

**Assemblée générale spéciale et annuelle**  
**Samedi le 10 juin 2023**  
 Nombre de délégués(club) par région

Régions	Droits de vote / région	Membres 2022-2023	Membres 2021-2022
1) Abitibi-Témiscamingue	1 délégué	21	24
2) Bourrassa	1 délégué	21	15
3) Capitale Nationale	1 délégué	14	21
4) Centre du Québec	1 délégué	18	13
5) Chaudières-Appalaches	1 délégué	28	23
6) Côte Nord	0 délégué	0	0
7) Est du Québec	2 délégué	8	9
8) Estrie	1 délégués	41	38
9) Lac St-Louis	1 délégués	23	18
10) Lanaudière	4 délégué	27	18
11) Laurentides	2 délégués	40	37
12) Laval	0 délégué	0	0
13) Mauricie	1 délégué	2	5
14) Montréal	7 délégués	170	175
15) Outaouais	2 délégué	38	12
16) Richelieu-Yamaska	1 délégués	62	61
17) Rive-Sud	2 délégués	136	138
18) Saguenay Lac St-Jean	3 délégué	26	18
19) Sud-Ouest	2 délégués	38	41
<b>TOTAL</b>	<b>33 délégués</b>	<b>713</b>	<b>667</b>

1 club = 1 vote (délégué)

# AVIS DE CONVOCATION

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

2023



FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC  
 7665, Boul Lacordaire  
 Saint-Léonard, Qc H1S 2A7  
 Courriel : [ct@fedhaltero.qc.ca](mailto:ct@fedhaltero.qc.ca)  
 Site : <https://www.fedhaltero.qc.ca/>  
 Facebook : <https://www.facebook.com/halteroqc>

Montréal, le 11 mai 2023

**Assemblée générale spéciale  
Samedi, le 10 juin 2023 9h00**

DESTINATAIRES : Représentants des clubs

Mesdames, Messieurs,

Vous êtes par la présente convoqués à l'assemblée générale annuelle des membres de la Fédération d'haltérophilie du Québec ainsi qu'à une assemblée générale spéciale qui auront lieu :

Date : Samedi, le 10 juin 2023  
Heure : 09h00 Assemblée générale spéciale et 13h Assemblée Générale  
Lieu : salle Mont St-Bruno Salle 518  
Maison du loisir et du sport  
7665, Boul Lacordaire  
Saint-Léonard, Qc  
H1S 2A7

Nous comptons sur votre présence. Il sera aussi possible de participer à l'AGA par visioconférence (tant pour les délégués que pour les membres). Un remboursement de 0,23\$/km sera octroyé aux délégués sur présentation d'une demande à la FHQ. Les frais d'hébergement/repas sont à votre charge.

Jocelyn Normand, secrétaire

Mario Robitaille(ABT), Evgueni Romanov (BOU) Simon Louis-Seize(CAP), Martine Thibault(CDQ), André Rodrigue (CHA), Marie-Helen Chouinard et Jean-Philippe Courtois-Arsenault(EDQ), Gilles Poirier (EST), Julie Beaumont(LSL), Sylvain Bilodeau et Karine Desjardins, Yves Carignan et Justin Caron(LAN), Guy Marineau et Manon Poulin (LAU), Alexandre Busque (MAU), Lenny Dion, Temura Betham, Francis Luna-Grenier, John Margolie, Jesse Fondaco, Yannick Haineault et Jack Natovitch (MON), Danika Brazeau et Marie-Ève Beaudoin (OUT), Jocelyn Bilodeau et Sébastien Groulx (RIS), Dany Simoneau (RIY), Yves-Éric Pilote et Michaël Michaud et André Soucy (SLJ), Jeanie Harbour et Amélie Poirier (SUO), Jean-François Roy, Tania Whalen, Isabelle Gauthier, Mark Nehme, Jocelyn Normand.

- 1) S.V.P. confirmez votre participation (par visioconférence) par courrier électronique au bureau de la F.H.Q.. [ct@fedhaltero.qc.ca](mailto:ct@fedhaltero.qc.ca)
- 2) Faites-nous parvenir le nom des délégués de votre club (il est nécessaire de nous informer si ces délégués assisteront en présentiel ou par visioconférence) avant **16h00, le 1 juin 2023**.
- 3) Les délégués doivent être membres en règle de la F.H.Q. et être âgés de 18 ans et plus.

1. Ouverture de l'assemblée spéciale
2. Désignation d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée
3. Modifications aux règlements généraux de la FHQ. (Le document de travail vous sera acheminé 20 jours avant la tenue de l'AGAS)
4. Modification au Code d'éthique
5. Levée de l'assemblée spéciale.

**Assemblée générale annuelle  
Samedi, le 10 juin 2023 13h00**

### ORDRE DU JOUR

1. Mot de bienvenue et ouverture de l'assemblée.
2. Désignation d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée.
3. Vérification du quorum.
4. Lecture et adoption de l'ordre du jour.
5. Lecture et adoption du procès-verbal :  
AGA-18 juin 2022
6. Présentation des états financiers.
7. Présentation du rapport d'activités.
8. Rapport des mises en candidatures des administrateurs.
9. Nomination d'un (e) président, d'un (e) secrétaire et deux scrutateurs / scrutatrices d'élection.
10. Élection des administrateurs.
11. Période de questions.
12. Mot de la fin par le président.
13. Levée de l'assemblée.

