



RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ
de la
FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE PICKLEBALL

Révisé en décembre 2017

Table des matières

AVIS AUX MEMBRES	4
OBJET ET DOMAINE D'APPLICATION	5
INTERPRÉTATION.....	6
CHAPITRE 1 - Les normes concernant les installations et les équipements	7
1.1 INSTALLATION	7
1.2 ÉQUIPEMENTS.....	8
1.3 SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ	8
CHAPITRE 2 - Les normes concernant l'entraînement et la participation à un événement, à une compétition ou à un spectacle à caractère sportif.	10
CHAPITRE 3 - Les normes concernant la formation et les responsabilités des entraîneurs	12
CHAPITRE 4 - Les normes concernant la formation et les responsabilités des arbitres.....	14
4.1 AFFILIATION DES ARBITRES.....	14
4.2 FORMATION DES ARBITRES	14
4.3 ÂGE MINIMUM.....	14
4.4 FONCTION DE L'ARBITRE EN CHEF.....	14
4.5 FONCTION DE L'ARBITRE	14
4.6 ARRÊT DE JEU	14
CHAPITRE 5 - Les normes concernant l'organisation et le déroulement d'un événement ou d'une compétition	16
5.1 LE RESPONSABILITÉS DE L'ORGANISATEUR	16
CHAPITRE 6 – Registre des accidents et des incidents (RAI)	18
CHAPITRE 7 - Les sanctions en cas de non-respect du règlement.....	19

ANNEXE 1 Recommandations	20
ANNEXE 2 Contenu de la trousse de premiers soins	21
ANNEXE 3 La charte de l'esprit sportif.....	22
ANNEXE 4 Directives concernant les personnes qui ont subi une commotion cérébrale :	23

AVIS AUX MEMBRES

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

Décision

29. Une fédération d'organismes sportifs ou un organisme sportif non affilié à une fédération doit, après avoir rendu une décision conformément à son règlement de sécurité, en transmettre copie, par poste recommandée, à la personne visée dans un délai de 10 jours à compter de la date de cette décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les 30 jours de sa réception.

1979, c. 86, a. 29; 1988, c. 26, a. 12; 1997, c. 43, a. 675; 1997, c. 79, a. 13; N.I. 2016-01-01 (NCPC).

Ordonnance

29.1 Le ministre peut ordonner à un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération de respecter le règlement de sécurité de cette fédération ou de cet organisme lorsque cette fédération ou cet organisme omet de le faire respecter.

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

Infraction et peine

60. Une personne qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre, de la Régie ou d'une personne à qui l'un ou l'autre a donné mandat commet une infraction et est passible d'une amende de 200 \$ à 10 000 \$.

Un membre d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre rendue en vertu de l'article 29.1 commet une infraction et est passible d'une amende de 100 \$ à 5 000 \$.

1979, c. 86, a. 60; 1988, c. 26, a. 23; 1990, c. 4, a. 810; 1992, c. 61, a. 555; 1997, c. 79, a. 38.

Infraction et peine

61. En plus de toute autre sanction qui peut être prévue dans ses statuts ou règlements d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération dont le ministre a approuvé le règlement de sécurité, une personne qui ne respecte pas une décision rendue par cette fédération ou cet organisme, en application de ce règlement, commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 50 \$ à 500 \$.

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

OBJET ET DOMAINE D'APPLICATION

Le présent règlement de sécurité s'applique exclusivement dans le cadre d'une séance d'entraînement ou d'une compétition sanctionnée par la Fédération de québécoise de pickleball (FQP). Les personnes assujetties à ce règlement sont des membres de la FQP.

La FQP peut en tout temps inspecter les installations et les équipements pour en vérifier la conformité et la sécurité.

Les décisions et les sanctions rendues par un officiel en application des règles de jeu, qui ne concourent pas à assurer la sécurité et l'intégrité des personnes et qui ne relèvent pas du champ d'application du présent règlement de sécurité, sont exécutoires immédiatement et ne peuvent faire l'objet d'une révision par le ministre.

En tout temps, le présent règlement prime sur les règles de jeu et les règlements de la FQP ou de ses organisations affiliées.

