GUIDE DES

PARTICIPANTS

BLOC 2 - 5 AU 9 MARS

HALTÉROPHILIE

Chaudière-Appalaches
Lanaudière
Mauricie
Outaouais
Rive-Sud
Saguenay-Lac-Saint-Jean

Desjardins présente

SHERBROOKE 2024

En équipe avec Kruger Produits

TON HÉBERGEMENT

ÉCOLE SECONDAIRE DU TRIOLET

2965 BD DE L'UNIVERSITÉ, J1K 2X6

PAVILLON 1 : Lanaudière, Mauricie, Outaouais, Rive-Sud
PAVILLON 2A : Chaudière-Appalaches, Saguenay-Lac-Saint-Jean

Ton site d'hébergement sera fermé de 9 h à 16 h, il est de ta responsabilité d'amener avec toi tout le nécessaire pour la journée.
Le couvre-feu est à 22 h à tous les soirs, tous les athlètes doivent être de retour dans leur classe à cette heure.

À APPORTER POUR DORMIR :

- Un matelas de sol de format lit simple (les matelas doubles ne sont pas acceptés);
- Un oreiller;
- Un sac de couchage;
- Une lampe d'appoint (si c'est utile pour toi).

TA CAFÉTÉRIA

« TU PRENDS CE QUE TU MANGES, TU MANGES CE QUE TU PRENDS. »

DÉJEUNER: 6 h à 9 h

L'ordre de priorité du déjeuner est déterminé en fonction des compétitions sportives afin de permettre aux athlètes d'être à l'heure aux sites de compétition :

- Si présence sur le site de compétition requise avant 7 h 30 Déjeuner à partir de 6 h
- Si présence sur le site de compétition requise avant 9 h Déjeuner à partir de 7 h
- Si présence sur le site de compétition requise après 9 h Déjeuner à partir de 8 h

DÎNER BOÎTES À LUNCH (EXCEPTIONS 5 ET 9 MARS)

Les athlètes devront remplir leur boîte à lunch pour leur repas du midi à l'endroit prévu à cet effet à la cafétéria.

* À l'exception du 5 et 9 mars

LES BOÎTES À LUNCH COMPRENDRONT AU TOTAL 9 ITEMS

- Un sandwich
- Un bloc réfrigérant
- 7 items complémentaires (maximum de deux (2) par produit)

SOUPER : 16 h 30 à 20 h 30

REPAS HYPOALLERGÈNES

Le participant ayant demandé des repas hypoallergènes sera dans l'obligation de les consommer. Les repas hypoallergènes seront distribués à la station prévue à cet effet dans chacun des sites d'alimentation.

Les ingrédients allergènes de chaque repas seront identifiés clairement sur une affiche en avant de chaque plat, permettant de faire son choix en toute sécurité.

VOTRE SITE DE COMPÉTITION

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

2500 BD DE L'UNIVERSITÉ, J1K 2R1

HORAIRE DE COMPÉTITION

DOUCHES

Nous recommandons aux athlètes de prendre leur douche au maximum 30 minutes après leur dernier passage en compétition. L'athlète éliminé ou qui ne compétitionne pas pendant la journée devra prendre sa douche avant 10 h :

- Garçons : 18 douches communes
- Filles : 12 douches individuelles, 6 douches communes

CONSIGNES POUR LA GESTION DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

Il est primordial de bien identifier le matériel sportif avec les étiquettes aux couleurs de sa délégation. Tout athlète voulant récupérer un équipement identifié et transporté par le COFJQ doit en aviser son entraîneur. L'entraîneur devra remplir le formulaire de libération de matériel sportif et le donner au délégué sport présent avant de récupérer son équipement.

