

2025-2026

Code de conduite - joueurs



# Code de conduite du joueur

Le Club de Soccer de Lanaudière Nord est déterminé à devenir, par sa mission et ses valeurs, un club qui se distingue tant par la qualité de son développement que par la qualité de son encadrement. Les équipes administrative et technique du C.S. Lanaudière-Nord mettent toute leurs énergies et compétences à ton service pour te permettre de vivre une expérience de vie unique à travers les valeurs de notre club.

Être membre du C.S. Lanaudière-Nord est une chance qui exige de ta part un effort continu qui te permettra de progresser en tant que joueur mais aussi en tant que jeune homme / femme. Tu t'engages ainsi envers tes coéquipiers, entraîneurs, équipes technique et administrative, à respecter les règles de vie ci-dessous exposées. Le non-respect de ces règles sera pris en compte lors de tes bilans et pourra se traduire par une diminution de ton temps de jeu ou par l'interruption de ton aventure au sein de notre Club.

## 1. AFFILIATION / ENGAGEMENT

Quand tu fais partie d'une équipe du C.S. Lanaudière-Nord, tu es dédié à cette équipe en permanence et ne peut donc jouer pour une équipe d'un autre club (sauf dérogation). Pour toutes les activités non-affiliées (autres sports, cours privés, académies privés) tu dois t'assurer en tout temps de prioriser le C.S. Lanaudière-Nord et tes activités (pratiques, matchs, événements) avec ton équipe.

## 2. COMMUNICATION AVEC LE STAFF TECHNIQUE

- Tu devras t'adresser aux membres du staff technique en les appelant « coach ».
- Tu appelleras ton entraîneur en cas de retard ou d'absence aux entraînements matches.
- Tes parents s'engagent à ne pas aborder aucun sujet footballistique te concernant avec le coach. Si tes parents désirent s'entretenir avec un coach, ils devront en faire la demande par courriel auprès du Directeur Technique du C.S. Lanaudière-Nord.

## 3. PRÉSENCE ET PONCTUALITÉ

- Tu dois être présent à tous les entraînements et matchs.
- Tu dois être présent 15 minutes avant le début d'une pratique.
- Tu dois être ponctuel et présent à l'heure prévu et communiqué par ton coach pour les matchs (généralement 60 minutes ou 75 minutes avant le début d'un match).
- Tu ne pourras t'absenter d'une de ces occasions qu'à la condition de fournir une raison que l'entraîneur qualifiera de valide. C'est de ta responsabilité d'aviser préalablement ton entraîneur par courriel ou sur XPS le plus tôt possible pour qu'il ait le temps de s'organiser en conséquence. La ponctualité lors de tous les entraînements et matchs est essentielle. C'est de ta responsabilité d'aviser préalablement l'entraîneur par courriel ou XPS, si tu penses avoir un retard.
- Social & Bénévolat : tu as l'obligation de participer aux événements sociaux ou de bénévolats qui seront organisés par le club.

#### **4. PROPRETÉ**

Il est de ta responsabilité de maintenir les vestiaires, les locaux ainsi que les terrains de jeux mis à ta disposition, propres et en état.

#### **5. IMAGE**

Tu fais partie du C.S. Lanaudière-Nord et, en tant que tel, tu devras, en tout temps, renvoyer une image positive et respectueuse qui reflète les valeurs du club. Ton comportement, langage et tenue vestimentaire devront toujours être soignés.

- Ne jamais oublier que tu représentes en premier lieu ta propre personne comme joueur, mais aussi tes coéquipiers, ainsi que le C.S. Lanaudière-Nord. Ton comportement en dehors du terrain, autant que celui démontré lors des matches, devra être irréprochable. Il est important de se rappeler que peu importe où tu te trouveras, les gens peuvent te reconnaître, peu importe que tu portes les couleurs du club ou pas.
- Il est important de toujours agir de manière respectable lors des activités d'équipe, autant sur qu'à l'extérieur du terrain. Tu ne dois pas proférer d'insultes, de commentaires ou faire des gestes déplacés qui pourraient nuire à ta performance, à celle de tes coéquipiers et de tes entraîneurs ainsi que nuire à l'image du club.
- Ici, on se dit « Bonjour » et « Au revoir » en se faisant un « check » / "fist bump". En tant que membre du C.S. Lanaudière-Nord, il te sera demandé de dire « bonjour » et/ou « au revoir » à toute personne présente dans l'entourage proche de l'équipe, même si tu ne connais pas cette personne.

#### **6. TÉLÉPHONE**

Dès l'heure du rendez-vous à l'entraînement ou au match il est important que l'athlète se concentre sur son activité. Les cellulaires seront mis en veille.

#### **7. HYGIÈNE ET MODE DE VIE**

Tu ne dois pas oublier ton statut d'athlète lorsqu'il est temps de prendre des décisions par rapport à ton alimentation et mode de vie. Celles-ci doivent être saines, afin de toujours être à la hauteur physiquement et mentalement, pour la totalité de la saison. Rappelle-toi que tu t'entraînes fréquemment et que pour progresser il est très important de mettre beaucoup de volonté aux pratiques et aux matches, mais aussi de bien récupérer (sommeil) et de bien manger. Il est de ta responsabilité d'avoir en ta possession de l'eau pour t'hydrater durant les entraînements et les matches. Il est également très important pour toi de te maintenir en santé car ton corps est le véhicule de ta progression.