INTERPRÉTATION

Aire de jeux :	Surface incluant le terrain et l'aire de dégagement;
Arbitre en chef :	Arbitre avec la plus haute autorité lors d'une compétition;
Arbitre :	Personne qui assure le bon déroulement du match, veille à l'application des règles de jeux;
FQP :	Fédération québécoise de pickleball;
Juges de lignes :	Personne qui aide l'arbitre en annonçant si la balle est à l'intérieur ou l'extérieur du terrain;
Organisateur :	Personne, organisation ou club qui assume l'organisation d'un événement ou d'une compétition;
PCO :	Pickleball Canada Organisation;
PNCE :	Programme national de certification des entraîneurs;
RAI :	Registre des accidents et des incidents;

CHAPITRE 1 - Les normes concernant les installations et les équipements

Normes concernant les installations et les équipements et les éléments de sécurité requis au cours d'un entraînement, d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif.

1.1 INSTALLATION

1. Surface

Le terrain intérieur ou extérieur doit être revêtu d'une surface plane, dure et unie. De plus, il doit être exempt de tout objet ou matière pouvant nuire au déplacement.

2. Superficie du terrain de jeux¹

Il est de forme rectangulaire et mesure 6,10 m (20') et 13,41 m (44') de long, que ce soit pour les parties en simple ou en double.

3. L'aire de jeux

La superficie du terrain incluant les aires de dégagement doit être au minimum de 7,32 m (24 pieds) sur 14,02 m (46 pieds) avec un espace arrière de 0,91 m (3 pieds) et un espace de 1,22 m (4 pieds) entre les terrains.

Cependant, l'espace optimal recommandé du terrain et des aires de dégagement est de 9,14 m (30 pieds) sur 18,24 m (60 pieds) avec un espace arrière de 2,44 m (8 pieds) et un espace de 3,05 m (10 pieds) entre les terrains.

Le terrain doit être libre de tout obstacle derrière les lignes de fond et de chaque côté.

4. Filet

Le filet utilisé doit avoir les caractéristiques suivantes :

4.1. Le filet peut être fait de n'importe quel fil entremailé.

4.2. La longueur doit être d'au moins 6,70m (22'). La hauteur du filet doit être d'au moins 0,8 m (2' 6").

4.3. Les mailles doivent être assez rapprochées pour empêcher les balles de passer.

4.4. Le filet est suspendu au-dessus du milieu du terrain à une hauteur de 0,914 m (36 "), au-dessus des lignes de côté et de 0,86 m (34 ") et au centre du terrain.

4.5. Une sangle peut être placée au centre du filet afin d'aider à ajuster le filet à la hauteur règlementaire.

¹ Un schéma du terrain incluant les dimensions officielles du terrain, les lignes ainsi que les zones de jeux est présenté à la page 6 du Règlement officiel de la Fédération québécoise de pickleball.

4.6. Le câble du haut du filet doit être recouvert d'une bordure blanche mesurant 5,1 cm (2 ") d'une extrémité à l'autre.

5. Poteaux

Les poteaux doivent être situés à l'extérieur des lignes de côté. La distance recommandée est 30,48 cm (12 ") de ces lignes. Ils doivent mesurer 0,914 m (36 ") de haut.

6. Entourage des aires de jeux

Pour éviter l'intrusion inopportune de balles provenant d'autres terrains de jeux, les aires de jeux peuvent être séparées par des entourages faits de matières souples et non fixées au sol.

7. Accès

Tous les accès à l'aire de jeu et aux sorties d'urgence doivent être déverrouillés et libres de tout obstacle empêchant un accès rapide aux différentes sorties.

1.2 ÉQUIPEMENTS

8. Balles

Les balles utilisées doivent :

8.1 être fabriquées d'un plastique durable à surface lisse.

8.2 avoir un diamètre de 7,3 cm à 7,62 cm (2 7/8 " à 3 ").

8.3 peser de 21 à 29 grammes (0,8 à 1,02 once).

L'espacement des trous et l'apparence générale doivent permettre un vol sans ambages de la balle. Les balles qui volent de façon erratique ne peuvent être utilisées.