HORAIRE DES VESTIAIRES / DOUCHES

DATE	HORAIRE	SITE
6 mars	7 h 00 à 19 h 30	Univ. Sherbrooke
7 mars	7 h 00 à 19 h 30	Univ. Sherbrooke
8 mars	7 h 00 à 18 h 45	Univ. Sherbrooke
9 mars	7 h 00 à 10 h 00	Univ. Sherbrooke

*Le 9 mars, les athlètes ayant terminé leur compétition pourront prendre leur douche à l'Université de Sherbrooke ou au Cégep de Sherbrooke entre 7 h et 10 h.

TRANSPORT

LES PARTICIPANTS EN RETARD DEVRONT ATTENDRE L'AUTOBUS SUIVANT.
LES CHAUFFEURS N'ATTENDRONT PAS LES RETARDATAIRES.

FRÉQUENCE : Aux 20 minutes sauf le 9 mars, fréquence aux 10 minutes.

HORAIRE DES CIRCUITS

EXPRESS DU MATIN (ALLER SIMPLE SEULEMENT)
6-7-8-9 MARS 6 H 30 À 9 H 00
ÉCOLE SECONDAIRE DU TRIOLET
5 min
COLLÈGE DU MONT-SAINTE-ANNE
4 min
UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE
10 min
ARÉNA IVAN-DUGRÉ

*Pas d'arrêt à ce lieu le 9 mars
**Débute à 11 h 00 le 9 mars
***Pas d'arrêt à ce lieu au voyage de retour

CIRCUIT #5 (ALLER /RETOUR)
6-7-8-9 MARS 16 H 00 ** À LA FERMETURE DES SITES
CENTRE DE FOIRES
13 min
ÉCOLE SECONDAIRE DU TRIOLET
5 min
UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE
7 min
COLLÈGE DU MONT-SAINTE-ANNE
9 min
ÉCOLE INTERNATIONALE DU PHARE
5 min
ARÉNA IVAN-DUGRÉ
11 min
CLUB DE CURLING DE SHERBROOKE*
5 min
CÉGEP DE SHERBROOKE***
2 min
ARÉNA EUGÈNE-LALONDE*

CONSIGNES

- Lors de l'attente au débarcadère, veuillez vous présenter dans l'aire d'attente indiquée.
- Suivre les directives du responsable des transports.

En cas de doute ou d'inquiétudes, veuillez vous référer aux tableaux affichés à l'entrée des bâtiments et consultez fréquemment l'horaire des circuits pour les mises à jour en fonction des conditions météorologiques.

Les plages horaires affichées dans les tableaux du guide du participant sont approximatives. Veuillez-vous référer aux horaires complets accessibles via le code QR. Si un site n'est pas ouvert, l'autobus n'y fera pas d'arrêt.

Notez que les horaires des autobus doivent être respectés et que les chauffeurs n'attendront pas les retardataires, et ce, afin d'assurer le bon fonctionnement des autres sites.

BOUTIQUE

COLLECTION GÉNÉRIQUE JDQ

PANTALON EN MOLLETON	45 $
CHANDAIL À CAPUCHON NOIR	45 $
CHANDAIL À COL ROND	40 $
T-SHIRT GRIS	25 $
T-SHIRT NOIR ASICS (LOGO)	25 $
T-SHIRT NOIR ASICS (SANS LOGO)	25 $
T-SHIRT JUNIOR	20 $
SAC DE SPORT	20 $
ÉPINGLETTE DES RÉGIONS	5 $
ÉPINGLETTE DES SPORTS	5 $
ÉPINGLETTE CROCS	5 $
PORTE-CLÉS	5 $
MINI-DRAPEAUX	5 $
SAC RÉUTILISABLE	3 $

COLLECTION SHERBROOKE 2024

CHANDAIL À CAPUCHE ROUGE	45 $
CHANDAIL À CAPUCHE NOIR	45 $
CHANDAIL À CAPUCHE ROUGE JUNIOR	40 $
T-SHIRT NOIR ASICS (LOGO)	25 $
PELUCHE RAFALE	25 $
CHAUSSETTES	25 $
CASQUETTE	20 $
T-SHIRT RAFALE	10 $
CACHE-COU	10 $
MINI-HOCKEY	8 $
ÉPINGLETTE DE LA 58E FINALE	5 $
ÉPINGLETTE DE RAFALE	5 $
ÉPINGLETTE CROCS RAFALE	5 $