#### **8. ÉQUIPEMENT / HABILLEMENT LORS DES ENTRAÎNEMENTS ET MATCHS**

Il est obligatoire de porter tes protège-tibias ainsi que les équipements du C.S. Lanaudière-Nord lors de tous les entraînements et matches. En cas d'oubli de tes protège-tibias lors des pratiques, ton temps de pratique sera limité aux exercices techniques sans opposition. Tu ne devras porter aucun bijou lors des pratiques et des matches. Il t'est demandé de porter des chaussures appropriées à la surface sur laquelle tu pratiques ou tu joues (pas de 6 crampons sur surface synthétique). Il est fortement conseillé de porter

des chaussures spéciales surface synthétique ou avec des crampons ronds (type Copa Mundial) lors des activités soccer se déroulant sur surface synthétique.

## **9. COMMUNICATION INTERNE**

- a. XPS: Cette plateforme est le système officiel du club. Nous te demandons de privilégier cette voie de communication pour tout message concernant ton équipe.
- b. Courriel: Le courriel est une voie de communication entre les joueurs et les membres de l'organisation en tout temps. Il est de ta responsabilité de fournir une adresse courriel valide ainsi que de vérifier tes courriels fréquemment afin de te garder à jour par rapport aux informations liées à la vie du Club et de ton équipe.
- c. Téléphone: Il est de ta responsabilité de fournir un numéro de téléphone valide pour permettre de communiquer de vive voix ou par message texte. Il est de ta responsabilité d'aviser les responsables du club lors d'un changement d'adresse courriel ou de numéro de téléphone.

## **10. COMMUNICATION EXTERNE**

- a. Internet - Tu dois être vigilant concernant toutes les communications externes que tu pourrais mettre sur le réseau internet (Facebook, Twitter, Instagram, YouTube...). Il t'est interdit d'être malveillant envers l'organisation, les membres et les activités du C.S. Lanaudière-Nord ainsi que de mettre en ligne des images ou vidéo qui pourraient être mal interprétées par les internautes. - Tu ne diffuseras pas (ni par les médias sociaux ou par tout autre moyen) de messages irrespectueux ou d'intimidation à l'endroit d'arbitres, de joueurs, d'entraîneurs ou de spectateurs.
- b. Journaux, Radio, Télévision Toute demande d'interview par les médias doit être approuvée par le Direction Générale du C.S. Lanaudière-Nord.

## **11. BLESSURES**

Si tu es blessé et dans l'impossibilité de participer activement aux pratiques ou aux matches, il est de ton devoir d'informer les entraîneurs, quant aux progrès de ta réhabilitation/récupération. Il est attendu de l'organisation, que tu prévois faire des traitements avec des professionnels de la santé (thérapeutes du sport, physiothérapeutes, massothérapeutes, etc.), afin que tu puisses revenir à 100% de tes possibilités le plus rapidement possible. En cas d'une blessure en dehors des pratiques/matches avec le C.S. Lanaudière-Nord, il est de ton devoir de rapporter les faits à l'organisation. Garde en tête que ton retour au jeu (pratique ou match) ne pourra se faire sans l'accord de notre Thérapeute en chef dont les coordonnées te seront fournies.

## **12. VACANCES**

Il est recommandé de respecter les périodes de vacances planifiées par ton éducateur. En cas d'impossibilité, il te sera demandé de prévenir ton éducateur le plus tôt possible.

### 13. SANCTIONS

Un manquement ou un non-respect à une des obligations de ces règles de vie pourrait entraîner une sanction telle que :

- 1) Avertissement verbal
- 2) Avertissement écrit
- 3) Suspension d'un ou plusieurs matchs
- 4) Suspension du reste de la saison sans possibilité de remboursement
- 5) Bannissement du joueur sans possibilité de remboursement À noter que tout acte de vol, de vandalisme ou d'intimidation pourra entraîner le renvoi immédiat du CSLN sans remboursement des frais de la saison.

### 14. AUTRES PROCÉDURES

Dans le cas où tu juges que tu t'es fait traiter de manière injuste de la part de l'entraîneur, d'un coéquipier ou encore par un autre membre de l'organisation, les démarches à suivre seront les suivantes : Tu devras en parler en premier lieu à ton entraîneur (si celui-ci n'est pas impliqué dans le litige). Ton entraîneur est très ouvert à la discussion et ceci ne te pénalisera en aucune manière. La discussion permet souvent de résoudre les situations problématiques. Dans le cas où la situation ne s'améliore pas ou ne change pas, tu devras consulter le Directeur Technique du C.S. Lanaudière-Nord (si celui-ci n'est pas impliqué dans le litige) et si cela ne fonctionne pas, consulter la Direction Générale du C.S. Lanaudière-Nord.