9. Raquette

La somme de la longueur et de la largeur de la raquette incluant tout ajout comme des protections de rebord, un bouchon d'embout ou autres ne doit pas dépasser 60,3 cm (23 3/4 ") en longueur. La raquette ne doit pas présenter aucune défectuosité apparente.

10. Chaussures

Un participant doit porter des espadrilles.

1.3 SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ

11. Téléphone

Un téléphone doit être disponible près de l'aire de jeu afin de rejoindre les numéros d'urgence : policiers, ambulanciers, pompiers.

12. Trousse de premiers soins

Une trousse de premiers soins, conforme au contenu de l'annexe 3, doit être disponible à proximité de l'aire de jeu.

CHAPITRE 2 - Les normes concernant l'entraînement et la participation à un événement, à une compétition ou à un spectacle à caractère sportif.

13. Affiliation

Un participant doit être affilié à la FQP pour participer à une compétition sanctionnée de niveau provincial (championnats provinciaux et compétitions de réseaux).

14. Assurance

Un participant doit être membre de la FQP pour bénéficier de la couverture d'assurance de la FQP. Ces assurances comprennent une assurance responsabilité civile générale et une assurance décès ou mutilation par accident.

15. Participant invité

Un participant non membre doit se conformer au présent règlement.

16. Responsabilités du participant

Le participant :

- 16.1. doit cesser de s'entraîner ou de prendre part à une compétition s'il considère que son état de santé empêche la pratique normale du pickleball ou risque d'avoir des conséquences néfastes sur son intégrité corporelle. Il doit également en informer son entraîneur;
- 16.2. déclarer tout symptôme pouvant être lié à une commotion cérébrale, signaler un incident dont il est témoin et, le cas échéant, respecter les avis médicaux ainsi que la procédure de reprise graduelle des activités. Par ailleurs, il lui incombe d'informer les différents milieux de son état de santé et des restrictions qui s'y rattachent.
- 16.3. ne pas consommer ou être sous l'effet de drogue, de substance dopante ou de boisson alcoolisée pendant une séance d'entraînement ou un match;
- 16.4. respecter les règles et la Charte de l'esprit sportif (annexe 4).
- 16.5. tenir compte de la présence d'autres participants sur le terrain avant d'exécuter un exercice;
- 16.6. s'abstenir de pénétrer sur un autre terrain lorsqu'un échange est en cours;

17. Supervision

Une séance d'entraînement doit être supervisée par un entraîneur certifié par la FQP.

18. Ratio

À l'occasion d'un entraînement, le nombre maximal de participants par terrain est de 8. De plus, il ne doit pas y avoir plus de 2 balles en jeu simultanément sur le même terrain.

19. Catégorie

Au cours d'une compétition sanctionnée par la FQP les catégories sont les suivantes :

19.1. par niveau 2.5 à 5

19.2. par âge

20. État du terrain

Au cours de parties non arbitrées, les participants doivent s'assurer du bon état du terrain, y apporter les correctifs, si nécessaire, ou demander de l'aide à l'organisateur, si les correctifs sont majeurs.

CHAPITRE 3 - Les normes concernant la formation et les responsabilités des entraîneurs

21. Affiliation

Pour être entraîneur, une personne doit :

- 21.1. être affiliée à la FQP;
- 21.2. détenir un niveau du Programme de certification des entraîneurs de la FQP

22. Âge minimum

Un entraîneur doit être âgé de 18 ans ou plus;

La FQP étudie toute demande d'un postulant âgé de 16 ou 17 ans en considération de son expérience à la suite de la recommandation d'un entraîneur certifié.

23. Niveaux

Les niveaux de certification des entraîneurs dispensés par la FQP ou dispensés en collaboration avec PCO sont:

1. niveau I, entraîneur initiation;
2. niveau II, entraîneur régional;
3. niveau III, entraîneur provincial;
4. niveau IV, entraîneur national.

