

OJEU!

Le magazine officiel de la Fédération de soccer du Québec

Mai 2015 / Volume 3 / Numéro 2

Présenté par **sports
experts®**

COINS DES ENTRAÎNEURS

Vestiaires

Premier magazine consacré aux éducateurs de football

ÉVÉNEMENTS
MAJEURS 2015



À CONSULTER EN PAGE 38

**LE PLUS HISTORIQUE
DES EXPLOITS
IMPACT DE MONTRÉAL**

ISSN 2291-5699



9 772291 569009

Parce qu'ils comptent pour nous,
DuProprio s'implique!



7 000 jeunes en profitent

Déterminée à promouvoir l'activité physique auprès des jeunes, DuProprio aide encore cette année 7000 joueurs à pratiquer leur activité favorite.

Par son implication, DuProprio souhaite créer des moments inoubliables. **Le concours « Entraînez-vous avec les pros grâce à DuProprio »** donne l'occasion à une équipe de vivre une expérience à la fois enrichissante et unique avec des professionnels!

Pour les détails, visitez le duproprio.com/implication-sociale

Fière partenaire des clubs d'ici





duProprio

Sans agent,
sans commission.

BONNE SAISON!

Partenaire officiel



 **DIADORA**
STADIO

HOMME ou JUNIOR
Empeigne: cuir synthétique
Crampon polyuréthane



**sports
experts®**

MEILLEURE FORME.
MEILLEURE VIE.

ÉQUIPE DE PRODUCTION

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISSN 2291-5699

La reproduction du webzine OJEU!, en tout ou en partie, est interdite sans l'autorisation écrite du rédacteur en chef.

OJEU! est publié par Bélanger Communication Marketing pour le compte de la Fédération de soccer du Québec. Toute correspondance doit être adressée à patrick@belangercm.com ou communications@federation-soccer.qc.ca.

Éditeur

Patrick Bélanger

Rédacteur en chef

Michel Dugas

Collaborateurs

Camille Bega

Émilie Bouchard Labonté

Éric Gaudette-Brodeur

Mathieu Laberge

Marc Tougas

Vestiaires

Graphiste

Olivier Leduc

Photo de la page couverture

Claude-André Fortin

Révision linguistique

Patricia Caron

Publicité

patrick@belangercm.com

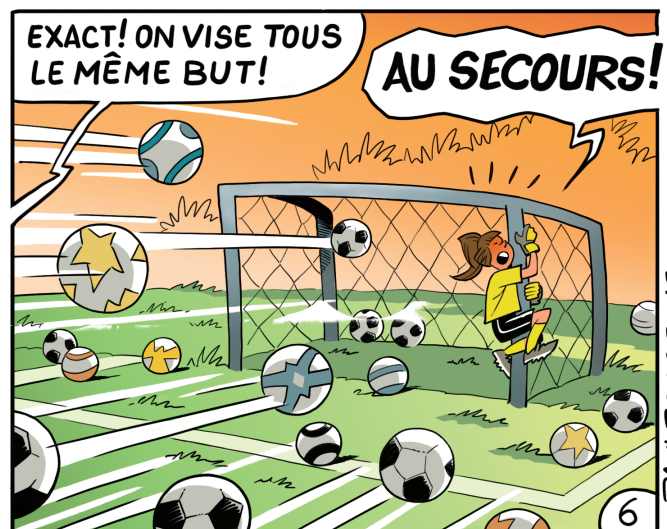
lr.galvez@federation-soccer.qc.ca



SOMMAIRE

Mot du rédacteur en chef.....	7
Le duel Marta – So Yun Ji, un affrontement attendu	9
Impact de Montréal - Le plus historique des exploits	13
Savoir s'adapter, se renouveler, version nord-côtière	17
Vestiaires	20
L'équipe surprise : l'Ascalon AAA arrive!.....	27
Les Enfants jouent pour les Enfants célèbre son 10 ^e anniversaire	31
Lakeshore et le Fury, les deux facettes de la PLSQ.....	35
Mathieu Bourdeau en constante ascension.....	41

UNE QUESTION DE «SOC-CŒUR»!



MOT DU RÉDACTEUR EN CHEF



Après la belle épopée de l'Impact de Montréal en Ligue des champions de la CONCACAF, c'est maintenant dans les nombreux parcs du Québec que se transporte la saison de soccer 2015. Encore une fois, près de 200 000 joueurs et joueuses pratiqueront leur sport favori un peu partout en province.

Ce numéro qui coïncide avec la « Semaine du soccer au Québec », soit le lancement officiel de la saison estivale dans toutes les régions du Québec, contient, en plus de ses chroniques régulières, un encart de quelques pages sur les grands événements de la saison à l'échelle provinciale.

La Fédération de soccer du Québec a décidé de profiter du passage de la Coupe du monde féminine de la FIFA sur notre territoire pour consacrer cette prochaine année au soccer féminin, déclarant celle-ci « 2015... l'année du soccer féminin au Québec ». Ainsi, tout au long de la prochaine année, une multitude d'activités seront organisées pour la clientèle féminine, et ce, tant par la Fédération que par les différents clubs et associations régionales de soccer de la province. OJEU! se fera un devoir de vous faire vivre quelques-unes d'entre elles!

Au cours des prochaines semaines, plus particulièrement du 6 juin au 5 juillet, notre pays aura la chance et l'honneur de recevoir la Coupe du monde féminine de la FIFA, Canada 2015. Il s'agira d'une occasion unique de voir à l'œuvre les meilleures jeunes joueuses de soccer au monde. D'ailleurs, nous consacrons quelques pages de ce numéro à un des plus beaux duels du tournoi qui se tiendra dès la première journée de compétition à Montréal, soit la confrontation entre la Brésilienne, la « reine Marta », décorée de cinq Ballons d'or de la FIFA et la jeune sensation de la Corée du Sud So Yun Ji, qui deviendra possiblement sa dauphine. Duel qui se tiendra le 9 juin prochain au Stade olympique.

Je souhaite à tous une excellente saison et une bonne lecture.

<- © Photo : Merci à Paul Roux et le magazine Sport Débrouillards

Michel Dugas
m.dugas@federation-soccer.qc.ca

**ABONNEMENT
OJEU!**

Soyez informé dès qu'une nouvelle édition est mise en ligne!

Vous désirez recevoir directement un avis lorsque le prochain WEBZINE OJEU sera publié ?

Cliquez ici pour vous abonner, c'est gratuit!

Le webzine est publié quatre fois par année.







LE 9 JUIN 2015 AU STADE OLYMPIQUE DE MONTRÉAL

LE DUEL MARTA – SO YUN JI, UN AFFRONTLEMENT ATTENDU

Par Camille Bega, adjointe aux communications,
Fédération de soccer du Québec

Les spectateurs présents au Stade olympique de Montréal le mardi 9 juin auront la chance d'assister à l'une des confrontations les plus attendues du soccer international féminin, celle opposant la Brésilienne Marta, la plus grande joueuse de l'histoire s'étant vu décerner cinq ballons d'or de la FIFA, à la jeune sensation de la Corée du Sud So Yun Ji, qui deviendra probablement sa dauphine.

SO YUN JI, LA NOUVELLE STAR DU FOOTBALL FÉMININ MONDIAL

La joueuse coréenne des Chelsea Ladies s'est notamment fait connaître en remportant le prix de la joueuse de l'année dès sa première saison en 2014. Il s'agit de la première Asiatique à remporter cette récompense.

Ancienne pensionnaire du centre de formation de Dongsan Info & Industry HS, les fans de football féminin ont pour la première fois pu observer son immense talent lors de la Coupe d'Asie féminine de la Confédération asiatique de football (AFC) 2006.

Elle est devenue à 15 ans et 282 jours la plus jeune buteuse de l'histoire de la République de Corée féminine, en signant un doublé contre Chinese Taipei.

Après avoir remporté le titre de la meilleure joueuse de l'Universiade d'été 2009, Ji s'est ensuite vu attribuer le Soulier d'or du Championnat d'Asie féminin U-19 de l'AFC, avec quatre réalisations.

La Coupe du monde féminine U-20 de la FIFA 2010 a permis à So Yun Ji de montrer au monde entier l'étendue de son talent. Avec un triplé contre la Suisse en ouverture (4-0), l'espoir du football féminin a en tout scoré à huit reprises, pour finir avec son équipe à la troisième place.



La reine Marta en action! © Photo : ASC

Elle s'est par la suite vu attribuer le titre de joueuse de l'année de la Korean Friendship Association (KFA) quatre ans de suite, et l'AFC lui a décerné le titre de joueuse asiatique de l'année en 2013.

Après avoir montré sa valeur en équipe nationale et à Chelsea, la Coupe du monde féminine de la FIFA 2015 est maintenant la prochaine étape pour Ji. Les TAEGUK LADIES, qui participeront pour la seconde fois à une compétition de ce calibre, sont à la recherche d'un premier succès.

L'attaquante de Chelsea devrait donc profiter de cet événement extraordinaire pour démontrer son talent et prouver que la République de Corée peut avoir de grandes ambitions. Ji est le principal atout de l'équipe après avoir marqué déjà 30 fois en équipe nationale.

MARTA, « PELÉ AVEC DES JUPES »

Marta est considérée comme l'une des meilleures joueuses de foot au monde. Elle tient son surnom « Pelé avec des jupes » de Pelé lui-même.

La Brésilienne a gagné plusieurs prix, dont cinq fois le titre de joueuse FIFA de l'année entre 2006 et 2010, et joué pour de nombreuses équipes comme Vasco de Gama, Umeå IK, Los Angeles Sol, Santos, le FC Gold Pride, Western New York Flash, Tyresö FF et FC Rosengård.

