

**SOUS
LA SURFACE
AU-DELÀ
DES ATTENTES**

Athlètes identifié-e-s en natation artistique

Brochure d'information
Saison 2021-2022



LES AVANTAGES POUR LES ATHLÈTES IDENTIFIÉ·E·S

Il n'y a pas que le crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau qui soit un avantage pour les athlètes identifié·e·s. Il y a d'autres avantages en matière de soutien financier, de services scientifiques et médicaux sportifs ainsi que du soutien pour les athlètes qui sont aux études.

SOUTIEN FINANCIER

Crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau

Seul·e·s les athlètes résidant·e·s au Québec et identifié·e·s par leur fédération sportive québécoise auprès du Ministère peuvent avoir droit, pour l'année fiscale visée, à un crédit d'impôt remboursable pour athlète de haut niveau.

Pour demander ce crédit d'impôt, les athlètes doivent reporter à la ligne 462 de leur déclaration de revenus provinciale, le montant qui figure à ce titre sur l'attestation délivrée par le Ministère.

De plus, ils doivent conserver l'attestation pour pouvoir la fournir, sur demande, à Revenu Québec.

Le secteur du Loisir et du Sport du Ministère délivre directement aux athlètes, au cours du mois de février, les attestations officielles du Ministère à joindre à leur déclaration de revenus. Il est donc très important que les athlètes informent leur fédération sportive québécoise de tout changement d'adresse.

Programmes de bourses coordonnées par SPORTSQUÉBEC

Le Ministère confie à **SPORTSQUÉBEC** le mandat de coordonner des programmes provinciaux de bourses aux athlètes. Ces programmes d'assistance financière sont destinés aux athlètes identifié·e·s des niveaux « excellence », « élite », « relève » ou « espoir ».

Les différents programmes de bourses offerts aux athlètes proviennent des fondations suivantes :

- Club de la médaille d'or
- Fondation de l'athlète d'excellence
- Fondation Nordiques
- Fondation Sport-Études

Fondation de l'athlète d'excellence (FAEQ)

Le Ministère soutient la FAEQ pour consolider le programme de bourses universitaires, offrir des bourses aux athlètes identifié·e·s des niveaux « excellence », « élite » ou « relève » et collaborer avec **SPORTSQUÉBEC** à la coordination des bourses.

SERVICES SCIENTIFIQUES ET MÉDICAUX SPORTIFS

Le Ministère confie à l'Institut du sport du Québec (INS Québec) le mandat d'assurer à tou·te·s les athlètes identifié·e·s de niveau « excellence » les services de soutien à la performance.

Programme d'accompagnement en services médico-sportifs et en sciences du sport pour athlètes identifié·e·s des niveaux « élite » et « relève ».

Le Ministère confie également à l'INS Québec le mandat d'offrir des services scientifiques et médico-sportifs aux athlètes identifié·e·s « élite » et « relève » par leur fédération québécoise. Les buts du programme sont d'aider à développer le talent grâce à un suivi continu de l'athlète et/ou de l'entraîneur·e et de contribuer à placer des athlètes québécois·es au sein des équipes canadiennes.

Liste des centres régionaux multisports

Ces centres régionaux d'entraînement multisports sont reconnus par l'INS Québec selon des critères de reconnaissance qui ont été convenus avec le Ministère.

Les athlètes identifié·e·s des niveaux « élite » et « relève » peuvent, dans le cas échéant, recevoir des services scientifiques et médico-sportifs du centre d'entraînement multisports de leur région.

- Conseil de développement de l'excellence sportive des Laurentides : cdesl.net
- Excellence sportive Outaouais : sportoutaouais.ca
- Excellence sportive de Sherbrooke : excellencesportive.com
- Excellence sportive Mauricie : excellencesportivemauricie.ca
- Excellence Sportive Québec-Lévis : esql.ca
- Excellence Sports Laval : sportslaval.qc.ca/excellence-sports-laval
- Excellence sportive de l'île de Montréal : esimontreal.ca
- Excellence sportive Montérégie : excellencesportivemonteregie.com

SOUTIEN POUR LES ATHLÈTES AUX ÉTUDES

Programmes Sport-études reconnus

Au secondaire, il existe plus de 400 programmes Sport-études reconnus par le Ministère. Ces programmes permettent aux athlètes identifié·e·s des niveaux « excellence », « élite », « relève » ou « espoir » d'intégrer l'entraînement sportif à leurs études. Certain·e·s athlètes faisant partie de ces programmes peuvent également avoir accès à l'aide financière à la pension et au déplacement.