24. Responsabilités

Au cours d'un entraînement, l'entraîneur doit :

- 24.1. faire connaître les règles de jeu et les techniques;
- 24.2. développer chez les participants une attitude de respect envers les autres participants, les officiels, les intervenants ainsi que l'équipement;
- 24.3. faire un programme d'entraînement progressif qui correspond au niveau des participants;
- 24.4. faire exécuter les techniques et les superviser;
- 24.5. voir à ce que le déroulement de l'entraînement se fasse conformément aux normes énoncées au chapitre II;
- 24.6. s'assurer que les lieux, les installations et équipements utilisés respectent les chapitres 1 et 2 du présent règlement;

- 24.7. retirer immédiatement du jeu ou de l'entraînement un joueur soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale : voir annexe 5;
- 24.8. en cas de blessure, s'assurer qu'un participant puisse recevoir des soins;
- 24.9. s'assurer que le déroulement de la routine a été parfaitement compris par tous les participants, afin d'éviter des blessures;
- 24.10. conseiller les participants dans le choix de leur équipement;
- 24.11. prendre les moyens raisonnables afin qu'un participant ne soit pas sous l'influence de boisson alcoolisée, de drogue ou de substance dopante au cours d'un entraînement ou d'une compétition.
- 24.12. Ne pas être sous l'influence de boisson alcoolisée, de drogue ou de substance dopante au cours d'un entraînement ou d'une compétition

CHAPITRE 4 - Les normes concernant la formation et les responsabilités des arbitres

4.1 AFFILIATION DES ARBITRES

25. Les arbitres doivent être membre de la FQP.

4.2 FORMATION DES ARBITRES

26. Les arbitres doivent être certifiés par la FQP.

4.3 ÂGE MINIMUM

27. L'arbitre doit être âgé de 18 ans ou plus. Cependant la FQP peut étudier toute demande d'un postulant âgé de 16 ou 17 ans en considération de son expérience à la suite de la recommandation d'un arbitre certifié.

4.4 FONCTION DE L'ARBITRE EN CHEF

28. Au cours d'une compétition, l'arbitre en chef doit :

- 28.1. être nommé par la FQP ou sa nomination doit être approuvée par celle-ci dans le cas d'une compétition sanctionnée par elle;
- 28.2. s'assurer du respect des dispositions du présent règlement;
- 28.3. superviser le travail des arbitres et des juges de lignes;
- 28.4. collaborer avec l'organisateur à la rédaction d'un rapport sur les cas d'infraction au présent règlement.

4.5 FONCTION DE L'ARBITRE

29. En plus de voir à l'application des règles de jeu, l'arbitre doit :

- 29.1. en collaboration avec l'arbitre en chef, vérifier l'état du terrain et la conformité de l'aire de jeu avant chaque partie;
- 29.2. Collaborer avec l'arbitre en chef à la rédaction d'un rapport sur les cas d'infraction au présent règlement.

4.6 ARRÊT DE JEU

30. L'arbitre arrête le jeu pour un laps de temps qu'il juge nécessaire lorsque des circonstances l'exigent :

- 30.1. en cas d'accident ou de blessure à un participant;

- 30.2. si la conduite des participants ou des spectateurs, ou d'autres circonstances incontrôlables nuisent au déroulement du jeu;
- 30.3. en raison de l'obscurité, de l'état du terrain ou des conditions météorologiques;
- 30.4. en cas de détérioration de l'équipement d'un participant;
- 30.5. en cas de présence d'objets sur le terrain.

CHAPITRE 5 - Les normes concernant l'organisation et le déroulement d'un événement ou d'une compétition