## **Ajout d'un article au code d'éthique**

- Suite à différentes situations vécues par la FHQ où le dépôt d'une plainte en vertu du code d'éthique s'est avéré non-fondé mais aussi fait dans le but de nuire à des individus ou à un ensemble de personnes.
- Se basant aussi sur un article similaire qui existe au code d'éthique de la WCH.
- Après discussion la FHQ a adopté le 16 mai dernier une résolution à l'effet d'ajouter un article au code d'éthique afin de sanctionner une telle situation.
- Le processus décisionnel demeure le même que pour tout autre manquement, ainsi une fois le manquement retenu, une audition devant le comité éthique et image sera possible pour le membre contrevenant.

**Article 3.8** Un membre lésé peut porter plainte contre l'auteur (e) d'une plainte déposée à son égard qui est rejetée après enquête de la direction technique et/ou du comité éthique et image puisqu'elle est jugée frivole ou dilatoire, ou fait preuve d'un comportement vexatoire ou quérulent.

## MODIFICATIONS AUX RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

- Les présentes modifications sont nécessaires pour deux raisons provenant de la DSLAP:
- La première en est une de nomenclature, le titre de coordonnatrice technique ayant été modifié pour directrice technique (direction technique).
- La seconde dans le but de respecter les nouvelles règles de gouvernance émise par la DSLAP, toutes les fédérations doivent se plier à ses changements.
- La rédaction même des articles étaient « orientées » par la DSLAP.
- Les articles ajoutés ont été placés afin de respecter la logique des chapitre et/ou des rubriques.

### Ajout

20.1 La direction technique est évaluée au mois d'août de chaque année, par un comité de 3 membres du conseil d'administration. Ce comité rédige par la suite un rapport écrit qui est transmis au conseil d'administration pour approbation. Il est ensuite transmis à la direction technique.

### Modifications

ART. 23 Mécanismes consultatifs

LES COMITÉS PERMANENTS

*Le titre de l'article est modifié*

23.1 LE COMITÉ DES FINANCES ajout

23.1 Le comité des finances est composé de trois (3) membres dont un poste est réservé à la trésorerie du conseil d'administration.

23.2 Le comité des finances fait ses recommandations au conseil d'administration dans le but d'assurer une saine gestion des revenus et des dépenses de la FHQ.

23.3 Le comité des finances surveille étroitement les placements financiers de la FHQ, et fait des recommandations au conseil d'Administration afin d'assurer la sécurité et la rentabilité du budget de la FHQ.

23.4 Le comité des finances se réunit trimestriellement et fait un rapport écrit au conseil d'administration sur l'état du budget et des placements de la FHQ.

COMMISSION DES REPRÉSENTANTS RÉGIONAUX devient ART 24

24.1 RETIRER PARTIELLEMENT La commission des représentants régionaux est formée du représentant de chacun des clubs de la corporation (voir exception 6.1.5).

*Auparavant la notion de représentants régionaux selon l'ancienne définition étaient indiqués*

Vérifier numérotation à partir de ce point

22.2.3 modifier pour « la direction technique »

22.1.4 La durée des mandats est d'un (1) an et prend fin à l'ouverture de l'assemblée générale annuelle. Durant leurs mandats, le président ou le vice-président peuvent être démis de leurs fonctions sur une demande de vote par les 2/3 des membres de la commission.

REVOIR la numérotation à partir de 23.1.2

ART. 25 LA COMMISSION TECHNIQUE changement d'endroit et renumérotation par la suite

art 26 LES COMITÉS OPÉRATIONNELS et refaire numérotation à partir de ce point

Art 26.1 LE COMITÉ DES OFFICIELS

26.1.4 Les cinq (5) membres du comité des officiels ont droit de vote. En cas d'égalité des voix, le vote du président a prépondérance. Le quorum est fixé à trois (3) membres présents.

AJOUT

27 LE COMITÉ MASTERS

27.1 Le comité Masters a pour but de donner une voix aux athlètes de 30 ans et plus.

27.2 Le comité est composé d'au moins trois (3) membres dans la catégorie masters.

27.3 Le comité agit à titre consultatif et transmet ses suggestions au conseil d'Administration.

27.4 Le comité doit se réunir au moins quatre (4) fois par année.

## RAPPORT DU PRÉSIDENT

Chers membres),

Je vous remercie d'être présent ou par visio-conférence à cette assemblée générale annuelle. La période 2022-2023 fut une période de progression et d'amélioration pour notre Fédération.

Dès le début de la saison, le site web a été mis en service. Il est vrai que le site web a amené son lot de défis et en présente encore, les prochaines semaines devront être consacrées à parfaire le site web et régler les problèmes d'accessibilité. Cependant, cela permet à la FHQ de rayonner plus largement et offre une plus grande variété de services à tous nos membres. Je tiens à remercier Mark Nehme dans ce dossier, qui a servi de liaison entre les services informatiques et la FHQ. Nous avons aussi procédé à l'embauche d'une gestionnaire des communications, en la personne de Mme Roxane Bilodeau. Cette embauche a non seulement permis de placer plus de contenu sur les réseaux sociaux mais aussi de permettre la diffusion en direct des compétitions mais aussi de les présenter sur des sites web connus comme celui de RDS (Réseau des sports). La FHQ tient à remercier le travail de Mme Bilodeau qui a aussi contribué à la rédaction de nombreux documents de la FHQ. Cette visibilité de la FHQ doit aussi se traduire par un impact visuel pour les membres mais aussi le public. Ainsi, la FHQ a modernisé ses équipements par l'achat de podiums, bannières et aussi divers objets promotionnels.