Marta Vieira Da Silva a grandi à Dois Riachos, une ville pauvre du Nord-Est du Brésil, où elle devait se battre pour pouvoir jouer sur un terrain en raison des attitudes sexistes de nombreux garçons. Helena Pacheco, grande entraîneuse brésilienne, a vu le potentiel de Marta et a décidé de l'amener au club de Vasco de Gama.



So Yun Ji face à l'équipe canadienne. © Photo : ASC

À l'âge de 17 ans, Marta a déménagé en Suède pour jouer avec le club d'Umeå IK. Elle est devenue la première Brésilienne à jouer professionnellement en Europe. Elle a gagné à quatre reprises le championnat suédois, tout en jouant dès sa première saison au club à la Coupe du monde féminine de la FIFA où elle a signé un triplé lors de la victoire 8-0 contre Frankfurt en finale.

Pendant son séjour aux États-Unis, la joueuse brésilienne est également retournée dans son pays d'origine en allant jouer pour le club de Santos, où elle a gagné la Copa Libertadores et la Coupe brésilienne.

Malgré de nombreuses récompenses, il manque toujours à Marta un titre : celui de la Coupe du monde.

En 2007, Marta a fini meilleure buteuse avec sept buts et elle a été nommée meilleure joueuse. Elle a cependant manqué

un pénalty important lors de la défaite 2-0 contre l'Allemagne en finale.

Après une médaille d'argent aux Jeux olympiques de Pékin en 2008, Marta a marqué quatre fois lors de la Coupe du monde 2011 avant que son équipe ne soit éliminée en quart de finale par les États-Unis.

L'édition 2015 de la Coupe du monde féminine pourrait voir Marta battre le record de buts marqués en Coupe du monde. Elle en a marqué pour le moment 14, soit autant que Birgit Prinz, la détentrice du record.

Il ne fait donc nul doute qu'avec de telles joueuses sur le terrain, le match entre le Brésil et la Corée du Sud le 9 juin à Montréal sera d'une intensité exceptionnelle!

L'IMPACT EN CONCACAF



ACCÉDEZ À LA
GALERIE

IMPACT DE MONTRÉAL LE PLUS HISTORIQUE DES EXPLOITS

Par Marc Tougas

Même si le rêve fou de jouer en Coupe du monde des clubs ne s'est pas concrétisé, le parcours de l'Impact jusqu'en finale de la Ligue des champions de la CONCACAF demeure le plus grand fait d'armes réalisé jusqu'ici dans l'histoire du soccer québécois.



Selon Dino Madonis, Nick Filippone et Luigi Pizzolitto, qui ont tous commencé à s'impliquer dans le foot d'ici il y a plus d'un demi-siècle en tant que joueurs, entraîneurs et dirigeants, le onze montréalais a réalisé l'exploit no 1 au palmarès des événements marquants du soccer au Québec en éliminant tour à tour Pachuca et Alajuelense, puis en donnant la frousse aux joueurs d'Amérique.

Nos sélections canadiennes ont réalisé de grands exploits – participation à la Coupe du monde de 1986, victoire à la Gold Cup de 2000 et médaille de bronze aux Jeux olympiques de 2012 –, mais au niveau québécois, l'épopée internationale de l'Impact reste clairement le fait saillant.

Nick Filippone « C'est exceptionnel, c'est historique et il faut être très fier de ce résultat-là, souligne Madonis, ancien président de la Fédération de soccer du Québec, qui a immigré au Québec en 1960. C'est un moment historique, pas seulement pour le Québec, mais au Canada et à l'échelle nord-américaine aussi. »

« C'EST EXCEPTIONNEL, C'EST HISTORIQUE ET IL FAUT ÊTRE TRÈS FIER DE CE RÉSULTAT-LÀ », SOULIGNE DINO MADONIS.

« Il n'est jamais arrivé quelque chose comme ça, fait remarquer Luigi Pizzolitto, un ancien joueur de haut niveau dans les années 1960 qui est le père de l'ancien capitaine de l'Impact Nevio Pizzolitto. Dans les années 1960, il y avait des équipes comme Cantalia et Montreal Italia, dont le calibre ressemblait à celui de l'Impact, en raison des immigrants qui s'installaient ici. Certains d'entre eux avaient joué en première division dans leur pays.

« Sauf que pour eux, il n'y avait pas de tournoi [comme la Ligue des champions]. »

L'Impact a aussi réalisé un exploit en jouant devant une salle comble de 61 004 spectateurs au Stade olympique en finale. Mais le soccer québécois ne peut pas pour autant se dire « mission accomplie », prévient Filippone, un ancien président de la FSQ dont le parcours dans le soccer d'ici a commencé en 1955.



Luigi Pizzolitto



Dino Madonis

« Il faut que ça continue, dit-il du travail à accomplir. On regarde toujours les matchs où il y a beaucoup de spectateurs et on pense que ça va donner un coup de pouce pour le soccer en général, et c'est vrai dans l'immédiat. Mais il ne faut pas oublier que c'est un événement spécial. Il faut aussi travailler pour avoir de la qualité sur une base régulière. »

Les événements du passé donnent d'ailleurs raison à Filippone. La finale du tournoi de football des Jeux olympiques de 1976 à Montréal a été disputée devant une foule de 71 617 personnes, tandis que le Manic de Montréal, au début des années 1980, a attiré au-delà de 50 000 spectateurs à plusieurs reprises. Mais ces succès n'ont pas empêché le soccer de connaître le creux des vagues par la suite, et ce, même si cette finale des Jeux olympiques, selon Filippone, et l'arrivée du Manic, selon Madonis, méritent une place dans leur top-3 des événements les plus marquants.

D'après Madonis, le redressement financier de la FSQ et la mise sur pied de programmes techniques avant-gardistes, ce qui a mené à l'explosion du membership dans les années 1990, méritent aussi une place parmi son top-3 du palmarès. Et selon Pizzolitto, les sacrifices consentis par la première génération de joueurs de l'Impact – son fils Nevio, Nick De Santis, Mauro Biello, John Limniatis et Cie – ont également été marquants.

L'histoire se souviendra de ces pionniers, tout comme des gens qui ont bâti le soccer québécois avant cela. Mais c'est bien de voir que de nouveaux noms, comme ceux d'Ignacio Piatti, Laurent Ciman, Cameron Porter et Evan Bush, viennent s'ajouter à la liste.



DEVENEZ PARTENAIRE DU WEBZINE OJEU!

Votre entreprise désire s'afficher dans le webzine sous forme de publicité ?

Contactez-nous et il nous fera plaisir de vous informer sur les différentes possibilités qui s'offrent à vous.

NOUS JOINDRE

Patrick Bélanger

Bélanger Communication Marketing
Tél. : 418 554-7106
patrick@belangercm.com

Luis R. Galvez

Fédération de soccer du Québec
Tél. : 450 975-3355, poste 3620
lr.galvez@federation-soccer.qc.ca



Association
Régionale de
SOCCER
Côte-Nord



SAVOIR S'ADAPTER, SE RENOUVELER, VERSION NORD-CÔTIÈRE

Par Éric Gaudette-Brodeur

Il y a 40 ans cette année, le soccer se structurait dans une région alors en plein essor avec la création de l'Association régionale de soccer Côte-Nord (ARSCN). Si les défis étaient importants à l'époque, ils le sont encore aujourd'hui, mais le dynamisme des Nord-Côtiers leur permet de trouver bien des solutions.

Dans les années 1950 à 1970, le développement économique de la Côte-Nord a été fulgurant grâce aux aménagements hydroélectriques et aux installations minières. « Il y a eu une grosse augmentation de la population en raison notamment de la compagnie minière IOC qui est venue s'installer à Sept-Îles. Notre population est passée d'environ 37 000 à 87 000 habitants rapidement », précise Patricia Saindon, actuelle présidente de l'ARSCN.

« Il y a eu beaucoup de bateaux avec des marins italiens, portugais, chiliens... Il y a aussi eu beaucoup d'Italiens et de Portugais qui sont venus travailler pour l'IOC. Les marins jouaient donc contre des locaux. C'est en partie comme ça que le soccer est arrivé chez nous. »

Présidente depuis 2003, Patricia Saindon a vu l'ARSCN prendre de l'expansion avec l'arrivée en ses rangs des ligues seniors Manicouagan et de Sept-Îles (2009), des associations de Havre-Saint-Pierre (2010) et de Les Escoumins (2014) ainsi que de l'académie de Forestville (2014). Ces organisations ont du coup uni leurs forces au club Nordsoc (1978), à l'association de Baie-Comeau (1985) et à celle de Port-Cartier (1997).

« Nous sommes à l'écoute des plus petits clubs, mais notre culture de soccer est à développer, même si nous avons plus de membres que le hockey », souligne Mme Saindon, extrêmement fière de la vision de son organisme quant à l'encadrement de tous ses joueurs.

« Même si nous sommes éloignés des grands centres, nous tenons à ce que chaque joueur puisse avoir un entraînement de qualité. C'est important pour nous, un défi que nous nous donnons. La formation de nos entraîneurs et arbitres est primordiale. »

En ce sens, l'ARSCN a soutenu plusieurs de ses membres en vue de l'obtention d'un diplôme provincial d'entraîneur. Une personne-ressource a également aidé les plus petits clubs à se structurer, travail qui sera accompli cette saison par le directeur technique du club de Sept-Îles.



L'équipe U16 AA lors de la Coupe des 4. © Photo : Martine Simard

LES INFRASTRUCTURES NORD-CÔTIÈRES S'AMÉLIORENT ÉGALEMENT, AU GRAND BONHEUR DES 1 485 JOUEURS DE L'ARSCN.

Depuis deux ans, l'Association peut par ailleurs bénéficier du travail d'un directeur général à temps partiel, une stabilité plus que bienvenue dans un contexte où le renouvellement des forces est constant avec les travailleurs qui viennent et repartent, en plus des jeunes bénévoles qui quittent pour leurs études.

