ont accès à un soutien individuel et collectif entièrement financé en santé mentale via Homewood Health.

- Commencez par télécharger l'application Homewood Health et/ou connectez-vous [ICI](#).
- Inscrivez-vous en recherchant « Athlètes de l'équipe Canada »

Autres ressources

Des liens vers des ressources supplémentaires sont disponibles à la fin de ce document.



ANTIDOPAGE

EXIGENCES

Depuis plusieurs décennies, le cyclisme est à l'avant-garde de la lutte contre le dopage. Les efforts antidopage continuent de garantir l'intégrité et la crédibilité de notre sport.

Le principe directeur de la réglementation antidopage est celui de la responsabilité objective : les athlètes assument l'entière responsabilité de toute substance détectée dans leur organisme, quels que soient les conseils extérieurs qui leur ont été prodigués, que la substance ait été prise involontairement ou qu'elle ait été prescrite par un médecin pour traiter un problème de santé.

C'est pourquoi tous les athlètes et membres du personnel doivent se familiariser avec les règles de Sport Intégrité Canada, de l'UCI et de l'Agence mondiale antidopage (AMA), y compris la liste actuelle des interdictions disponible [ICI](#).

Cycling Canada exige que tous les athlètes et membres du personnel de l'équipe nationale suivent la [formation en ligne](#) sur la lutte contre le dopage de Sport Intégrité Canada, faute de quoi ils ne seront pas autorisés à représenter le Canada au sein de l'équipe nationale. Cette certification doit être renouvelée chaque année.

Groupe ciblé enregistré

De nombreux cyclistes de haut niveau au Canada font partie soit du groupe ciblé enregistré (GCE) de l'UCI, soit de celui de Sport Intégrité Canada. Ces athlètes sont soumis à des contrôles hors compétition et doivent communiquer quotidiennement leurs déplacements. La liste du GCE de Sport Intégrité Canada est disponible [ICI](#). La liste du GCE de l'UCI est disponible [ICI](#). Si vous faites partie d'un GCE, l'instance dirigeante concernée vous aura contacté.

Groupe national d'athlètes

Le Groupe national d'athlètes (GNA) de Sport Intégrité Canada regroupe les athlètes évoluant au plus haut niveau national et international qui ne font pas encore partie d'un GCE. Ces athlètes sont soumis à des contrôles hors compétition, mais ne sont pas tenus de communiquer leurs coordonnées. Le GNA pour le cyclisme (disponible [ICI](#)) est mis à jour régulièrement en consultation avec CC et comprend, sans s'y limiter, les athlètes brevetés, les athlètes membres d'équipes professionnelles de l'UCI et les athlètes sélectionnés aux bassins de performance de CC.



ANTIDOPAGE

autorisations d'usage À des fins thérapeutiques (AUT)

Autorisations d'usage à des fins thérapeutiques

Les athlètes qui ont besoin de médicaments ou des méthodes interdits à des fins thérapeutiques doivent obtenir une autorisation pour leur utilisation.

Tous les athlètes faisant partie d'un GCE ou du GNA doivent obtenir une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) avant de participer à une compétition.

Les athlètes qui ne font pas encore partie d'un GCE ou du GNA peuvent être éligibles à demander une AUT rétroactive s'ils sont soumis à un contrôle.

Vous trouverez plus d'informations dans la section consacrée aux AUT sur le site Web de Sport Integrity Canada.

Plus d'informations

Si vous avez des doutes concernant votre statut au sein d'un GCE ou du GNA, ou si vous avez des questions concernant un médicament ou un supplément alimentaire que vous consommez, veuillez contacter Sport Intégrité Canada afin d'éviter toute mauvaise surprise ultérieure :

- 1-800-672-7775 (partout au Canada)
- sportintegrity.ca



Médias sociaux, renseignements de marketing et partenaires

Rappelez-vous aussi qu'en tant qu'athlète, vous êtes aussi un modèle de rôle. Utilisez les médias sociaux de façon responsable.

Nous vous encourageons d'en apprendre davantage au sujet des partenaires officiels, fournisseurs officiels, partenaires sportifs, partenaires financiers et organismes provinciaux de sport qui contribuent tous à concrétiser la programmation de notre équipe nationale.

Nous encourageons l'engagement numérique des athlètes, entraîneurs et membres du personnel auprès de Cyclisme Canada et leur contribution à la promotion de nos médias sociaux et campagnes de marketing. Veuillez prendre quelques instants pour assurer que vous suivez les comptes de Cyclisme Canada et lorsque possible, incluez des mentions des promotions de Cyclisme Canada.

Les pseudonymes de Cyclisme Canada sont :

- Facebook: @CyclingCanada
- Instagram: @CyclingCanadaOfficial

Sachez aussi que notre équipe nationale dépend aussi du généreux soutien de donateurs et bénévoles qui permettent le développement de la prochaine génération d'athlètes de calibre mondial. Veuillez visiter [Club 1882](#) pour en savoir plus.



Ressources

Politiques de Cyclisme Canada

- [Code de conduite et d'éthique de Cyclisme Canada](#)
- [Politique sur le sport sécuritaire de Cyclisme Canada](#)
- [Politique de vérification des antécédents de Cyclisme Canada](#)
- [Politique relative aux plaintes et à la discipline de Cyclisme Canada](#)
- [Politique en matière d'équité, d'accessibilité et d'élimination de la discrimination](#)
- [Protocole sur le traumatisme crânien de Cyclisme Canada](#)
- [Règle de deux de l'Association canadienne des entraîneurs](#)

Préoccupations et plaintes

Pour toute préoccupation ou plainte liée à l'équipe nationale ou aux activités ou événements de Cyclisme Canada, nous vous encourageons de compléter le formulaire de soumission de plainte ci-dessous au meilleur de vos capacités et de le soumettre à notre personne-ressource indépendante à:

- safesport_wwdrs@primus.ca
- [Formulaire de soumission de plainte en matière de sport sécuritaire](#)

Santé mental et bien-être

- [Game Plan](#)
- [Ressources de santé mentale de l'ICSO](#)
- [Association canadienne pour la santé mentale](#)
- [Centre canadien pour la santé mentale et du sport](#)
- [Athlete365 du Comité Olympique international](#)
- [Association canadienne des entraîneurs](#)
- [Comité Olympique Canadien – Une mentalité de champions : La santé mentale dans l'encadrement de haute performance](#)



COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

general@cyclingcanada.ca

**CYCLING
CYCLISME
CANADA**