****LES TAXES SONT INCLUSES DANS LE PRIX**

*****TOUS LES PRODUITS SONT DES VENTES FINALES, AUCUN ÉCHANGE NI REMBOURSEMENT NE SERONT ACCEPTÉS**

ÉCHANGE D'ÉPINGLETTES 101

ÉPINGLETTES DISPONIBLES À LA BOUTIQUE DES JEUX

- Épinglettes des régions
- Épinglettes des sports
- Épinglettes officielles de la 58e Finale des Jeux du Québec

**Psitt... Vous pouvez peut-être acheter des épinglettes de votre propre région directement auprès de vos missionnaires... Qui sait, elles pourraient être moins chères qu'à la boutique !

PRINCIPES D'ÉCHANGE

Échanger des épinglettes est une tradition aux Jeux du Québec. Voici quelques principes à respecter lors des échanges.

- Les échanges doivent être équitables. Cela signifie qu'un athlète ou un participant ne devrait pas essayer de prendre plus d'épinglettes qu'il n'en donne en retour.
- Les athlètes et les participants doivent être polis, respectueux et courtois lorsqu'ils effectuent des échanges. Commencer une conversation par un « Bonjour » est toujours gagnant !
- Il est possible de négocier des échanges. Les athlètes et les participants peuvent demander à échanger une épinglette contre une autre en particulier, mais doivent accepter que la réponse soit parfois négative.

Gardez à l'esprit que l'échange d'épinglettes est avant tout une occasion d'aller à la rencontre d'athlètes provenant d'autres régions et pratiquant d'autres sports. On ne collectionne pas les épinglettes pour leur valeur financière, mais pour le plaisir et les souvenirs qu'elles nous procurent. Avant tout... amusez-vous et faites-vous des amis !

LES ÉPINGLETTES

LES RÉGIONS

Abitibi-Témiscamingue
Bourassa
Capitale-Nationale
Centre-du-Québec
Chaudière-Appalaches
Côte- Nord
Est-du-Québec
Estrie
Lac-Saint-Louis
Lanaudière
Laurentides
Laval
Maurice
Montréal
Outaouais
Richelieu-Yamaska
Rive-Sud
Saguenay-Lac-Saint-Jean
Sud-Ouest

LES SPORTS

Badminton
Basketball en fauteuil roulant
Boxe Olympique
Curling
Escrime
Gymnastique
Haltérophilie
Hockey
Judo
Karaté
Patinage artistique
Patinage de vitesse
Plongeon
Ringuette
Ski de fond
Tennis de table
Trampoline