LE DÉFI DES GRANDES DISTANCES

Les 247 000 kilomètres carrés de la région compliquent assurément la tâche des dirigeants et entraîneurs. « Nos deux grands clubs sont quand même à deux heures et demie de route l'un de l'autre. Quand nous faisons des sélections régionales, c'est donc un grand défi. »

La formule des centres de développement régionaux en place dans plusieurs autres associations régionales de soccer de la

province s'applique du coup difficilement. « Nous ne sommes pas capables de faire la même chose, mais nous avons adapté la structure. »

Les villes de Sept-Îles et de Baie-Comeau sont ainsi devenues deux pôles, où des entraînements régionaux sont organisés environ trois fois avant les Fêtes et trois fois après les Fêtes.

Les infrastructures nord-côtières s'améliorent également, au grand bonheur des 1 485 joueurs de l'ARSCN. « Havre-Saint-Pierre, une petite municipalité, a son terrain synthétique, tout comme Port-Cartier. Il y en a un à Sept-Îles grâce aux Jeux du Québec de 2007 », relève notamment Mme Saindon.

L'ajout de centres intérieurs est resté dans les cartons, et les terrains naturels sont praticables fin mai seulement. « Nous sommes le sport le plus populaire sur la Côte-Nord, mais encore souvent joué l'été seulement. Dans les autres régions,



Équipe présente à la Sélection régionale féminine 2014. © Photo : Martine Simard

c'est 12 mois par année. Ce n'est toutefois pas un défi qui nous fait peur. »

Des centres intérieurs pour le 11 contre 11 lanceront le sport-études. « Notre ARS est fin prête, c'est notre prochain objectif. Il y aura un programme au primaire à Sept-Îles l'année prochaine. »

Le Mini-mondial de Sept-Îles est par ailleurs un moment fort du calendrier régional. « Le tournoi existe depuis 1985 et s'adresse à tous les joueurs, compétitifs ou récréatifs, des catégories U5 à U18. Il est très couru sur la Côte-Nord. Les clubs représentent des pays et les gens se déguisent. »

Tournoi scolaire intérieur à Baie-Comeau, compétition régionale « Mes premiers Jeux » destinée aux 8 à 10 ans à Port-Cartier, Patricia Saindon enchaîne les initiatives du milieu, nomme des bâtisseurs, se rappelle de joueurs d'exception qui font la fierté de sa région.

« Nous avons de belles organisations, de beaux événements », conclut-elle. À l'écouter, il vient le goût d'avaloir les kilomètres pour rejoindre Baie-Comeau, visiter Port-Cartier, découvrir Sept-Îles...



En action pendant la Sélection régionale 2013. © Photo : Martine Simard



Premiers soins :

Réagir vite et bien. Il apparaît utile, en ce début de saison, de rappeler ce qu'il faut faire ou ne pas faire en cas de blessures et autres traumatismes pouvant survenir en match.

Avant d'entrer dans les détails des premiers soins à prodiguer et d'énumérer les maladresses à ne pas commettre, j'aimerais vous faire passer un message qui me semble important. En effet, quelle que soit la teneur de vos qualifications, de votre niveau, ou de vos diplômes, ayez la volonté de vous former aux premiers secours, ce qui peut vous permettre de mieux réagir devant un blessé, en tant qu'éducateur sportif, mais aussi comme tout citoyen. Et, ayant la responsabilité de jeunes joueurs et d'adultes, il est préférable d'avoir un minimum de connaissances et de formation pour prendre les bonnes décisions.

Cela paraît légitime. Il ne faut jamais oublier qu'en l'absence de médecins ou de kinés sur le bord de la touche, ce qui est souvent le cas dans les clubs amateurs, vous serez la première personne à devoir réagir dans ce type de situation. Il convient par conséquent d'adopter les bons réflexes. Avant

de vouloir bien faire, évitez surtout, dans un premier temps, d'agir malencontreusement face aux différents cas de figure rencontrés en match. Voici les plus fréquents :

Fracture : ne pas relever, déplacer ou remuer votre joueur

En cas de suspicion de fracture, il ne faut pas chercher à traiter le problème en



essayant de "réduire" soi-même cette fracture, mais en mettant votre joueur dans les meilleures conditions. Évitez de le relever et de le déplacer, au risque d'induire vous-même des complications neurologiques ou vasculaires, en transformant une fracture non déplacée en fracture ouverte, un futur traitement orthopédique en traitement chirurgical, plus lourd, jamais anodin, et qui peut engendrer une convalescence plus longue. La démarche à suivre est d'asseoir ou d'allonger le joueur avec précaution, mettre le membre blessé dans une attelle ou une écharpe, en attendant les professionnels des secours que vous aurez contactés sans délai.

Saignement de nez : ne pas mettre la tête en arrière

Dans ce cas de figure qui survient assez régulièrement, l'erreur est de penser qu'il est bon de positionner la tête du joueur en arrière. En agissant ainsi, le sang avalé peut causer des nausées, voire des vomissements. Cela s'avère donc dangereux. En revanche, dites à votre joueur de se maintenir en position assise, la tête légèrement penchée en avant, et utilisez des mèches hémostatiques, à placer dans la narine, pour stopper le saignement. En général, le club est normalement équipé d'une trousse à pharmacie dans laquelle vous pourrez les inclure. Si ce n'est pas le cas, procurez-vous en, leur coût n'est pas élevé. Elles agissent en quelques minutes, et votre joueur est à même de reprendre la partie. A défaut d'en posséder, utilisez du coton.

Lésion musculaire : pas de pommade chauffante !

Lorsque vous contractez une lésion, un saignement interne se produit. Pour

Secours : qui contacter et comment ?

Pour le SAMU, composez le 15. Il a la charge des problèmes médicaux urgents. Les pompiers sont joignables au numéro 18. Le 112 est le numéro d'appel unique des services de secours qui est utilisé dans la plupart des pays européens, efficace lorsque vous vous retrouvez dans un endroit reculé, éloigné d'une grande ville. Souvenez-vous que dans le doute, il ne faut jamais hésiter à appeler. Votre interlocuteur saura ce qu'il convient de faire. Et, cela peut paraître évident, localiser de manière précise l'endroit où vous vous situez.

Par
Hervé CAUMONT



Médecin de l'ESTAC (L2) et
président de l'association
des médecins de club de
football professionnel

les erreurs à éviter

La PLS, pour quelle raison ?

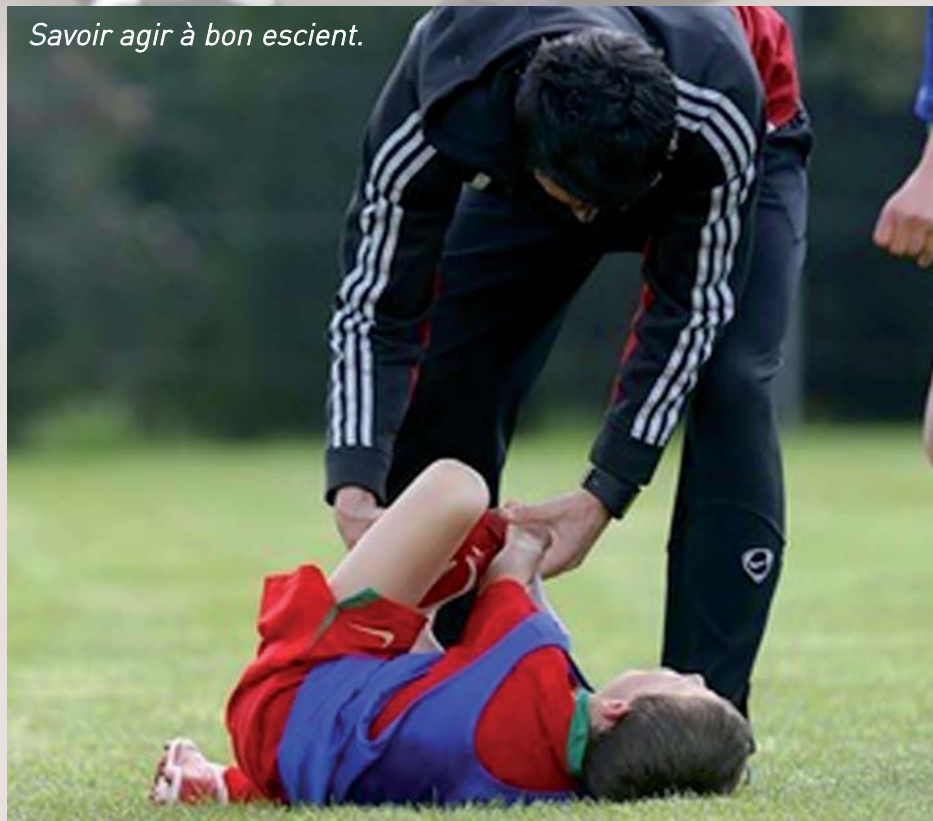
La position latérale de sécurité est une position dans laquelle la victime est placée sur le côté, tête en arrière, bouche ouverte et dirigée vers le sol. Ainsi sa langue ne peut plus tomber dans sa gorge et ses vomissements s'écoulent librement sur le sol. Mettre une victime inconsciente et qui respire en position latérale de sécurité est donc essentiel pour maintenir ses voies respiratoires ouvertes. Une fois la victime mise en position latérale de sécurité vous devez vérifier que sa position est stable, que sa poitrine n'est pas comprimée, puis contrôler ou faire contrôler sa respiration toutes les minutes.

réduire le volume de ce saignement, il vous faut non pas réchauffer le muscle (sinon on obtient l'effet inverse) mais le refroidir. N'utilisez donc pas de pommade chauffante, et ne massez pas le blessé ! Par ailleurs, la chose à éviter est de laisser le joueur sur le terrain pendant une dizaine de minutes une fois qu'il a ressenti une douleur à un muscle. En général, il s'agit d'une lésion. Le laisser jouer revient à aggraver cette dernière et par voie de conséquence, la durée de convalescence s'en trouve allongée. Il ne faut pas sous estimer la moindre douleur, aussi bénigne soit-elle. Une fois que le joueur est sorti du terrain, compressez la lésion avec un bandage élastique, et placez sur elle une poche de glace pendant 20 minutes.