La FHQ a aussi participé au programme Synergie, qui avait pour but de compiler des données techniques des athlètes avec des outils électroniques précis afin de connaître l'impact de l'entraînement en puissance sur l'entraînement des athlètes. LA FHQ les différents clubs et entraîneurs qui ont participé à ce projet qui a permis à une vingtaine d'athlètes de tous les niveaux, relève, espoirs et Masters de s'entraîner à l'INSQ.

Parlant des Masters, la FHQ et son comité Masters ont permis de mettre à jours les records de ses athlètes de façon plus efficace. La FHQ remercie d'ailleurs les membres de ce comité. Toujours du côté des comités, le comité des officiels a participé activement à la tenue des compétitions. La FHQ a pris la décision de centraliser l'entreposage des équipements électroniques et structurelles afin d'éviter des déplacements inutiles, et s'assurer d'une meilleure coordination des événements.

Du point de vue financier, la venue de Mme Isabelle Gauthier au CA a permis à la FHQ de respecter les normes financières de l'industrie. Nous la remercions grandement pour son travail dans le dossier de la comptabilité. Cette saine gestion a permis de remettre plus de fonds aux athlètes et aux entraîneurs autant sous forme de bourses que de remboursement pour divers événements. Dans la même veine, le PSDE (programme de soutien de l'excellence) a subi des modifications et permettra à plus de membres dans bénéficier de façon équitable.

Du point de vue administratif, le DSLAP exige toujours plus des fédérations. C'est ainsi que la FHQ a dû revoir ses règlements généraux à nouveau mais aussi rédiger de nombreuses politiques et règlements notamment celui sur la « sécurité de la pratique de l'haltérophilie ». Il reste encore plusieurs documents et politiques à rédiger pour ce faire la FHQ a décidé de faire appel à des ressources externes afin de l'appuyer.

La FHQ a aussi été choisi pour faire partie du projet de coordination des entraîneurs (CDE) qui a pour but de créer du contenu d'apprentissage pour les entraîneurs qui va au-delà de celui du *programme national de certification des entraîneurs PNCE*. Ce programme qui s'étale sur une période de trois ans consiste dans la première phase à former un coordonnateur, cette formation se veut de niveau universitaire de 2<sup>ème</sup> cycle. Dans la seconde et la troisième phase le but est de créer du contenu d'apprentissage spécifique à l'haltérophilie, et ultimement l'implanter la structure organisationnelle de la FHQ.

Aussi, dans le but de garder des liens étroits avec la WCH, la FHQ a un représentant sur deux comités de cette fédération; soient le comité technique des organisations provinciales (PSO's national committee) et le comité national des entraîneurs. D'ailleurs l'implication de la FHQ dans le premier comité a permis au Québec de faire valoir son opinion au reste du Canada. Quant au second, la FHQ a pu reprendre contrôle du système de gestion du *Casier* de façon beaucoup plus efficace.

Pour y arriver, il faut que les membres du CA s'impliquent à fond. Je tiens à remercier M. Samuel Guertin qui a été avec nous en début d'année mais a dû quitter à cause de ses études. M. Jocelyn Normand pour son travail avec le comité Masters et qui est toujours présent lors des réunions. Je remercie M. Mark Nehme pour son implication dans nos défis technologiques. Je remercie Mme Isabelle Gauthier pour son travail avec la comptabilité, sans son apport la FHQ serait un fouillis comptable! Merci aussi, à notre

toute dernière membre qui est arrivée vers la fin de l'année, Mme Rosalie Larouche qui a pris des bouchées doubles pour suivre le groupe!

Je ne pourrais passer sous silence l'apport sans limite de notre dernier membre du CA. Son rôle officiel, vice-présidente, son rôle réelle... les relations avec les membres. Autant considérée par ceux-ci et avec raisons, pour ses qualités d'athlète, de gestionnaire et fan finie d'haltérophilie. Elle lève toujours la main lorsque de l'aide est demandée. Onze ans à siéger sur le CA de la FHQ malgré ton départ, je suis convaincu que tu trouveras le moyen de t'impliquer encore. TANYA, MERCI ÉNORMEMENT !!!

Je remercie aussi le travail de notre directrice technique Rachel Paradis qui s'efforce de répondre aux demandes des membres et de gérer la FHQ au quotidien.

Naturellement notre Fédération ne pourrait vivre sans l'aide de plusieurs bénévoles que ce soient les officiels, les entraîneurs ou les parents, je les remercie du fond de mon cœur.

