Infolettre - édition août 2021

Le 21 mai 2021, soulignait nos 40 ans ...

40 ans de passion, 40 ans de développement, mais surtout 40 ans d'amour pour le ballon rond

C'est le 21 mai 1981 qu'officiellement l'ARSEQ s'affilie à Soccer Québec pour assurer une structure de soccer partout dans l'Est-du-Québec.

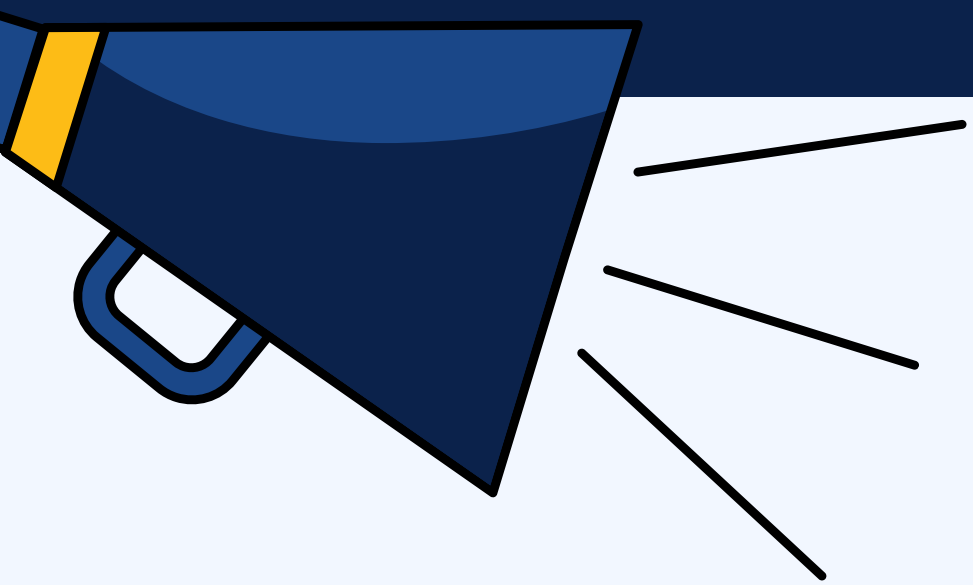
Nous souhaitons en cette année spéciale remercier les pionniers du soccer dans la région qui ont permis à notre association d'exister, mais également remercier tous les joueurs, entraineurs, arbitres, bénévoles, formateurs et parents qui se sont impliqués dans les 40 dernières années Sans vous, nous ne serions pas qui nous sommes aujourd'hui et nous n'aurions pas la chance, chaque jour, de transmettre une passion.

Desjardins
Fier partenaire de L'ARSEQ

DATES IMPORTANTES LIGUE A

- **Rimouski (ouest) 10 juillet**
- **Gaspé (est) 17 juillet**
- **Matane 7-8 août**
- **RDL : 21-22 août**

NOUVEAU SLOGAN



Ensemble, partageons notre passion, l'ARSEQ

L'ARSEQ est très fière de vous présenter son nouveau slogan qui arrive tout juste pour son 40e anniversaire !

Il s'agit d'une démarche collaborative de notre équipe à partir de toutes les suggestions reçues de nos membres

Un gros merci à tous les participants pour leur idées

Une reconnaissance bien méritée

Le Gala Sports Québec qui met de l'avant l'excellence sportive québécoise a dû se réinventer cette année!

L'événement, était diffusé sur RDS2 le 10 juin dernier, présentant seulement trois catégories, très différentes de la formule traditionnelle, soit Inspiration 2020, ainsi que Personnalités sportives féminine et masculine de la décennie.

Deux personnalités du milieu du soccer ont remporté dans la catégorie Inspiration 2020.

Il s'agit du directeur général de Soccer Québec **Mathieu Chamberland** et de la directrice générale de l' Association régionale de soccer de l'Est-du-Québec **Marie-Ève Ouellet.** Félicitations à vous deux

BOUTIQUE EN LIGNE

En décembre dernier, nous avons fait le lancement de notre nouvelle boutique en ligne.

Il est possible de commander directement sur le site de notre partenaire les morceaux qui vous font envie depuis longtemps.

La procédure est simple :
-Se rendre sur le site :
https://www.sportscontact.ca/

-Cliquer en haut à droite sur la section Votre Équipe

-Aller sur le logo de l'ARSEQ

-Entrer le mot de passe : **Arseq**

MAGASINER

Nous avons bien hâte de vous voir dans vos habits représentant l'Est-du-Québec

SPORTS CONTACT

LIGUE A

Rimouski (ouest) :
10 juillet

Gaspé (est) :
17 juillet

Matane :
7-8 août

RDL :
21-22 août

La Ligue A c'est quoi ?

La Ligue A est une ligue de **développement** permettant à **tous les clubs** d'inscrire leurs équipes peut importe leur **niveau**.

En bref c'est aussi :

1 - Opportunité

Une belle opportunité pour les joueurs leur permettant de jouer avec d'autres athlètes de la région et de côtoyer le staff technique régional de l'ARSEQ.