Perte de connaissance : prévenir immédiatement les secours

Il s'agit là d'un cas de figure un peu plus problématique. A-t-on affaire à un malaise vagal ou à un arrêt cardio respiratoire ? Il y a ici une procédure assez stricte à respecter dans la mesure où vous devez absolument et immédiatement alerter les urgences, avant de passer aux gestes de premiers secours. Dans

Savoir agir à bon escient.

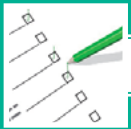


ce genre de situations, toutes minutes perdues peuvent engendrer des conséquences irréversibles sur le cerveau et le pronostic vital. En premier lieu, vous devez vérifier si la personne est consciente ou pas, ensuite, si elle respire ou non. Premier cas : une personne inconsciente mais respirant spontanément doit être mise en PLS. Deuxième cas : une personne inconsciente mais ne respirant pas est victime d'un arrêt cardio respiratoire. Dès lors, ne perdez pas de temps à essayer de sentir le pouls et démarrer (après avoir alerté le 15, 18

ou 112) le massage cardiaque, puis les insufflations respiratoires. Si l'enceinte sportive dans laquelle vous évoluez possède un défibrillateur, faites le apporter rapidement par une tierce personne. L'appareil, d'utilisation simple, vous indiquera la procédure de réanimation (choc électrique ou pas). A vous de connaître son emplacement pour ne pas perdre de temps. Les premiers gestes de secours vous permettront d'initier ainsi la chaîne de survie, quel qu'en soit le résultat final, en attendant le relais par les secouristes. ■

Cervicales touchées, traumatisme crânien... : ne pas bouger la tête du joueur ni le déplacer !

Un duel aérien, suivi d'une très mauvaise réception sur le dos ou sur la nuque, peut engendrer une fracture des cervicales et/ou un traumatisme crânien. Bouger, tourner la tête de votre joueur, déplacer son corps, peut avoir des conséquences neurologiques gravissimes. Un geste malencontreux est vite arrivé, et un déplacement de quelques millimètres du crâne ou de la colonne vertébrale peut provoquer des complications de type paraplégique. Dans cette situation là, vous devez être garant de la sécurité du joueur et notamment, éviter tout attroupement autour de lui. Là encore, faites rapidement appel aux urgences le plus vite possible.



8 exercices ludiques pour

Travailler en s'amusant. La fin de saison approche. Les éducateurs ont passé en revue, pendant dix mois, tous les exercices et ateliers qui leur semblaient les plus cohérents et adaptés à la catégorie. Les joueurs, eux, commencent à montrer clairement des signes de lassitude, tant physique que mentale, liés parfois à la routine des contenus d'entraînement au terme d'une saison ayant comporté entre 40 et 90 séances, c'est selon. Aussi, afin d'aller jusqu'au bout des quatre semaines d'entraînement restantes avant les vacances estivales, nous ne saurions que trop conseiller aux éducateurs de proposer des séances plus légères et ludiques, quelle que soit la catégorie. Avec l'objectif de surprendre les joueurs, de les maintenir (encore un peu) en éveil, de les faire s'amuser, tout en préservant une notion de progression... Pour ce faire, **VESTIAIRES** vous propose 8 exercices ludiques adaptables selon les âges et qui permettront à coup sûr de terminer la saison comme elle a commencé : avec plaisir et enthousiasme.

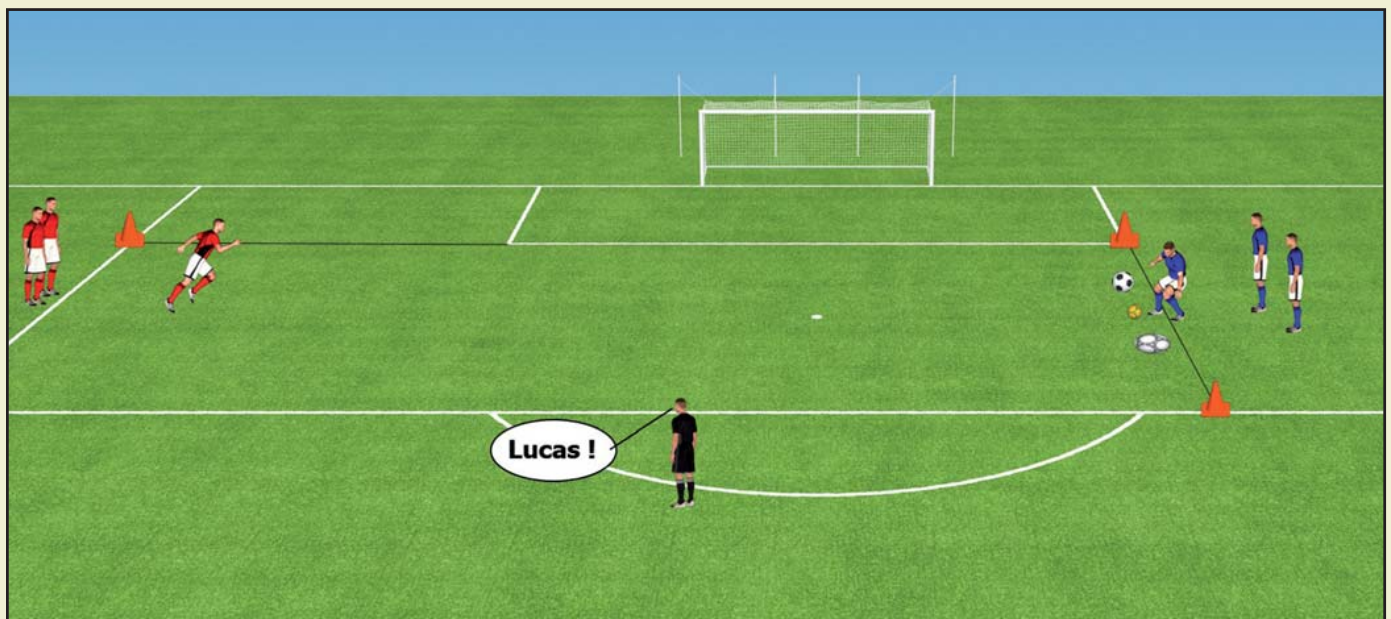
EXERCICE 1 : CHOISISTON BALLON

2 équipes de part et d'autre d'un espace d'environ 10x30 mètres. Une équipe attaque (ici les bleus), une autre défend (ici les rouges). Au top de l'éducateur, le joueur bleu doit prendre un ballon et atteindre la ligne opposée défendue par un rouge. Mais le joueur bleu a le choix entre 3 types de ballon selon le profil de l'adversaire qui lui est désigné par l'éducateur au dernier moment :

- 1 ballon normal de taille 5 (si but = 1 point).
- 1 ballon de taille 3 (si but = 2 points).
- 1 ballon de rugby, donc jeu à la main (si but = 1 point).

Le ballon de taille 3 sera choisi dans le cas où l'on estime que malgré la difficulté de conduire un tel ballon, le niveau de l'adversaire (à priori plus faible) nous permettra quand même de marquer et d'inscrire ainsi 2 points. Le ballon de rugby, lui, sera choisi si l'on estime que la différence de gabarit ou de vitesse avec l'adversaire nous est plus profitable qu'un duel balle au pied... (le défenseur doit faire tomber le porteur de balle).

Variante : C'est l'éducateur qui impose à l'attaquant le choix du ballon.

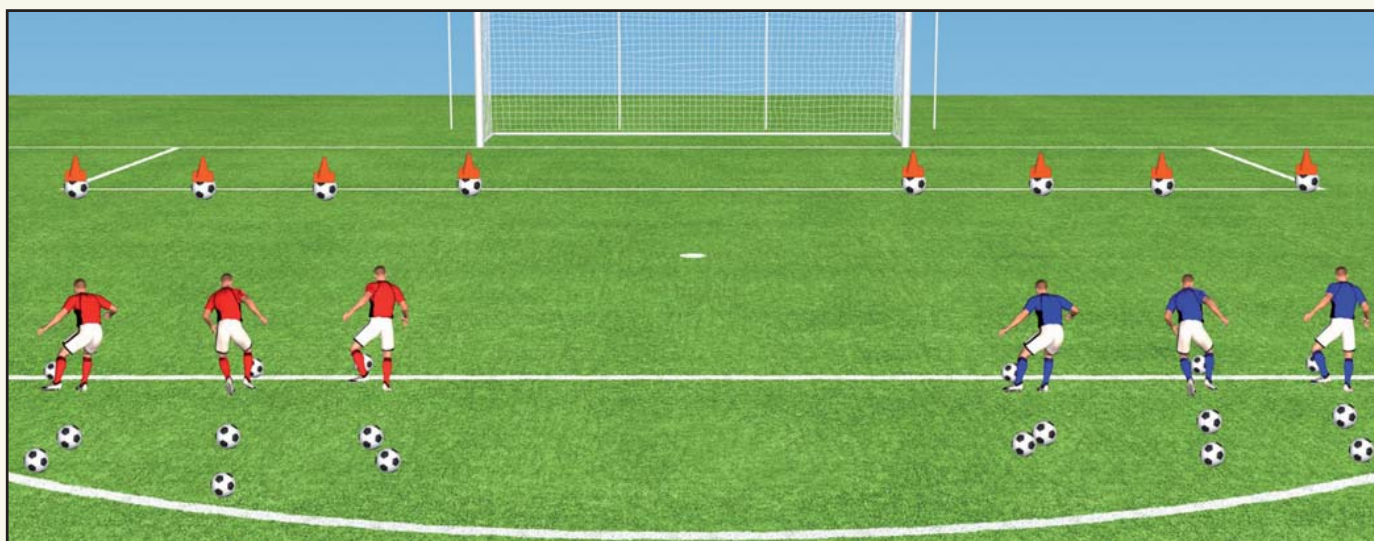


la fin de saison

EXERCICE 2 : FAIRE TOMBER LES QUILLES

2 équipes de 4 ou 5 joueurs s'affrontent en parallèle. Disposer devant eux des petites quilles posées sur des ballons : 1 de plus que le nombre de joueurs (exemple : 5 quilles si 4 joueurs). Au top de l'éducateur, les 2 équipes tirent à volonté pour faire