**Plusieurs défis nous attendent au cours de la prochaine année :**

- Augmenter le membership
- Augmenter les dons reçus
- Répondre aux demandes du DSLAP
- Liste de matériel information mise à jour
- Achat de nouveau matériel informatique
- Formations continues en ligne
- Restructuration des formations d'officiels
- Restructuration des formations d'entraîneurs
- Amélioration de certaines politiques

**Bonne assemblée générale à tous et toutes!**

## Rapport de la Directrice Technique - Fédération d'Haltérophilie du Québec

Je tiens à vous informer des tâches que j'ai accomplies en tant que Directrice Technique à la Fédération d'Haltérophilie du Québec. Au cours de mon mandat, j'ai eu l'occasion de travailler avec passion et dévouement pour promouvoir et développer ce sport passionnant dans notre belle province. Je souhaite partager avec vous certains des accomplissements dont je suis particulièrement fière :

### Compétitions et résultats :

Au cours de la période couverte par ce rapport, la Fédération d'Haltérophilie du Québec a organisé avec succès plusieurs compétitions aux niveaux provincial et national. Ces événements ont attiré un nombre record de participants et ont démontré l'engagement continu des athlètes et des clubs envers notre sport. Les résultats obtenus par nos haltérophiles québécois ont été remarquables, avec plusieurs médailles remportées lors des compétitions nationales et des performances individuelles impressionnantes.

### Liste Excellence-Élite-Relève :

Voici ce que mon CA avait à dire sur mon travail acharné sur ce dossier : *Le Conseil d'administration tient à remercier Rachel Paradis pour son dévouement. Elle a travaillé très fort afin que 10 haltérophiles puissent être identifiés « Excellence ». Cette identification permet à l'athlète de recevoir 10 000\$ en crédit d'impôt.*

*C'est une enveloppe budgétaire de 100 000\$ qui provient du gouvernement du Québec pour l'Excellence, 80 000 \$ pour l'Élite et 40 000\$ pour la Relève. Ce qui représente 220 000\$ d'investis pour supporter nos haltérophiles.*

*C'est la première fois de l'histoire que la [Fédération d'Haltérophilie du Québec](#) bénéficie d'autant de reconnaissance.*

J'ai investi beaucoup de temps dans ce dossier, car il me tenait à cœur et je suis fière du résultat

### Développement des athlètes :

J'ai travaillé en étroite collaboration avec les entraîneurs de deux clubs pour les aider à atteindre leurs objectifs de participer aux jeux du Québec. Ils ont réussi à avoir chacun une équipe et leurs jeunes continuent dans le sport et seront présents la saison prochaine. Je veux m'attaquer aux régions où nous n'avons pas de clubs cet été.

Défis et perspectives :

En outre, nous continuerons à travailler sur l'amélioration de nos infrastructures sportives et à rechercher des financements supplémentaires pour soutenir le développement de l'haltérophilie à tous les niveaux.

*En conclusion, je tiens à exprimer ma gratitude envers tous les membres de la Fédération, les officiels, les athlètes, les entraîneurs, les clubs pour leur contribution continue et leur dévouement envers l'haltérophilie. Ensemble, nous continuerons à promouvoir ce sport, à développer les talents et à atteindre de nouveaux sommets.*

Merci à Jean-François Roy pour son dévouement et son travail acharné dans les nombreux dossiers. Les membres ne savent pas à quel point tu as mis des heures pour la FHQ.

Merci à Tania Whalen d'avoir toujours été à mes côtés dans les bons comme les mauvais moments. Je savais que j'avais toujours une épaule sur qui m'appuyer quand j'étais sur le point de m'écrouler. Tu vas me manquer.

Merci à Isabelle Gauthier, ma partenaire de calcul et de chiffre, je suis chanceuse que tu sois là pour mettre de l'ordre dans toutes ces subventions, ensemble on y arrive.

Merci, Marc, Jocelyn et Rosalie qui sont toujours derrière moi pour me soutenir, je me sens toujours en confiance, avec vous.

Je ne peux passer sous silence Roxanne Bilodeau, merci pour ton travail de qualité, je ne me passerais plus de toi, ton travail avec les médias sociaux et nos nouveaux projets pour promouvoir notre sport.

Je reste à votre disposition pour toute information supplémentaire ou pour discuter des prochaines étapes. Merci de votre attention.

Cordialement,

*Rachel Paradis*

Directrice Technique

Fédération d'Haltérophilie du Québec

# Résumé de la saison 2022-2023 du Comité Consultatif des Officiels (CCO)

Fédération d'Haltérophilie du Québec – AGA 10 juin 2023

*Le masculin est utilisé seulement pour réduire la taille du texte.*

Pour cette saison 2022-2023, les officiels qui furent retenus pour siéger sur le comité sont :

- France Boucher (Fin mandat : été 2023)
- Gaétan Hinse (Fin mandat : été 2024)
- Robert Marineau (Fin mandat : été 2023)
- Sandra Montcalm (Fin mandat : été 2024)

Une rotation des membres de ce comité doit se faire pour s'assurer d'avoir en tout temps des officiels d'expérience sur le comité.

---

Le CCO tient toujours ses réunions en virtuel, les semaines précédant les compétitions organisées par la FHQ. Donc cette année il y a eu un total de huit réunions pour compétitions et deux réunions supplémentaires pour discussion générale dont la rétention des officiels.

Le CCO a participé activement à sept compétitions en cette saison 2022-2023. Six compétitions au Québec dont la Finale des Jeux du Québec à Rivière-du-Loup et une compétition en Ontario pour les Championnats Séniors Canadiens.