2 - Niveau des compétitions

L'ARSEQ s'assure de la répartition des équipes pour que tous les joueurs aient du plaisir lors des évènements.

3 - Rassemblements uniques

L'ensemble des clubs est invité à inscrire leurs équipes aux évènements. Avec une belle participation depuis plusieurs années, la Ligue A crée de beaux rassemblements pour les joueurs de la région.

HTTPS://SOCCER-ESTDUQUEBEC.ORG/ | DT@SOCCER-ESTDUQUEBEC.ORG

NOS INDISPENSABLES

UNE NOUVELLE PARMI LES INDISPENSABLES !!!

L'ARSEQ est heureuse de vous présenter la nouvelle entraineur des sélections régionales féminines Marie-Pier arrive avec un bagage de soccer très important qui sera sans aucun doute un énorme plus pour nos athlètes ! Voici une courte présentation de celle-ci :
Marie-Pier a gravi tous les échelons du soccer Québécois et Canadien au cours de sa carrière de gardienne. En effet, après son passage sur l'équipe du Québec, au centre national (CNHP) et en équipe nationale des moins de 19 (U-19), elle a commencé sa carrière professionnelle avec l'Xtreme de Montréal en 2004. Elle s'est ensuite jointe aux Comètes de Laval, pour finalement terminer sa carrière en temps que capitaine de l'Amiral de Québec entre 2008 et 2012.

Lors de son parcours universitaire, Marie-Pier a également été la gardienne titulaire de l'équipe nationale universitaire canadienne.
Marie-Pier a également commencé à entrainer des jeunes alors qu'elle n'avait que 16 ans. Elle fut, entre autres, directrice technique de l'association de soccer de Beauport, entraineur aux sélections régionales et en ligue élite (AAA) pendant plusieurs années.
Marie-Pier a aussi été responsable des gardiennes de but des équipes du Québec de 2007 à 2010 et entraineur des gardiennes avec l'Amiral de Québec (Semi-pro) en 2013. Finalement, elle a été l'adjointe de Helder Duarte avec le Rouge et Or de l'université Laval de 2012 à 2019.
Bienvenue Marie-Pier au sein de l'équipe de l'Est-du-Québec

LA RECETTE SANTÉ DE LA DG

POPSICLE

PETITS FRUITS ET COCO

Il fait chaud et la tentation est forte pour une gâterie glacée?

On se gâte avec une petite douceur maison.

Hyper facile à faire et toute la famille y trouvera son compte.

Préparation

Pour les pops

1. Au robot culinaire ou au mélangeur, bien mélanger le lait de coco, les petits fruits et le sucre à glacer.
2. Verser dans les moules à popsicle. Faire congeler 1 à 2 heures.

Pour l'enrobage

1. Démouler les pops et les placer sur un papier parchemin sur une plaque au congélateur.
2. Dans une tasse à mesurer, mélanger les pépites de chocolat et l'huile de coco. Faire fondre au micro-ondes de 30 à 45 secondes. Bien mélanger.
3. Dans un bol, placer la noix de coco.
4. Prendre un popsicle, le tremper dans le chocolat liquide et le laisser égoutter un peu. Tremper ensuite dans la noix de coco et remettre sur le papier parchemin. Faire figer quelques minutes au congélateur avant de consommer.

INGRÉDIENTS

POUR LES POPS

- 398 ML (1 BOÎTE) DE LAIT DE COCO
- 375 ML (1½ TASSE) DE PETITS FRUITS FRAIS OU CONGELÉS
- 60 ML (1/4 TASSE) DE SUCRE À GLACER

POUR L'ENROBAGE

- 125 ML (1/2 TASSE) DE PÉPITES DE CHOCOLAT MI-SUCRÉ
- 15 ML (1 C. À SOUPE) D'HUILE DE COCO OU DE CRÈME 35%
- NOIX DE COCO SÉCHÉE NON SUCRÉE

Source :

Alex cuisine

https://alexcuisine.com/

QUOI MANGER

AVANT MON ENTRAÎNEMENT ?

3 à 4 heures avant

Un repas complet, facile à digérer

Ex : Un sauté de poulet sur du riz
Un bol de gruau avec du lait, et des fruits

2 heures avant

2 à 4 aliments riches en glucides et aliment riche en protéine

Ex : Un fruit + un muffin + 1 yogourt

1 heure avant

1 à 3 aliments riches en glucides

Ex : 1 fruit et/ou 1 muffin et/ou 5-6 dattes ou
1 rôtie avec un peu de beurre d'arachides

Moins de 30 min avant

1 aliment riche en glucides simples à digérer

Ex : 1 compote de fruits ou un petit smoothie, ou 5-6 dattes

QU'EST CE QUE JE RISQUE SI JE NE BOIS PAS ASSEZ PENDANT UN ENTRAÎNEMENT

EN ROUTE VERS LES SÉLECTIONS RÉGIONALES !!!