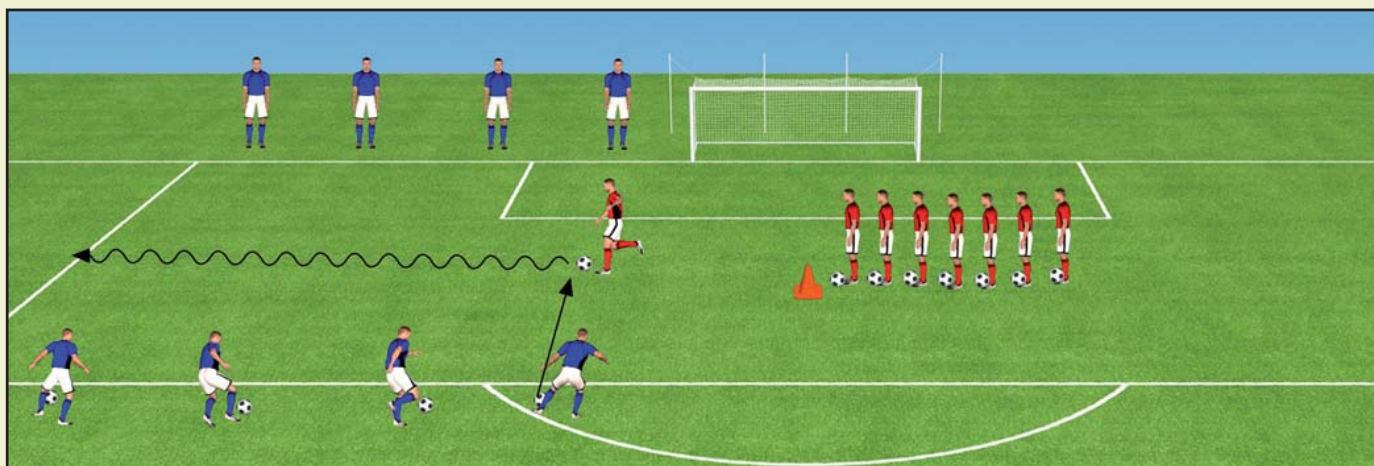
tomber les quilles (3 ballons par joueur) en visant les ballons. La première équipe qui fait tomber toutes les quilles a gagné. Sinon, c'est celle qui en a fait tomber le plus une fois que tous les ballons ont été utilisés.

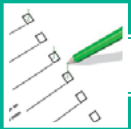


EXERCICE 3 : TIRER À VUE

4 joueurs bleus de part et d'autre d'un espace de 20x20 mètres (à adapter selon la catégorie). 1 ballon par joueur (seulement d'un côté). 8 joueurs rouges au plot de départ, avec chacun 1 ballon. Au top de l'éducateur, 1 joueur rouge part en conduite de balle le plus vite possible pour atteindre la ligne d'arrivée (= 1 point). Pendant qu'il traverse la zone, les 4 joueurs bleus doivent,

tour à tour, essayer de toucher son ballon en le visant. Si le ballon est touché, le rouge ne marque pas de point. Une fois les 4 joueurs rouges passés, ils repartent dans l'autre sens. Et ce sont les 4 autres bleus qui les visent... Tirs uniquement à ras de terre ! À la fin, on inverse les rôles.

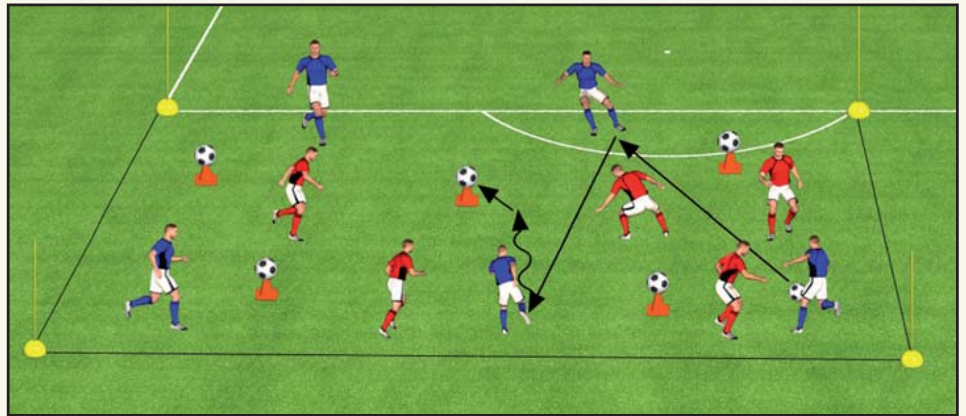




EXERCICE 4 : FAIRE TOMBER LES BALLONS

Jeu à 5 contre 5 minimum. Pour marquer un point, les joueurs doivent faire tomber un des ballons posés sur les plots en le visant. Si l'équipe adverse récupère, elle fait de même.

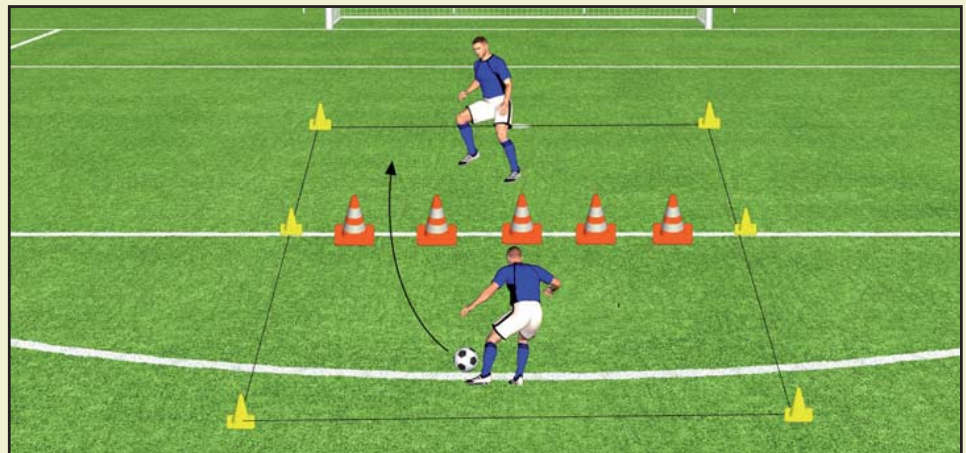
Variante : Interdit de tirer dans le plot pour faire tomber le ballon. Les tirs doivent être "levés" afin de viser directement le ballon !



EXERCICE 5 : LE PING-PONG FOOT

On joue ici à 1 contre 1. Tracer un espace de jeu d'environ 5x5 mètres (à adapter selon la difficulté) avec, au milieu, un filet représenté par une rangée de plots. Les règles sont les mêmes qu'en tennis de table mais avec 2 touches autorisées). Attention : jeu qui nécessite de jouer sur terrain synthétique et avec un ballon légèrement surgonflé, afin d'obtenir un meilleur rebond.

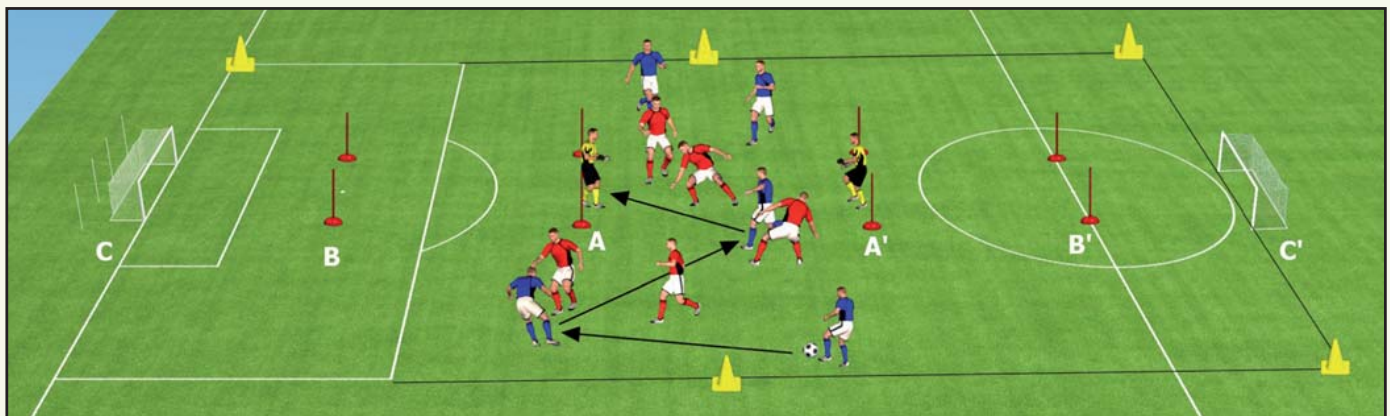
Variante : Utiliser des petites quilles au lieu des plots.



EXERCICE 6 : FAIRE RECULER LES BASES ADVERSES

Sur un demi terrain (à adapter selon la catégorie), disposer 2 grandes cages aux extrémités + 4 autres (matérialisées par des piquets) au milieu. On joue à 5 contre 5 + 1 gardien. Au départ du jeu, on joue dans les cages **A** et **A'**. Si un but est marqué par les

bleus dans la cage **A**, ils attaqueront dorénavant la cage **B** (les rouges, eux, continueront à attaquer la cage **A'**, mais défendront **B**). La première équipe qui parvient à inscrire un but dans la cage mobile **C** remporte la manche.