Pour connaître le mandat exact de chaque officiel lors de ces compétitions, **voir l'annexe A.**

**1. Championnat Sénior et Masters Québécois - Sherbrooke**

5 novembre 2022. *TOTAL de 19 officiels.*

**2. Tournoi des Jeunes Louis-Cyr (et Mini Louis-Cyr) + Champ. Jr du Qc - Lachute**

3 décembre 2022. *TOTAL de 20 officiels.*

**3. Finale des Jeux du Québec – Rivière-du-Loup**

4 au 7 mars 2023. *TOTAL de 11 officiels.*

**4. Qualification Canadienne Sr + Masters du Qc – La Prairie**

25 mars 2023. *TOTAL de 18 officiels.*

**5. Championnat Étudiant 1<sup>ère</sup> édition & Tournoi Collégial Univer. Provincial – Brossard**  
6 et 7 mai 2023. *TOTAL de 21 officiels.*

**6. Championnats Canadiens Séniors – Scarborough, Ontario**  
19, 20 et 21 mai 2023. *TOTAL de 6 officiels du Québec.*  
11 mises en candidatures furent déposées à la FHQ.  
Le budget permettait d'envoyer 6 officiels.

**7. Championnats Canadiens Juniors – La Prairie**  
3 et 4 juin 2023. *TOTAL de 21 officiels.*  
En plus des officiels du Québec, soulignons la participation de 7 officiels supplémentaires provenant de l'Alberta, Manitoba et Ontario.

---

#### **PARTICIPATION ACTIVE DES OFFICIELS**

Dans la saison 2022-2023, nous avons perdu un total de 10 officiels actifs :

Catégorie International 1 x 2 officiels

Catégorie International 3 x 1 officiel

Catégorie International 4 x 7 officiels

Nous avons sollicité les membres ayant une certification mais qui agissent peu ou pas à titre d'officiels. Exemple : Ils ne sont pas du tout officiels ou ils sont officiels seulement lors de compétitions régionales. Cela fut sans résultat concret.

La FHQ a un total de 125 membres ayant minimalement une certification provinciale d'officiel. Nous avons reçu **27 réponses positives** suite à l'envoi du formulaire de disponibilité envoyé en début d'année.

Liste des 125 membres, **voir l'annexe B**. Formulaire de disponibilité, **voir l'annexe C**.

Donc nous misons sur 3 points pour freiner cette perte d'officiels :

#### **La formation**

Cette année 18 personnes ont reçu la formation d'officiel de niveau provincial.

Nous devons nous assurer dans la saison à venir de les inviter et de bien les encadrer, pour faciliter leur intégration lors de compétition provinciale.

Et poursuivre la formation en ciblant les personnes que cela pourrait intéresser.

Et il y a eu quatre officiels qui ont réussi leur examen de niveau national.

Cela est important pour s'assurer une relève lors de compétition de niveau national.

### **L'entraide**

Pour la prochaine saison, nous allons inviter les clubs hôtes à fournir 2 officiels minimalement de niveau provincial (1 H et 1 F) pour aider lors des pesées. Cela permettra de libérer des officiels pour la compétition en cours.

### **La communication**

La bonne communication entre tous les paliers de l'organisation sera toujours une valeur sûre pour la rétention des officiels. Car il ne faut pas oublier que les officiels sont TOUS DES BÉNÉVOLES. Et la 1ere chose qui motive un bénévole à donner des journées entières la fin de semaine : Le plaisir et la reconnaissance de ce qu'il fait.

C'est pourquoi le CCO a débuté la reconnaissance de la réussite des examens de niveaux national ou international, en remettant un badge et en présentant le nouvel officiel à la foule lors de la réussite de son examen. Ces simples gestes sont appréciés des officiels.

---

### **NOUVEAUTÉ 2022-2023**

Dans le but de s'améliorer et de permettre aux athlètes et entraîneurs d'avoir une expérience semblable aux compétitions internationales; lors de compétitions provinciales, le poste de « Marqueur/ Préposé aux cartons » est maintenant séparé de celui de l'annonceur. Cela permet au marqueur d'être plus près des entraîneurs et de la salle d'échauffement. Facilitant ainsi son accès pour faire les changements de poids.

Cela demande de l'équipement informatique supplémentaire, mais cette nouvelle façon de faire est facilitante et appréciée des entraîneurs.

La FHQ a payé l'adhésion 'internationale' à l'IWF pour cinq officiels. Cela facilitera la participation à des compétitions internationales pour ces officiels. L'adhésion est valide pour un cycle Olympique.

---

### **CONCLUSION**

Nous désirons vraiment accroître le nombre d'officiels dans les prochaines années. Car le nombre restreint de ceux-ci, accentue la pression sur les officiels en fonction. Et si nous voulons

continuer à arbitrer dans le plaisir les longues journées de compétition, nous nous devons d'augmenter le nombre d'officiels actifs.

Pour aider à atteindre cet objectif, nous avons fait une courte liste de recommandations réalisables dès le début de la prochaine saison. **Voir l'annexe D.**

Merci.