5.1 LES RESPONSABILITÉS DE L'ORGANISATEUR

31. Dans sa tâche, l'organisateur doit :

- 31.1. S'assurer qu'une personne accréditée par un organisme de premiers soins reconnus ayant suivi avec succès une formation en premiers soins soit présente durant tout l'événement.
- 31.2. être couvert, ainsi que l'événement par une police d'assurance pour la responsabilité qu'il peut encourir en raison de faute commise dans l'exercice de ses fonctions ou à l'occasion de l'exercice de ses fonctions pendant la durée du tournoi. Le montant de la garantie doit être d'au moins deux millions de dollars pour l'ensemble des sinistres survenus pendant la période de garantie.
- 31.3. La garantie doit s'étendre aux actes accomplis par tout employé, rémunéré ou bénévole, et couvrir les dommages corporels subis par un participant ou un spectateur;
- 31.4. prendre les moyens raisonnables pour qu'aucune drogue, substance dopante ou boisson alcoolisée ne circule sur les terrains pendant l'événement ou la compétition;
- 31.5. s'assurer que les lieux, les installations et les équipements ainsi que les services et équipements de sécurité respectent les normes prévues aux chapitres 1 et 2;
- 31.6. assurer le maintien de l'ordre et la discipline chez les différents intervenants et spectateurs, et appeler les services d'urgence en cas de besoin;
- 31.7. au cours d'une compétition, l'organisateur doit assurer la sécurité du terrain, des arbitres et des participants (joueurs et entraîneurs). Il doit notamment s'assurer que le jeu soit arrêté lorsque les circonstances l'exigent :
- 31.8. en cas d'accident ou de blessure à un participant;
- 31.9. si la conduite des participants ou des spectateurs, ou d'autres circonstances incontrôlables nuisent au déroulement du jeu;
- 31.10. en raison de l'obscurité, de l'état du terrain ou des conditions météorologiques;
- 31.11. en cas de détérioration de l'équipement d'un participant;
- 31.12. en cas de présence d'objets sur le terrain.

31.13. remettre un rapport à la FQP sur toute infraction au présent règlement ou blessure survenue durant le tournoi dans les 3 jours ouvrables suivant la fin du tournoi. Ce rapport doit être contresigné par l'arbitre en chef;

CHAPITRE 6 – Registre des accidents et des incidents (RAI)

32. Registre des accidents et des incidents

Afin de bien cibler ses campagnes de prévention, la FQP met sur pied un registre des accidents et incidents.

Tout membre de la FQP qui est témoin d'un accident ou d'un incident survenu sur les aires de jeux et nécessitant des soins transmet à cette dernière une note spécifiant les éléments pertinents de l'accident ou de l'incident dont il a été témoin ou victime.

Sans limiter le contenu de cette note, devraient y figurer le nom des personnes, la nature de la blessure, les causes présumées de l'événement, les coordonnées pour rejoindre les personnes impliquées.

Le but de l'exercice n'est pas de rechercher un fautif, mais bien de cerner les causes ayant conduit à l'accident ou à l'incident afin d'éliminer le danger à la source.

Cette note doit être transmise au conseil d'administration de la FQP par écrit ou par courriel dans les 5 jours suivant l'incident ou l'accident.

Le conseil d'administration remet copie des notes au comité de sécurité afin qu'il procède à l'analyse

.

Le conseil d'administration doit annuellement fournir au ministre un rapport reprenant les éléments du Registre des accidents et des incidents.

CHAPITRE 7 - Les sanctions en cas de non-respect du règlement

33. Décision des arbitres

Les décisions rendues par un arbitre conformément aux Règlements du jeu et les sanctions qu'il impose le cas échéant sont exécutoires immédiatement et ne peuvent faire l'objet d'un appel devant le ministre.

34. Sanction à un participant ou entraîneur

Le présent règlement de la FQP doit être respecté. Celui qui contrevient au présent règlement peut être disqualifié ou suspendu pour une période déterminée par la FQP.

35. Sanction à un organisateur

La FQP peut refuser à un club ou à un organisateur qui contrevient au présent règlement le privilège de présenter une compétition sanctionnée par la FQP

36. Sanction à un arbitre

La FQP peut remplacer ou suspendre, pour une période qu'elle détermine, un arbitre qui contrevient au présent règlement.

37. Procédure

La FQP doit aviser le contrevenant de chaque infraction qui lui est reprochée et l'inviter à se faire entendre dans un délai raisonnable.

38. Décision et demande de révision

La FQP doit, après avoir rendu une décision conformément au présent règlement, en transmettre copie, par poste recommandée à la personne visée, dans un délai de 10 jours de la date de la décision, et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les 30 jours de sa réception conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports (RLRQ, c. S-3.1). La demande de révision ne suspend pas l'exécution de la décision à moins que le ministre n'en décide autrement.

ANNEXE 1 Recommandations

Lunette de protection

Il est fortement recommandé de porter des lunettes protectrices munies de lentilles de polycarbonate ou certifiées par l'ACNOR pour les sports de raquette.