EXERCICE 7 : BALLE AU PRISONNIER

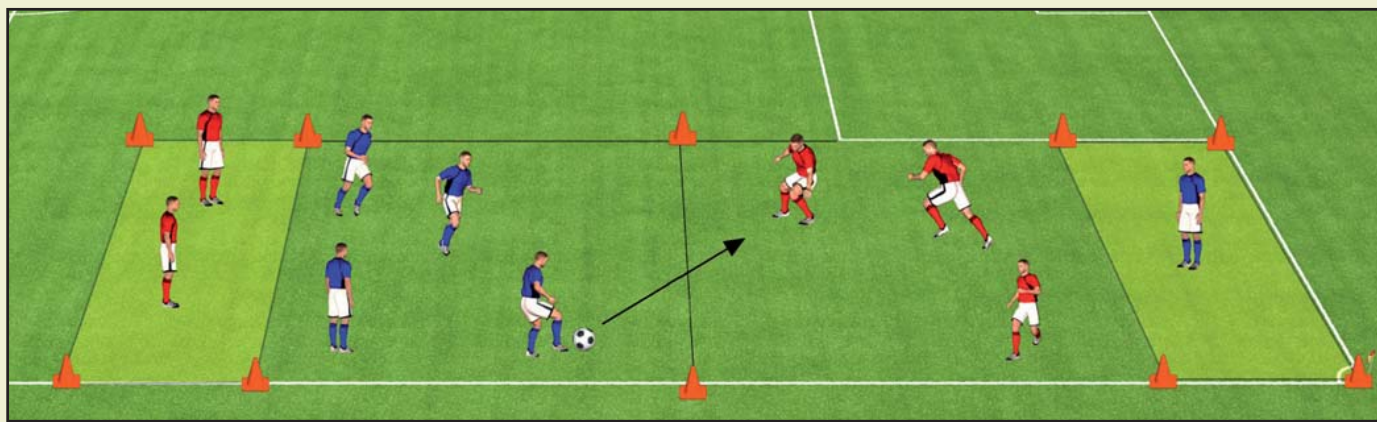
Sur un terrain d'environ 20x30 mètres (à adapter selon la catégorie), jeu à 5 contre 5. Les règles sont celles du ballon prisonnier (avec quelques adaptations, voir plus loin), mais avec jeu au pied. Attention : tirs uniquement à ras du sol.

Rappel des règles :

- Chaque camp comporte une zone centrale et une prison.
- Le possesseur du ballon en zone centrale ne doit pas se déplacer.
- Le but du jeu est de faire prisonniers tous les membres de

l'équipe adverse. Un joueur est fait prisonnier lorsque le ballon, envoyé par un joueur de l'équipe adverse, le touche.

- Si le ballon est contrôlé/maîtrisé par le joueur visé, il n'est pas fait prisonnier.
- Pour libérer un joueur prisonnier, il convient de lui transmettre le ballon (sur une passe longue). Le prisonnier doit alors contrôler le ballon sans sortir de sa zone pour pouvoir ensuite jouer. S'il y parvient, il doit toucher un joueur (tir au sol) pour se libérer. Possibilité aussi, pour jouer, de récupérer un ballon tiré par un partenaire et passé entre les joueurs (personne n'a été touché).



EXERCICE 8 : TORO ÉVOLUTIF

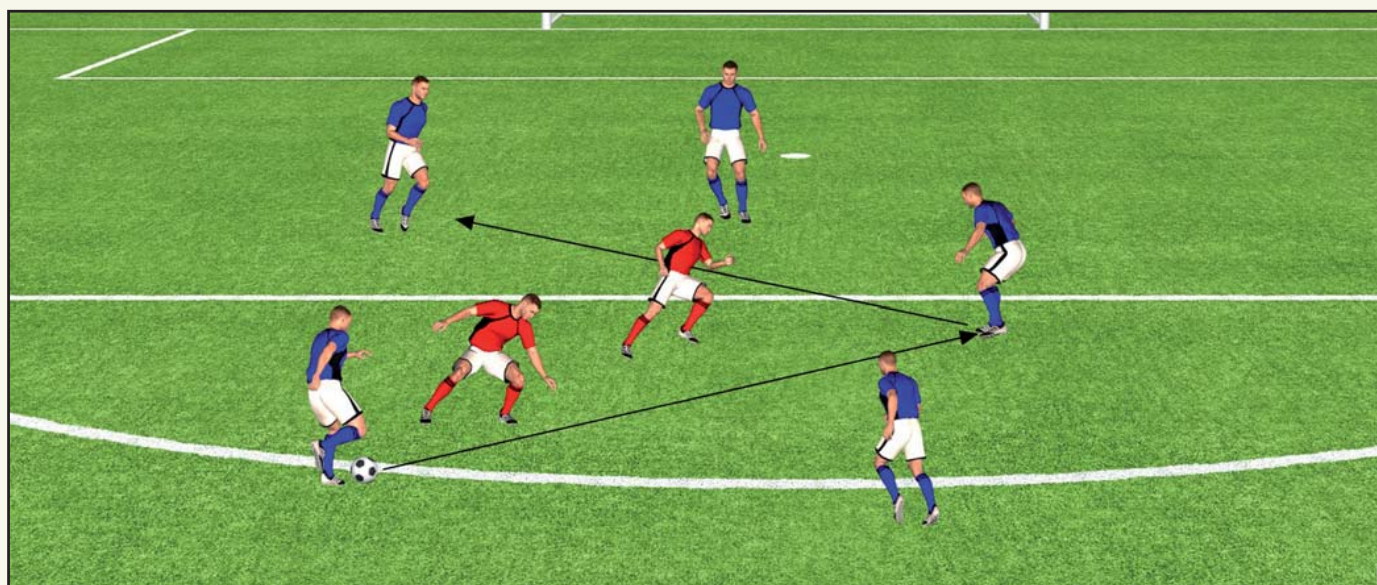
Dans un espace de 15x15 mètres (à adapter selon le nombre de joueurs et selon la catégorie), on joue à 4, 5, 6 ou 7 contre 2 chasseurs. 5 variantes :

- 1 touche de balle et 2 touches pour le suivant, etc.
- Au bout de 10 passes, les chasseurs font un tour de plus même s'ils récupèrent le ballon.

- Après 1 passe à droite, se déplacer à gauche, un partenaire prenant sa place.

- Interdit de donner là où l'on regarde (travail de la feinte et de la prise d'info).

- Le joueur situé à droite (ou à gauche) du joueur qui perd le ballon devient chasseur !





L'ÉQUIPE SURPRISE : L'ASCALON AAA ARRIVE!

Par Émilie Bouchard Labonté



Finalistes à la Coupe promotion la saison dernière, les joueuses de l'Ascalon AA senior ont causé toute une surprise. Les voilà qui font leur entrée cette saison au niveau AAA dans la Ligue de soccer élite du Québec, une première à l'Association de soccer mineur Saint-Georges.

« Nous ne nous attendions pas trop à ça », affirme le président du club beauceron, Alexandre Tran Khanh, tout de même très heureux du revirement de situation. « C'était déjà dans les plans, mais c'est simplement arrivé plus rapidement que prévu. »

LES VOILÀ QUI FONT LEUR ENTRÉE CETTE SAISON AU NIVEAU AAA DANS LA LIGUE DE SOCCER ÉLITE DU QUÉBEC, UNE PREMIÈRE À L'ASSOCIATION DE SOCCER MINEUR SAINT-GEORGES.

Depuis l'automne dernier, l'organisation a donc travaillé très fort afin de trouver les ressources et l'encadrement nécessaires à l'implantation de la nouvelle équipe. « Nous avons créé un comité spécial. Il a fallu mobiliser l'organisation pour trouver du financement, un entraîneur qui avait les certifications adéquates et des joueuses qui seront en mesure de rivaliser avec le calibre provincial. »

Bien qu'elle ait été un peu précipitée, la venue d'une première équipe de niveau AAA à Saint-Georges mettra la région à l'avant-plan.

« Cela permettra, entre autres, aux joueuses de notre région de compléter leur parcours sans devoir s'exiler dans une autre ville », explique le directeur technique de l'Ascalon, Alfred Picariello, qui souhaite que la formation féminine AAA soit composée à près de 100 % de joueuses beauceronnes d'ici quelques années. « Pour nous, avoir des équipes de niveau AAA tant chez les femmes que les hommes est très important. Nous sommes situés à 100 kilomètres de Québec et sommes le seul club fédéré dans un rayon de 70 kilomètres, rappelle-t-il. Ces équipes serviront de locomotive pour nos autres formations. »

L'implantation d'équipes de haut niveau en soccer aura également un impact sur le rayonnement régional. « Il y a déjà un réel potentiel au niveau des filles et une relève très intéressante au sein de l'Association, explique Tran Khanh. La relève augmente aussi chaque année alors voir une équipe de niveau AAA s'installer contribuera à la croissance du club. »

PLACE AUX CHOSES SÉRIEUSES : 17 JOUEUSES RELÈVENT LE DÉFI!

Ce sont 17 joueuses qui endosseront l'uniforme pour cette saison historique. Elles seront dirigées par l'entraîneur Che Balmer, qui sera épaulé par Luca Lo Celso. Celui-ci agira à titre d'adjoint et d'entraîneur des gardiennes.

« Che Balmer a de l'expérience à titre d'entraîneur au niveau AAA et fait partie de notre Association depuis quelques années. Il connaît donc bien le milieu dans lequel les filles évoluent », explique le président Tran Khanh.

Les porte-couleurs de l'Ascalon savent que la tâche ne sera pas facile cette saison, mais elles sont prêtes à relever le défi. « Elles sont solidaires et travaillent très fort. On reconnaît vraiment les valeurs beauceronnes », affirme Picariello.