**Comité Consultatif des officiels de la FHQ 2022-2023**

***France Boucher,***

***Gaétan Hinse,***

***Robert Marineau,***

***Sandra Montcalm.***



**FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC**  
7665, BOUL. LACORDAIRE, BUREAU 446, SAINT-LÉONARD,  
QC H1S 2A7  
Téléphone : (514) 252-3046 Cellulaire (514) 466-3046  
Courriel : [ct@fedhaltero.qc.ca](mailto:ct@fedhaltero.qc.ca) Site : [www.fedhaltero.qc.ca](http://www.fedhaltero.qc.ca)

--- ANNEXE A ---

**OFFICIELS (ELLES) EN DEVOIR LORS DES COMPÉTITIONS  
PROVINCIALES & NATIONALES SAISON 2021-2022**

Ce tableau présente les officiels ayant été en devoir lors des compétitions de niveau provincial et supérieur organisées au Québec. Les officiels sont indiqués au poste où ils/elles ont principalement occupé pour cette compétition. Pour des facilités de comptabilité du nombre d'officiels impliqués par compétition, nous avons évité de nommer plus d'une fois un officiel même s'il a occupé plusieurs fonctions pendant la compétition (assigné officiel pour 2 groupes de compétiteurs et a aussi été chronométreur et contrôleur technique pour un groupe par exemple). L'objectif est d'identifier les officiels en devoir par compétition et leur assignation principale.

1) CHAMPIONNAT SENIOR & MASTER DU QUÉBEC 5 novembre 2022, École Internationale du Phare, Sherbrooke		TOTAL
Officiels :	Marcella Leclerc, Mario Robitaille, Jean-François Roy, <b>Andris Varencaus</b> , Karine Brouillard, Éric Maillé, André Rodrigue	9
Jury :	Yvon Chouinard, François Ducharme, Gaétan Hinse, Jean-François Lamy, France Brouillard, Owen Duguay,	6
Annonceurs :	France Boucher, Robert Marineau, Sandra Montcalm, Donald St-Pierre	4
Secrétaires :	Marie-Claude Lécuyer, Nathalie Huard	2
<b>En Examen</b>	<b>Total :</b>	19

2) TOURNOI des JEUNES LOUIS-CYR (et Mini Louis-Cyr) & Championnat JR du Québec 3 décembre 2022, École Laurentian Regional High School. Lachute		TOTAL
Officiels :	Martin Bougie, David, Bréban, Yvon Chouinard, Carole Desjardins, Gaétan Hinse, Nathalie Huard, Jean-François Roy, Marcelle Leclerc, Richard Marineau, Jocelyn Vachon, Éric Maillé, Benoît Pelletier	12
Annonceurs :	France Boucher, Robert Marineau, Sandra Montcalm, Jean-François Lamy	4
Secrétaires :	Chantal Courtemanche, Marie-Claude Lécuyer,	2
	<b>Total :</b>	20

3) FINALE DES JEUX DU QUÉBEC 4 au 7 mars 2023, Collège Notre-Dame, 56 rue St-Henri, Rivière-du-Loup		TOTAL
Officiels :	David Bréban, Gaétan Hinse, Richard Marineau, Sandra Montcalm, Éric Maillé, Marcella Leclerc	6
Annonceurs :	Robert Marineau, Donald St-Pierre, France Boucher	3
Secrétaires :	Nathalie Huard, Marie-Claude Lécuyer	2
	<b>Total :</b>	11

4) QUALIFICATION CANADIENNE SENIOR & MASTER DU QUÉBEC 25 mars 2023, École secondaire La Magdeleine, La Prairie		TOTAL
Officiels :	Karine Brouillard, Martin Bougie, Benoît Pelletier, Jean-François Roy, Marcella Leclerc, Nathalie Huard, Marie-Claude Lécuyer	7
Jury :	Yvon Chouinard, Owen Duguay, Richard Marineau, Gaétan Hinse, France Brouillard, Philippe Saint-Cyr	6
Annonceurs :	France Boucher, Robert Marineau, Donald St-Pierre	3
Secrétaires :	Chantal Courtemanche, Rachel Paradis	2
<b>En Examen</b>	<b>Total :</b>	<b>18</b>

5) CHAMPIONNATS ÉTUDIANTS FHQ 2023 1ière ÉDITION & TOURNOI COLLÉGIAL /UNIVERSITAIRE PROVINCIAL 6 et 7 mai 2023, École Antoine Brossard, Brossard		TOTAL
Officiels :	Martin Bougie, David Bréban, Karine Brouillard, Yvon Chouinard, Gaétan Hinse, Éric Maillé, Philippe Saint-Cyr, Jocelyn Vachon, Dany Simoneau, Andris Varencus, Marcella Leclerc, Richard Marineau, François Ducharme, Rosalie Laurin-Larouche, Owen Duguay	15
Annonceurs :	France Boucher, Robert Marineau, Sandra Montcalm, Jean-François Lamy	4
Secrétaires :	Nathalie Huard, Marie-Claude Lécuyer	2
	<b>Total :</b>	<b>21</b>

6) CHAMPIONNATS CANADIENS SENIOR 19 au 21 mai 2023, 3701 Danforth Ave, Scarborough, Ont.		TOTAL
Officiels :	Sandra Montcalm, David Bréban, Éric Maillé, Marcella Leclerc	4
Jury :	François Ducharme	1
Annonceurs :	Karine Brouillard	1
	<b>Total :</b>	<b>6</b>

7) CHAMPIONNATS CANADIENS JUNIOR 3 et 4 juin 2023, École secondaire La Magdeleine, La Prairie		TOTAL
Officiels :	David Bréban, Martin Bougie, Gaétan Hinse, Éric Maillé, Sandra Montcalm, Marcella Leclerc, Mario Robitaille, Andris Varencus, Benoît Pelletier, Jean-François Roy, Tania Whalen	11
Jury :	Jean-François Lamy, François Ducharme, Philippe Saint-Cyr, Yvon Chouinard, Jean-François Lamy, Owen Duguay	6
Annonceurs :	France Boucher, Robert Marineau	2
Secrétaires :	Nathalie Huard, Marie-Claude Lécuyer	2
	<b>Total :</b>	<b>21</b>