Alliance Sport-Études

Les athlètes identifié·e·s des niveaux « excellence », « élite », « relève » ou « espoir » par chaque fédération sportive québécoise auprès du Ministère sont admissibles au programme de l'Alliance Sports-Études, qui offre des services adaptés d'encadrement pédagogique aux athlètes québécois·e·s de haut niveau qui poursuivent des études supérieures collégiales ou universitaires.

Programme d'assistance aux athlètes de Sport Canada

Le programme d'assistance aux athlètes de Sport Canada (PAA) a pour but de venir en aide financièrement aux athlètes de calibre international afin de combler leurs besoins en entraînement et en compétition. Il y a deux étapes lors du processus d'identification des athlètes ayant droit à l'aide financière :

- Recommandations des ONS à Sport Canada
- L'approbation par Sport Canada des recommandations de l'ONS

Une fois que l'ONS a fait ses recommandations pour l'attribution de brevets, Sport Canada se réserve le droit de refuser certaines recommandations s'il est jugé que la recommandation n'est pas conforme aux critères déjà établis. Il est donc essentiel pour l'ONS de respecter ces critères de façon stricte afin d'éviter d'essuyer un tel refus de la part de Sport Canada. Les athlètes affecté·e·s par une telle décision peuvent également loger un appel.

SOUTIEN POUR LES ATHLÈTES EXCELLENCE

Programme Équipe Québec

Le programme Équipe Québec offre aux athlètes québécois·e·s qui participent régulièrement à des compétitions sur la scène internationale un appui financier leur permettant de bénéficier d'une situation plus stable. Cet appui financier est seulement accessible pour les athlètes identifié·e·s de niveau « excellence ». L'admissibilité des athlètes aux bourses est déterminée tous les mois.

Les objectifs du programme Équipe Québec sont de :

- soutenir de façon appropriée les athlètes québécois·e·s dans leur projet d'excellence vers les plus hauts sommets de la performance sportive en leur accordant une bourse d'entraînement annuelle maximale de 6 000 \$;
- faciliter la transition de ces athlètes lorsqu'ils se retirent de la compétition active de haut niveau (pour une seule fois, un montant équivalant à 1 000 \$ par année pendant laquelle ils ont été boursiers du programme, jusqu'à un maximum de 4 000 \$);

SERVICES DE PERFORMANCE

En tant qu'athlète breveté·e, vous aurez accès à un budget annuel de **400\$ ou 10h** avec l'INS Québec en Services de Performances.

Nutrition

Optimisez vos gains et votre énergie disponible avec un spécialiste de la nutrition sportive. Véritable expert du contrôle de la composition corporelle et de l'optimisation énergétique personnalisée, le nutritionniste du sport est un atout de taille incontestable pour vos performances athlétiques.

Préparation physique

Maximisez le développement et le maintien des déterminants physiques de votre performance, prévenez les blessures et optimisez votre récupération grâce à une équipe de préparateurs physiques qui vous accompagneront et vous guideront dans votre programme d'entraînement.

Préparation mentale

Apprenez à améliorer votre performance cognitive, votre récupération et votre capacité à gérer des situations délicates, tout en favorisant la satisfaction, l'autonomie, le plaisir et l'équilibre de vie. Des consultations en préparation mentale vous aideront à développer et maintenir les déterminants mentaux et cognitifs cruciaux pour une performance optimale.

Physiologie - Suivi et analyse de la performance

Profitez d'un système informatique développé par l'INS Québec en collaboration avec l'entreprise québécoise Hexfit©, qui permet de saisir données scientifiques, sportives et médicales et de prendre des décisions objectives favorisant les performances tout en diminuant les risques de blessure ou d'entraînement excessif.

**Les offres de services décrits plus haut sont détaillées selon le service donné par les intervenants à l'emploi de l'INS Québec. Les offres de services peuvent varier si la consultation est faite par un intervenant reconnu à l'externe.*

Physiologie - Récupération

Bénéficiez des bienfaits des bains froids (qui permettent, suivant certains protocoles, d'atténuer les courbatures) et des méthodes d'avant-garde favorisant la détente, le repos et, donc, la régénération entre les séances intensives d'entraînement.

Physiologie - Sommeil

Obtenez des conseils pour analyser et améliorer votre sommeil et élaborer des stratégies individuelles qui ont pour but de limiter les effets négatifs des vols prolongés pour se rendre sur les sites d'entraînement ou de compétition.

**Les offres de services décrits plus haut sont détaillées selon le service donné par les intervenants à l'emploi de l'INS Québec. Les offres de services peuvent varier si la consultation est faite par un intervenant reconnu à l'externe.*

ASSURANCE MÉDICO-SPORTIVE

L'INS Québec offre gratuitement la couverture BRONZE du Programme d'assurances pour les athlètes canadiens (PAAC) à tous les athlètes de niveau EXCELLENCE qui en font la demande. Cette assurance a la particularité de couvrir les **blessures sportives** et protège contre deux types de blessures; **accidentelles** et de **surmenage**.