Chaussures adaptées

Il est fortement recommandé que les participants portent des chaussures adaptées aux sports de raquettes.

Échauffement

Il est recommandé pour les participants de prendre part à une période d'échauffement et d'étirement avant de débiter un entraînement et une compétition.











ANNEXE 2 Contenu de la trousse de premiers soins

Le contenu de la trousse de premiers soins est le suivant :

1. Un manuel de premiers soins approuvé par un organisme reconnu en matière de premiers soins
2. Les instruments suivants :
 - 1 paire de ciseaux;
 - 1 pince à écharde;
 - 12 épingles de sûreté;
 - 1 sac à glace.
3. Les pansements suivants ou de dimensions semblables :
 - 25 pansements adhésifs stériles de 25 mm x 75 mm enveloppés séparément;
 - 25 compresses de gaze stérile de 101,6 mm x 101,6 mm enveloppés séparément;
 - rouleaux de bandages de gaze stériles de 50mm x 9 mm enveloppés séparément;
 - 6 bandages triangulaires;
 - pansements progressifs stériles de 101,6 x101.6 enveloppés séparément;
 - 1 rouleau de diachylon de 25mm x 9m;
 - 25 tampons antiseptiques enveloppés séparément;
 - pansements oculaires.
4. Autres produits :
 - 1 solution antiseptique;
 - 1 crème antibiotique.

ANNEXE 3 La charte de l'esprit sportif

LA CHARTE DE L'ESPRIT SPORTIF

 <p>1 Faire preuve d'esprit sportif, c'est d'abord et avant tout observer strictement tous les règlements; c'est ne jamais chercher à commettre délibérément une faute.</p>	 <p>2 Faire preuve d'esprit sportif, c'est respecter l'officiel. La présence d'officiels ou d'arbitres s'avère essentielle à la tenue de toute compétition. L'officiel a un rôle difficile et ingrat à jouer. Il mérite le respect de tous.</p>
<p>3 Faire preuve d'esprit sportif, c'est accepter toutes les décisions de l'arbitre sans jamais mettre en doute son intégrité.</p> 	<p>4 Faire preuve d'esprit sportif, c'est reconnaître dignement la supériorité de l'adversaire dans la défaite.</p> 
 <p>5 Faire preuve d'esprit sportif, c'est accepter la victoire avec modestie et sans ridiculiser l'adversaire.</p>	<p>6 Faire preuve d'esprit sportif, c'est savoir reconnaître les bons coups et les bonnes performances de l'adversaire.</p> 
<p>7 Faire preuve d'esprit sportif, c'est vouloir se mesurer à un opposant dans l'équité. C'est compter sur son seul talent et ses habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.</p> 	<p>8 Faire preuve d'esprit sportif, c'est refuser de gagner par des moyens illégaux et par la tricherie.</p> 
 <p>9 Faire preuve d'esprit sportif, pour l'officiel, c'est bien connaître tous les règlements et les appliquer avec impartialité.</p>	 <p>10 Faire preuve d'esprit sportif, c'est garder sa dignité en toutes circonstances; c'est démontrer que l'on a la maîtrise de soi. C'est refuser que la violence physique ou verbale prennent le dessus sur nous.</p>

Secrétariat
au loisir et au sport

Québec



Direction de la promotion de la sécurité
100, rue Laviolette, bureau 306
Trois-Rivières (Québec) G9A 5S9 CANADA
Téléphone : (819) 371-6033, 1 800 567-7902
Télécopieur : (819) 371-6992
Site Web : www.sls.gouv.qc.ca

(2002-05)

ANNEXE 4 Directives concernant les personnes qui ont subi une commotion cérébrale :

- Retirer immédiatement du jeu ou de l'entraînement toute personne que l'on croit avoir subi une commotion cérébrale;
- Interdire le retour au jeu ou à l'entraînement pour une période de 48h, même si les symptômes ont disparu;
- Ne pas laisser seule une personne que l'on croit avoir subi une commotion cérébrale;
- Informer un parent de tout incident laissant croire qu'une personne d'âge mineur pourrait avoir subi une commotion cérébrale.
- Rapporter l'événement à la FQP.