<b>GRAND TOTAL DU NOMBRE D'OFFICIELS</b>	<b>116</b>
--	------------

## LISTE DES OFFICIELS AFFILIÉS 2022-2023

### --- ANNEXE B ---

INTERNATIONAL #1		
#	Nom	Prénom
1	Brouillard	France
2	Chouinard	Yvon
3	Duguay	Owen
4	Hinse	Gaétan
5	Lamy	Jean-François
6	Marineau	Richard
7	Marineau	Robert
8	Poulin	Manon
9	Rodrigue	André
10	Saint-Cyr	Philippe
11	St-Pierre	Donald

INTERNATIONAL #2		
#	Nom	Prénom
1	Boucher	France
2	Bougie	Martin
3	Guerrero	Abigail
4	Margolis	John
5	Robitaille	Mario

National #3		
#	Nom	Prénom
1	Berger	Alexandre
2	Bréban	David
3	Brouillard	Karine
4	Carignan	Yves
5	Décloître	Noël
6	Huard	Nathalie
7	Leclerc	Marcella
8	Lécuyer	Marie-Claude
9	Maillé	Eric
10	Montcalm	Sandra
11	Pelletier	Benoit
12	Roy	Jean-François
13	Varencaus	Andris

Provincial #4		
#	Nom	Prénom
1	Aumais	Laurianne
2	Barnes Crevier	Emma
3	Baron-morasse	Robin
4	Berniqué	Stéphane
5	Bilodeau	Alain
6	Bilodeau	Jocelyn
7	Bilodeau	Roxanne
8	Bilodeau	Sylvain
9	Blais	Mathieu
10	Boray	Anita
11	Bouffard	Pierpol
12	Bouillé	Phillip
13	Brochu	Isabelle
14	Brustello	Denys
15	Buzinhani	Mélissa
16	Caouette	Claude
17	Chiasson	Valérie
18	<i>Ciornii</i>	<i>Leonard</i>
19	Courtemanche	Chantal
20	Daoust	Dominic
21	Desgranges	Denis
22	Desjardins	Carole
23	Desmarais	Melanie
24	Dion	Lenny
25	Dubuc	Jocelyn
26	Ducharme	Francois
27	Dumais	Josée
28	Dumas	Rosalle
29	Durocher	Philippe
30	Eidlin	Barry
31	<i>Ferraris</i>	<i>Catherine</i>
32	Francis	Laurie
33	Francoeur	Providence
34	Francoeur-Grenier	Miguel
35	Freve-Guerin	Edouard
36	Friesen	Trevor
37	Gauthier	Isabelle
38	Girard	Béatrice
39	Giroux	Serge-Alexis
40	Gravel	Étienne
41	Grignon	Jasmine
42	Groulx	Sébastien
43	Guénette	Éric
44	Guertin	Samuel

45	Hamel	Charles-Antoine
46	Hamilton	Guy
47	Harbour	Jeanie
48	Lacroix	Patrick
49	Lafleur	Luka
50	Lalancette	Sabrina
51	Langelier	Rivian
52	Lanthier	Daniel
53	Lauer	Audrey
54	Laurin-Larouche	Rosalie
55	Lavoie	Florence
56	Lavoie	Pascal
57	Lepage	Maxime
58	Louis-Seize	Simon
59	Luna Grenier	Francis
60	Lussier-Côté	Maïa
61	Maranda	Jean-Philippe
62	Martin	Hugo
63	Medeiros Charbonneau	Michael
64	Ménard	Normand
65	Millette	Jean-Patrick
66	Morales	Emiliano
67	Morin	Yves
68	Morin-Plante	Alexandra
69	Nadeau	Samuel
70	Natovitch	Jack
71	Nehme	Mark
72	Paradis	Rachel
73	Pelletier	Lina
74	Pepin	Edith
75	Pepin	Marie-Josée
76	Perras	Xavier
77	Petit	David
78	Piétracupa	Michel
79	Pilote	Yves-Éric
80	Poirier	Gilles
81	Poirier	Stéphanie
82	Poirier	Mathieu
83	Provost	Marc-olivier
84	Romanov	Evgueni
85	Rondeau	Thomas
86	Rose	Jean-Frédéric
87	Tardif	Magalie
88	Thouin	Celia
89	Toulouse	Karolanne
90	Tremblay	Jean-Louis

91	Turcotte	Maryse
92	Vachon	Jocelyn
93	Vaillancourt	Simon
94	Vienneau Binette	François
95	Whalen	Tania
96	Yum	Lisa

		Hommes	Femmes	Total
International	#1	9	2	11
International	#2	4	1	5
National	#3	8	5	13
Provincial	#4	60	36	96
<b>Total</b>		<b>81</b>	<b>44</b>	<b>125</b>

**--- ANNEXE C ---**

**SOLLICITATION DES OFFICIELS EN VUE DE LEUR ÉVENTUELLE  
PARTICIPATION AUX COMPÉTITIONS  
SAISON 2022 - 2023**

Nom de l'officiel : \_\_\_\_\_ # d'affiliation : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_  
(corrigez s'il y a un changement s.v.p.)