Il est également possible d'augmenter la couverture de BRONZE à ARGENT ou OR en utilisant une partie du budget de 200\$ disponibles via l'INS Québec et en déboursant un montant de 50,70\$ pour la couverture ARGENT, ou 410,70\$ pour la couverture OR.

Voici le détail des prestations pour le surmenage sportif pour les catégories BRONZE, ARGENT et OR :

DÉTAIL DES PRESTATIONS POUR LE SURMENAGE SPORTIF DU PAAC

	Orthèses	Chiropraticien	Physiothérapie, thérapie en sport agréé, massothérapie
Bronze (offert gratuitement)	150\$	500\$	500\$
Argent (250.70\$)	300\$	750\$	1 000\$
Or (610.70\$)	500\$	1 000\$	1 500\$

N.B. : Remboursement limité à 50\$ par traitement.

Assurance médicale de voyage

Une assurance de voyage est également disponible sous le PAAC.

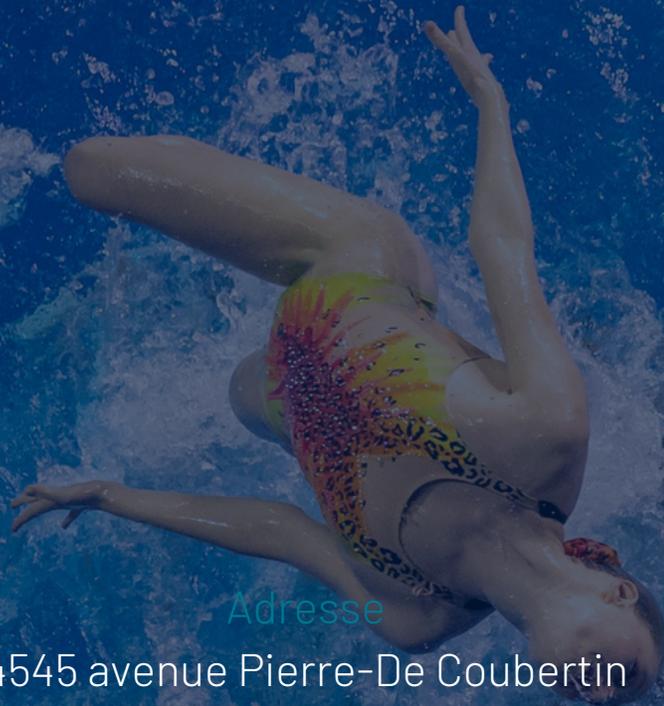
L'assurance médicale de voyage offre une protection 24 heures sur 24 en cas d'urgence médicale ou de soins hospitaliers résultant de maladie ou de blessure. Bien sûr, le PAAC garantit toujours les athlètes pendant leurs compétitions. Le programme d'assistance Voyages offre une assistance d'urgence mondiale aux membres du PAAC en voyage dehors de la province / Canada. L'assurance couvre également les frais d'urgence reliés à la COVID-19. Cependant, elle ne couvrira pas les frais non médicaux tels que le temps de quarantaine ou l'annulation ou l'interruption de voyage.

- PAI30 : 210\$ par année par membre, sujet à un maximum de 30 jours consécutifs
- PAI60 : 350\$ par année par membre, sujet à un maximum de 60 jours consécutifs.
- PAI90 : 580\$ par année par membre, sujet à un maximum de 90 jours consécutifs

RESSOURCES UTILES

- Crédits d'impôts pour athlètes de haut niveau : **cliquez ici.**
- Programmes de bourses coordonnés par **SPORTSQUÉBEC** : **cliquez ici.**
- Fondation de l'athlète d'excellence (FAEQ) : **cliquez ici.**
- Programme d'accompagnement en services médico-sportifs et en sciences du sport : **cliquez ici.**
- Programmes Sport-études reconnus : **cliquez ici.**
- Alliance Sport-Études : **cliquez ici.**
- Programme Équipe Québec : **cliquez ici.**
- Programme d'assistance aux athlètes de Sport Canada : **cliquez ici.**
- Programme d'assurances pour les athlètes canadiens : **cliquez ici.**

NATATION ARTISTIQUE QUÉBEC



Adresse

4545 avenue Pierre-De Coubertin
Montréal, Québec
H1V 0B2

Courriel

info@natationartistiquequebec.ca

Téléphone

514-252-3087

Site web

natationartistiquequebec.ca

Suivez-nous sur nos médias sociaux:



@natationartistiquequebec