LA 58E FINALE

Rafale
Sherbrooke 2024

ACTIVITÉS ÉPHÉMÈRES BLOC 2

	6 MARS	7 MARS	8 MARS	9 MARS
ESPACE TECHNO PRINTEMPS NUMÉRIQUE	16 h → 20 h 30 Jeu vidéo immersif et coopératif dans le dôme	16 h → 21 h Jeu vidéo immersif et coopératif dans le dôme	14 h → 21 h Jeu vidéo immersif et coopératif dans le dôme	9 h → 13 h Jeu vidéo immersif et coopératif dans le dôme
ESPACE TERRASSE	9 h 30 → 11 h 30 Vélo-smoothie 15 h → 19 h Tatouages temporaires air-brush 16 h → 17 h 19 h → 20 h Défis 1 minute pour gagner 19 h → 20 h 30 André Rancourt magicien	13 h → 16 h Toutous poilus zoothérapie 16 h → 17 h Défis 1 minute pour gagner 19 h → 20 h Soirée quiz	11 h → 19 h Repti-zone 15 h → 19 h Tatouages temporaires air-brush	9 h 30 → 12 h 30 Vélo-smoothie
ESPACE POLYVALENT	15 h → 20 h Lasertag	15 h → 20 h É-nerf-toi pas !	9 h 30 → 12 h 30 Initiation au pickleball	9 h 30 → 12 h 30 Percussions africaines
ESPACE DIVERTISSEMENT	13 h → 20 h Mur d'escalade 13 h → 15 h 17 h → 19 h Compétition de rameurs	13 h → 20 h Mur d'escalade 17 h → 19 h Compétition de rameurs	13 h → 15 h Compétition de rameurs 13 h → 19 h Jeux d'évasion 13 h → 20 h Mur d'escalade 19 h → 21 h Soirée DJ	9 h 30 → 12 h 30 Mur d'escalade 9 h 30 → 12 h 30 Jeux d'évasion

ACTIVITÉS PERMANENTES

- PROJECTIONS D'ART NUMÉRIQUE DANS LE DÔME
- RENCONTREZ ZORA, LE PETIT ROBOT HUMANOÏDE
- JEUX VIDÉO
- CASQUES DE RÉALITÉ VIRTUELLE
- SURF MÉCANIQUE
- TABLES DE BABYFOOT ET DE PING-PONG
- DIFFUSION DES COMPÉTITIONS SUR ÉCRAN GÉANT
- JEUX DE SOCIÉTÉ

CODE DE VIE DU VILLAGE DES ATHLÈTES

VESTIAIRE : Un vestiaire est mis à votre disposition afin que vous déposiez vos habits d'hiver ainsi que vos souliers d'extérieur. Le COFJQ – Sherbrooke 2024 n'est pas responsable de la perte, du vol ou des dommages causés à tout bien matériel appartenant aux participants.

COMPRÉHENSION DES CONSIGNES : Assurez-vous de bien lire et comprendre tous les règlements d'une activité avant d'y participer.

ALIMENTATION : La consommation de nourriture et de breuvages autres que l'eau est autorisée seulement dans la zone prévue à cet effet. Toutes les matières résiduelles doivent être triées dans les bacs appropriés.

POLITESSE : Le respect et la courtoisie sont de mise envers les bénévoles. Soyez souriants et remerciez-les !

PRODUITS INTOXICANTS : La consommation de tabac, de produits de vapotage, de drogues, d'alcool et de boissons énergisantes est interdite. Toute personne accréditée qui dérogera à cette règle sera expulsée du Village des athlètes.

CIVILITÉ : Adoptez un comportement adéquat en public. Pour toute action jugée déplacée ou dérangeante, les bénévoles peuvent interrompre l'activité. La violence sous toutes ses formes n'est pas tolérée. Tout athlète ne respectant pas le code de vie du Village des athlètes sera automatiquement expulsé. Avisez un adulte si vous êtes témoin d'un comportement inadéquat.

BRIS VOLONTAIRE ET VOL : Dans le cas de délits tels que le bris volontaire ou le vol, les bénévoles du Village des athlètes saisiront la carte d'accréditation de l'athlète en cause et la remettront aux responsables de la sécurité.

MATÉRIEL : Du matériel est mis à votre disposition à deux tables de prêts en échange de votre carte d'accréditation. Utilisez ce matériel de façon adéquate. Veuillez aviser un responsable si un objet se brise en cours d'utilisation.

RESPECT DE LA VIE PRIVÉE : Les publications sur les réseaux sociaux doivent être personnelles et autorisées par les personnes qui figurent sur les photos et vidéos.

N'OUBLIEZ PAS D'AVOIR DU PLAISIR !

GEL-NIMBUS® 26
Du chaos au calme et
changez-vous les idées avec ASICS.
Ajoutez du confort
à chacun de vos pas
asics
sound mind, sound body™