« Même si elles n'ont pas énormément d'expérience, les filles ont une belle éthique de travail et apprennent rapidement, renchérit Alexandre Tran Khanh. Elles devront toutefois faire preuve de résilience et ne pas avoir de complexes face à leurs adversaires qui seront plus expérimentées. »

Bien que l'objectif de la saison ne soit pas de convoiter un titre de championnat, Alexandre Tran Khanh espère que les joueuses pourront acquérir de l'expérience au fil des matchs. « Notre but, c'est que les filles progressent et soient en mesure de rivaliser le plus possible », précise-t-il.



LA PRÉPARATION PHYSIQUE EN SOCCER

ÉCHAUFFEMENT, PRÉVENTION DE BLESSURES ET RÉCUPÉRATION



LA PRÉPARATION PHYSIQUE EN SOCCER

ÉCHAUFFEMENT, PRÉVENTION DE BLESSURES ET RÉCUPÉRATION



Éducation,
Loisir et Sport
Québec



MAINTENANT DISPONIBLE SUR LA BOUTIQUE
FSQ.SAVIFOOT.COM



BÉNÉVOLES PASSIONNÉS

LA COUPE INTERNATIONALE, LES ENFANTS JOUENT POUR LES ENFANTS CÉLÈBRE SON 10^E ANNIVERSAIRE

Par Michel Dugas

Fondée en 2006 par un comité organisateur composé de bénévoles chevronnés et passionnés, la Coupe Internationale, Les Enfants jouent pour les Enfants est un organisme sans but lucratif qui organise annuellement un tournoi de soccer portant le même nom. Tous les profits générés par ce tournoi sont remis à la Fondation CHU Sainte-Justine et à la Fondation de l'Hôpital de Montréal pour enfants, ce qui en fait un événement unique au pays.

Le comité organisateur s'est donné pour mission de promouvoir le plaisir de jouer au soccer en invitant les équipes à participer à une expérience unique à saveur internationale qui permet aux jeunes de tous âges de s'amuser et d'apprendre. Suivant les règles et protocoles d'un tournoi professionnel, la Coupe Internationale, Les Enfants jouent pour les Enfants s'inspire toujours d'un événement majeur international de la FIFA. Elle offre ainsi aux jeunes adeptes de soccer de la ligue récréative des clubs de la région de l'ARS Lac Saint-Louis la chance de vivre un tournoi d'envergure internationale, et ce, localement.

Tout est mis en œuvre pour que les standards du tournoi se rapprochent le plus possible de la réalité vécue lors de l'événement international. Même le pays hôte de l'événement international calqué est toujours fièrement représenté et apporte sa contribution par son personnel diplomatique, que ce soit par l'intermédiaire de son consulat ou de son ambassade, et souvent par quelques commerces locaux qui partagent leurs mœurs et coutumes avec les participants et les spectateurs.

Chaque année, le tournoi réunit plus de 1 000 garçons et filles âgés de 9 à 18 ans. Ceux-ci représentent fièrement un pays désigné par un tirage au sort digne des grands événements internationaux. De plus, pour rendre le tournoi encore plus officiel, le pays hôte est jumelé avec une ville ou un arrondissement qui joue un rôle important dans le succès du tournoi.

Chaque étape menant vers la Coupe Internationale, Les Enfants jouent pour les Enfants permet de transmettre des valeurs exceptionnelles aux communautés, parents, enfants, bénévoles, partenaires et fondations des hôpitaux pour enfants locaux.



Monsieur Jean-Marc Fournier, président d'honneur 2012, entouré de quelques membres du comité organisateur. © Photo : Michel Dugas

DEPUIS 2006, UN TOTAL DE 263 000 \$ A ÉTÉ REMIS AUX FONDATIONS

« La Coupe Internationale, Les Enfants jouent pour les Enfants prône fièrement le soccer Grassroots ainsi que le bien-être des jeunes. Au cours des neuf dernières années, nous avons offert avec succès une expérience unique de soccer à de nombreux jeunes athlètes des équipes de ligue locale juvénile. Garçons et filles âgés de 9 à 18 ans ont participé à des tournois compétitifs, mais amicaux, avec une saveur internationale. Plus de 10 000 joueurs provenant des 13 clubs de l'ARS Lac Saint-Louis ont fait partie d'équipes de ligue locale juvénile qui ont participé à cette cause noble, tout en aidant à amasser plus de 263 000 \$ pour la Fondation CHU Sainte-Justine et la Fondation de l'Hôpital de Montréal pour enfants », confie Sam Gabbay, président et fondateur de la CIEJE



Cérémonie d'ouverture. © Photo : Michel Dugas

Cette édition spéciale du 10^e anniversaire de la Coupe Internationale, Les Enfants jouent pour les Enfants s'identifiera à la Coupe du monde féminine de la FIFA, Canada 2015 et, comme par le passé, toutes les recettes iront aux fondations des deux hôpitaux montréalais pour enfants.

Le tournoi se tiendra au Soccerplexe Catalogna de Lachine du 5 au 27 septembre 2015. Le comité organisateur se dit très honoré que l'Association de soccer de Lachine, le Soccerplexe Catalogna et l'arrondissement de Lachine se soient unis à titre d'hôtes conjoints de l'événement. En tant que club hôte, Lachine aura une équipe de ligue locale juvénile dans toutes les catégories d'âge et de sexe, et ces équipes porteront les couleurs de l'équipe canadienne.

CHAQUE ANNÉE, LE TOURNOI RÉUNIT PLUS DE 1 000 GARÇONS ET FILLES ÂGÉS DE 9 À 18 ANS.

Ce sont 24 équipes représentant les pays participant à la Coupe du monde féminine de la FIFA, Canada 2015 qui s'affronteront dans les cinq groupes d'âge en compétition (U10, U12, U14, U16 et U18), soit 12 équipes féminines et 12 équipes masculines.

Monsieur Carlos J. Leitão, député de la circonscription Robert-Baldwin et ministre des Finances du Québec, sera le président d'honneur de cette 10^e édition.

Félicitations à tous les bénévoles qui ont su au fil des ans associer le soccer à une très noble cause!



Cérémonie d'ouverture. © Photo : Michel Dugas



Les bénévoles 2012. © Photo : Michel Dugas



Conférence de presse 2015 © Photo : Michel Dugas



OTTAWA
FURY FC



PREMIÈRE LIGUE DE SOCCER DU QUÉBEC LAKESHORE ET LE FURY, LES DEUX FACETTES DE LA PLSQ

Par Marc Tougas

Les deux clubs ayant rejoint les rangs de la Première ligue de soccer du Québec (PLSQ) cette année, Lakeshore et le Fury d'Ottawa, préconisent des approches différentes, mais tout aussi enrichissantes l'une que l'autre pour le circuit québécois de division 3.

La venue de Lakeshore s'inscrit dans la philosophie de base de la PLSQ, qui cherche à s'appuyer sur des clubs qui sont enracinés dans leur communauté locale, et ce, à tous les niveaux de la pyramide du soccer québécois. À ce titre, Lakeshore, qui fêtera ses 50 ans l'an prochain, est un modèle à suivre.

« On veut gagner, c'est sûr, a reconnu John Limniatis, directeur technique de Lakeshore. Mais on veut surtout que les plus jeunes voient l'équipe semi-pro comme un débouché qui leur donne une chance de jouer à un niveau qui est quand même bon, s'ils ne sont pas en mesure d'aller jouer à un niveau encore plus élevé. »

En vue de sa première saison en PLSQ, Lakeshore a embauché des joueurs qui ont déjà évolué ailleurs dans la ligue, mais il offrira également une place à de nombreux joueurs s'étant développés au sein du club.

Pour le Fury, la PLSQ permettra de stimuler et de préparer les joueurs susceptibles de faire partie un jour de l'équipe première en NASL. Le club d'Ottawa fera évoluer les espoirs U19 de son académie au sein du circuit québécois, tandis que les U17 se trouveront dans la ligue réserve de la PLSQ.

« Nos joueurs côtoient les joueurs professionnels du club, ils profitent des mêmes ressources que l'équipe de la NASL, a indiqué Phillip Dos Santos, directeur de l'académie du Fury qui agira comme entraîneur-chef de l'équipe U19. Il y a donc un rêve qui est palpable et je pense que ce sera là une des grandes forces de nos deux équipes. Pour eux, le but n'est pas juste de jouer en PLSQ. Ils s'entraînent et jouent avec l'ambition que demain, ils pourraient signer un contrat avec notre équipe professionnelle. »

Même si Lakeshore œuvre dans un tout autre registre, le club affiche un esprit de professionnalisme similaire à celui qu'on observe au Fury, et c'est ce qui explique ses succès au fil des ans.

« On a un grand territoire qui compte plus de 4 500 joueurs, alors c'est un peu normal qu'on ait du succès. Mais Lakeshore est aussi un club qui essaie sans cesse de mettre en place des personnes qui aideront le club à progresser, tant du côté administratif que technique, a noté Limniatis, un ancien joueur et entraîneur de l'Impact. Je suis là maintenant, mais avant moi il y a eu Phillip Dos Santos et d'autres. C'est un club qui cherche à assurer le développement de sa structure et de ses joueurs. »

MÊME SI LAKESHORE ŒUVRE DANS UN TOUT AUTRE REGISTRE, LE CLUB AFFICHE UN ESPRIT DE PROFESSIONNALISME SIMILAIRE À CELUI QU'ON OBSERVE AU FURY, ET C'EST CE QUI EXPLIQUE SES SUCCÈS AU FIL DES ANS.



John Limniatis © Photo : ASC



Phillip Dos Santo © Photo : ASC

Contribuez au développement du soccer québécois, faites un don en ligne !