Niveau actuel : \_\_\_\_\_ Depuis \_\_\_\_\_ Cellulaire : \_\_\_\_\_

Désirez-vous passer votre niveau supérieur d'officiel ?  Oui  Non  
Avez-vous des allergies ou intolérance alimentaire ?  Non  Oui spécifiez

Désirez-vous travailler seulement à ces postes lors des compétitions ?  
Secrétariat \_\_\_\_\_ À la salle des pesées \_\_\_\_\_ Préposé aux changements \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

**S.V.P. cochez  - Merci**

COMPÉTITIONS	DATES	LIEUX	Disponible	Non disponible
<b>2022</b>				
Championnat Senior & Maître du Québec	4 et 5 novembre	Sherbrooke		
Tournoi Des Jeunes Louis-Cyr & Championnat Junior du Québec	3 décembre	Lachute		
<b>2023</b>				
Finale des Jeux du Québec	3 en soirée – 7 mars	Rivière-du-Loup		
Qualification Canadienne Senior et Maître du Québec	25 mars	La Prairie		
Championnat Étudiant FHQ	6 et 7 mai	Brossard		
CCSR	19 au 21 mai	Scarborough, Ont.		
Invitation Maîtres FHQ	3 juin	Rouyn-Noranda		
CCJR	3 et 4 juin	La Prairie		
<b>(y) Grade National requis</b>			<b>(z) Grade International #1 - 2 requis</b>	

Je suis disponible pour être réserve au : \_\_\_\_\_  
(vous serez contacté moins de 2 semaines avant la compétition) (Écrire le nom de la ou les compétition(s))

**S.V.P., Retournez (électronique, scan ou photo) avant le 17 OCTOBRE 2022 à :**

**FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC**  
7665, BOUL. LACORDAIRE, BUREAU 446, SAINT-LÉONARD, QC H1S 2A7  
Téléphone : (514) 252-3046 Cellulaire (514) 466-3046  
Courriel : [ct@fedhaltero.qc.ca](mailto:ct@fedhaltero.qc.ca) Site : [www.fedhaltero.qc.ca](http://www.fedhaltero.qc.ca)

## --- Annexe D ---

# Recommandations du Comité Consultatif des Officiels (CCO)

Fédération d'Haltérophilie du Québec – AGA 2023

*Le masculin est utilisé seulement pour réduire la taille du texte.*

### **1- Composition du CCO**

Comité composé de 5 officiels.

- Mandat de **2 ans** pour chaque membre.
- Avec rotation des membres comme suit :
  - ⇒ 2 membres aux années paires
  - ⇒ 3 membres aux années impaires

Et ce, dans le but de :

- Toujours avoir un membre d'expérience au sein du CCO

### **2- Préparation d'horaire de compétition**

Il est fortement recommandé de recevoir la nomenclature des athlètes dûment inscrits à une compétition donnée, AU MOINS 2 semaines en amont de celle-ci.

Et ce, dans le but de :

- Permettre au CCO de faire et de réviser l'horaire (minimum de 5 jours).
- Permettre au CCO d'aviser les officiels qui seront en fonction dans un temps raisonnable, soit de 7 à 10 jours avant la compétition.
- Favoriser la rétention des officiels en leur permettant d'ajuster leur horaire familial à l'avance.

### **3- Établir une grille de calcul pour les déplacements**

Établir une distance (en kilomètre ou en temps) jugée raisonnable par la FHQ à partir de laquelle, l'officiel pourra faire une demande de remboursement pour hébergement lors de compétitions ou de déplacements remboursée par la FHQ.

Et ce, dans le but de :

- Éviter les questionnements au sujet des remboursements.
- Assurer une équité envers tout le monde.
- Favoriser la rétention des officiels.

#### **4- Hébergement en 'bloc'**

Dans la mesure du possible, que la FHQ réserve à l'avance un bloc de chambres selon les villes où il y aura des compétitions.

Et ce, dans le but de :

- S'assurer un bon prix de groupe.
- Faciliter l'évaluation budgétaire annuelle.

#### **5- Remboursement du kilométrage**

Revoir à la hausse le remboursement du kilométrage des officiels. Et également que la variation de prix pour plus d'une personne / véhicule soit augmentée de façon plus significative.

Et ce, dans le but de :

- Favoriser la rétention des officiels.
- Favoriser le co-voiturage.

#### **6- Munir les entraîneurs de porte-nom**

Lors d'une compétition, les entraîneurs pourraient avoir un porte-nom qui indiquerait le numéro de départ de leur athlète.

Et ce, dans le but de :

- Être plus rapide lors des changements de barre en compétition.
- Éviter les erreurs.

## Comité Master

### Résumé de la saison 2022-2023

Organiser une compétition provinciale master -senior B était l'objectif de cette année. Malheureusement nous n'avons pas réussi à le réaliser. Cependant, la fin de semaine du 7 octobre prochain nous pourrons enfin avoir notre championnat provincial.

Un point positif, grâce à la collaboration et les compétences de M. Jean-François Lamy, nos records provinciaux Masters sont affichés dans le système de la fédération lors des compétitions provinciale quand un athlète master s'en approche.

Nous sommes prêts à faire avancer le dossier des masters pour la prochaine saison, et par le fait même contribuer à la croissance de la fédération d'haltérophilie du Québec.

Jocelyn Normand, pour le comité Master.