NOTRE MISSION:

Promouvoir, développer et régir le soccer sous toutes ses formes au Québec; de soutenir les Associations régionales de soccer (ARS) par des actions concertées et coordonnées et de favoriser l'accès à ses programmes en harmonisation avec des partenaires.

LES PROJETS:

1/ DES CLINIQUES DE SOCCER POUR TOUS

- Offrir des cliniques de soccer aux jeunes de 6-12 ans vivant dans des quartiers défavorisés afin de leur permettre de vivre une expérience unique
- Permettre l'achat d'équipement favorisant l'apprentissage
- Couvrir les coûts de location des terrains
- Couvrir les frais des formateurs et autres intervenants

2/ LE SOCCER SOUS TOUTES SES FORMES

- Organiser des démos et foires pour promouvoir les différents types de soccer : soccer de rue, de plage, futsal, soccer adapté
- Organiser des événements promotionnels mettant en vedette le soccer féminin
- Embaucher un coordonnateur en développement pour augmenter le nombre de membres

3/ PROMOTION, AIDE AUX ÉVÉNEMENTS ET COMMUNICATION

- Optimiser l'utilisation des médias sociaux pour regrouper les anciens, les régions
- Aider à la coordination des événements bénéfiques (galas et autres soirées) et promotion des dons lors des compétitions
- Créer des événements et tournées promotionnelles
- Promouvoir les résultats et les stats en temps réel et les joueurs
- Promouvoir les matchs en temps réel grâce à la diffusion sur le Web

4/ FORMATION AUX MONITEURS ET ARBITRES

- Promouvoir, régir et développer l'arbitrage et reconnaître le travail des entraîneurs
- Mettre en oeuvre un programme de développement de l'arbitre et augmenter le recrutement des femmes particulièrement
- Créer des formations spécifiques aux professeurs d'éducation physique



*Le but gagnant,
c'est jouer !*



FÉDÉRATION DE SOCCER DU QUÉBEC

955, avenue Bois-de-Boulogne

bureau 210

Laval (Québec) H7N 4G1

T. 450 975-3355

F. 450 975-1001

DATES À RETENIR EN 2015

Ligue de soccer élite Couche-Tard	18 avril au 30 septembre 2015
Première ligue de soccer du Québec	2 mai au 17 octobre 2015
Semaine du soccer TC Média	1 ^{er} au 7 juin 2015
Match préparatoire à la Coupe du monde féminine FIFA 2015 Québec vs France	3 juin 2015
Coupe du monde féminine de la FIFA/Canada 2015	6 juin au 5 juillet 2015
Tournoi des Sélections régionales DuProprio	28 juillet au 1 ^{er} août (Lachute)
Coupe du Québec Saputo	5-6 septembre 2015 (Laval)
Coupe des champions provinciaux Saputo AA	10 au 12 octobre 2015 (Drummondville)
Championnats canadiens des clubs	7 au 12 octobre 2015
U14 :	Mount Pearl (Terre-Neuve)
U16 :	Surrey (Colombie-Britannique)
U18 :	Charlottetown (Î.-P.-E.)
Senior :	Calgary (Alberta)
Coupe Québec-Ontario	11-12 octobre 2015
Le Symposium Soccer Québec	5 au 7 novembre 2015 (Laval)
Finale provinciale des Jeux techniques Savifoot	
Stage de recyclage des entraîneurs de haut niveau	
Stage provincial d'arbitrage	
Tapis rouge du soccer québécois	
Gala de la Mi-Temps	28 novembre 2015

ÉVÉNEMENTS
MAJEURS 2015



CLIQUEZ ICI
pour accéder au
document complet

Saputo

Couche-Tard

tc • MEDIA

savifoot

RDS

VIS TA PASSION
TSI SPORTS
LOGICIEL DE GESTION SPORTIVE EN LIGNE

Éducation,
Loisir et Sport
Québec

CIRCUIT D'EXCELLENCE



OPEN FIN
DES TOURNIS 2015



MATHIEU BOURDEAU EN CONSTANTE ASCENSION

Par Mathieu Laberge

Tout a commencé par un simple emploi d'été alors qu'il était âgé d'à peine 13 ans. Le jeune joueur du club de soccer de Longueuil avait trouvé une bonne façon de se faire un peu d'argent de poche. Plus de 20 ans et 2000 matchs plus tard, Mathieu Bourdeau est toujours arbitre et il se trouve maintenant dans l'antichambre de la Major Soccer League (MLS).

« Ça m'attirait d'être payé pour courir sur le terrain. Avec le temps, cela s'est transformé en une occasion pour relever des défis. C'est ce qui a fait en sorte que j'aie continué », explique celui qui est également enseignant en biologie au Cégep de Saint-Hyacinthe.

UN CV DE PLUS EN PLUS ÉTOFFÉ

Reconnu arbitre de niveau FIFA depuis cette année, Mathieu Bourdeau a gravi les échelons de sa profession. En 2007, il obtient sa certification d'arbitre national, ce qui lui a permis d'être sur le terrain aux Championnats canadiens de plusieurs niveaux et groupes d'âge.

« J'ai toujours été très compétitif et j'aime les défis en général. Année après année, ça va bien, alors j'essaie de pousser ça le plus loin possible pour voir jusqu'où je peux me rendre. Si je peux me rendre à des tournois des Jeux olympiques ou de la Coupe du monde, je vais essayer, c'est sûr! », commente l'arbitre qui est réserviste pour la MLS depuis quatre ans.

À l'heure actuelle, trois Canadiens seulement œuvrent dans la MLS et Mathieu Bourdeau aspire à se joindre à ce groupe sélect. S'il y parvient, il deviendrait le premier Québécois à atteindre ces hautes sphères.

L'officiel prend au sérieux sa formation pour réaliser ses objectifs : analyses vidéo et cours théoriques font partie de son cursus. Et c'est sans compter la préparation physique qui est très importante, car contrairement à d'autres sports où les officiels sont plutôt immobiles, les arbitres de soccer courent entre 8 et 13 kilomètres par partie selon M. Bourdeau.



« Il faut être capable de suivre le jeu qui est de plus en plus rapide. La forme physique doit être assez bonne pour continuer à regarder au bon endroit, anticiper le jeu et prendre les bonnes décisions », précise celui qui a été arbitre au tournoi de la CONCACAF U17 plus tôt cette année.

« Si je veux poursuivre, je vais peut-être prendre une pause de l'enseignement afin de consacrer plus de temps au sport. »

LE FOND ET LA FORME

Le métier premier d'un arbitre est d'appliquer les règlements. Toutefois, étant donné que les arbitres sont des humains et non des machines, leur personnalité risque de colorer un match.

Comment Mathieu Bourdeau décrirait-il son style?

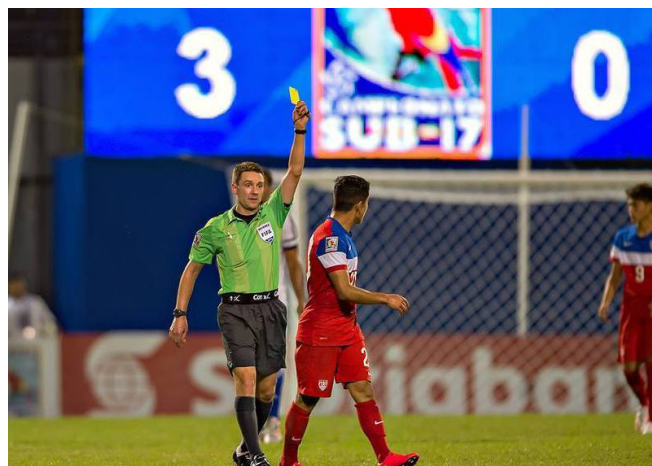
« J'essaie d'être le plus juste et ferme. Cela permet d'avoir un match qui est joué dans les règles et qu'idéalement on n'entende pas parler des arbitres, explique-t-il. Il y a plusieurs façons d'être un bon arbitre. Il faut être capable de gérer des situations conflictuelles et faire en sorte que les joueurs embarquent avec nous, nous fassent confiance et sachent que nous sommes justes envers tout le monde pour qu'en fin de compte le match soit joué dans l'esprit du jeu. Lorsque c'est réussi, on peut le sentir. »

Pour gagner la confiance des joueurs, l'arbitre doit leur faire comprendre où il trace ses limites.

« Les joueurs doivent faire confiance au jugement de l'arbitre, ce qui n'est pas toujours évident. Plus on monte de niveaux, plus les enjeux sont importants et la pression augmente sur tous. Les arbitres doivent être capables de gérer cette pression. »

Lorsqu'il regarde un match de soccer à la télévision, Mathieu Bourdeau avoue qu'il ne peut s'empêcher de regarder la partie avec ses yeux d'arbitre. « Lorsque je veux me détendre, je regarde plutôt des matchs de hockey! »

<- En action lors d'un match de la PLSQ en 2014. © Photo : Caroline Mireault



Mathieu Bourdeau lors de son premier match international au Honduras.
© Photo : CONCACAF

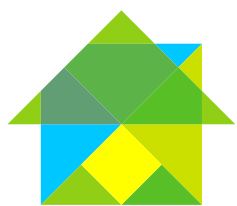
ÉTANT DONNÉ QUE LES ARBITRES SONT DES HUMAINS ET NON DES MACHINES, LEUR PERSONNALITÉ RISQUE DE COLORER UN MATCH.



Lors d'un stage à la Fédération Française de Football. © Photo : FFF

**LE WEBZINE OJEU !
REMERCE SES PARTENAIRES**

**sports
experts[®]**



duProprio

LA FÉDÉRATION DE SOCCER DU QUÉBEC REMERCIÉ SES PARTENAIRES





Une production conjointe de

Bé!anger
Communication Marketing



Fédération de soccer du Québec
955, avenue Bois-de-Boulogne, bureau 210
Laval (Québec) H7N 4G1

Téléphone : 450 975-3355



www.federation-soccer.qc.ca