1 ÉTAPE

ASSOCIATION REGIONALE DE SOCCER DE L'EST-DU-QUEBEC

CDR / Centre de développement régional

CDR | 60 $ inscriptions en ligne
4 juillet (Rimouski) | 13 août (RDL)
9 h à 11 h : CDR

Centre de développement régional (CDR) : U09-U12

Les centres de développements régionaux sont les premiers contacts avec l'équipe technique de l'association régionale. Les buts du programme sont : le développement des joueurs, permettre aux joueurs de s'entrainer avec des joueurs de d'autres clubs et connaitre les joueurs ayant un désir d'évoluer au plus haut niveau. Les rencontres permettent à l'équipe technique de cibler les joueurs qui possèdent le talent et l'attitude nécessaire pour atteindre le programme des sélections régionales. Le programme est ouvert à tous les joueurs de 9 à 12 ans.

EN ROUTE VERS LES SÉLECTIONS RÉGIONALES !!!

2 ÉTAPE

ASSOCIATION REGIONALE DE SOCCER DE L'EST-DU-QUEBEC

ARSEQ 1981 EST-DU-QUÉBEC

PSR (PIR) / Programme des sélections régionales masculines

Fin du Bloc 2 | 13 août – 14 h à 17 h (RDL - Cégep)

PSR Bloc 3 | 140 $ inscriptions en ligne
6 septembre (Rimouski) 10 h à 15 h | 25 et 26 septembre (RDL - Cégep) 10 h à 15 h

Programme des sélections régionales (PSR) : U13-U14

Le programme de sélection régionale offre une opportunité de développement destinée aux joueurs de la région en leur donnant la possibilité de s'entrainer entre eux et de participer à des matchs contre d'autres régions lors du rassemblement en octobre prochain organisé par Soccer Québec. Les équipes des sélections régionales représentent également la porte d'entrée du soccer élite québécois.

EN ROUTE VERS LES SÉLECTIONS RÉGIONALES !!!

ASSOCIATION REGIONALE DE SOCCER DE L'EST-DU-QUEBEC

ARSEQ 1981 EST-DU-QUÉBEC

PSR (PIR) / Programme des sélections régionales → féminines

Fin du Bloc 2 | 6 août – 12 h à 17 h (RDL - Cégep)

PSR Bloc 3 | 140 $ inscriptions en ligne
6 septembre (Rimouski) 10 h à 15 h | 25 et 26 septembre (RDL - Cégep) 10 h à 15 h

Programme des sélections régionales (PSR) : U13-U14

Le programme de sélection régionale offre une opportunité de développement destinée aux joueurs de la région en leur donnant la possibilité de s'entrainer entre eux et de participer à des matchs contre d'autres régions lors du rassemblement en octobre prochain organisé par Soccer Québec. Les équipes des sélections régionales représentent également la porte d'entrée du soccer élite québécois.

M.A.J. COVID

Dernière m
8 juil

LOISIR ET SPORT

Pour en savoir plus et connaître l'ensemble des modalités des mesures, consultez Québec.ca/coronavirus

Mesures en vigueur

ZONE VERTE

POPULATION GÉNÉRALE

EXTÉRIEUR

- **Activité avec contacts brefs**[1]
- Maximum : groupe **de 50 participants** (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Ligues[2], tournois et compétitions[3] permis
- Maximum de 50 spectateurs sur un même plateau sportif à libre accès

> À partir du 12 juillet

- Les activités nécessitant des contacts prolongés sont possibles (ex. : aviron, sport de combat, danse) ; en autant que possible, il demeure recommandé de pratiquer avec des partenaires stables afin de limiter le nombre de contacts
- Dans les lieux où les gens restent assis dans des estrades, des gradins ou des places fixes, le nombre maximal de spectateurs autorisés pour le sport amateur augmente à 100, par plateau sportif, mais reste à 50 dans les autres cas (spectateurs debout)

Festival et événements

- Possibilité de tenir des événements **publics extérieurs**[4] sportifs et récréatifs (incluant les tournois[3] et les compétitions), accueillant des spectateurs assis avec places fixes assignées d'avance, debout ou assis sans place assignée ou sur des sites constitués d'installations temporaires où les spectateurs circulent le long d'un parcours ou d'un circuit. Les organisateurs de ces événements doivent se référer aux directives concernant les festivals et événements : https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/plan-deconfinement/festivals-evenements

INTÉRIEUR

- Maximum : groupe **de 25 participants**[5] (auquel peuvent s'ajouter des officiels, du personnel et des bénévoles)
- Installations ouvertes : toutes (incluant les gyms et lieux utilisés pour la pratique des jeux de quilles, de billard et de fléchettes)
- Ligues[2], tournois et compétitions permis (incluant les sports de combat)
- Maximum de 25 spectateurs pour les sports amateurs sur un même plateau sportif à libre accès

> À partir du 12 juillet

- Les activités nécessitant des contacts prolongés sont possibles (ex. : aviron, sport de combat, danse) ; en autant que possible, il demeure recommandé de pratiquer avec des partenaires stables afin de limiter le nombre de contacts
- Dans les lieux où les gens restent assis dans des estrades, des gradins ou des places fixes, le nombre maximal de spectateurs autorisés augmente à 50, par plateau sportif, mais reste à 25 dans les autres cas (spectateurs debout)

Pour les salles d'entraînement

- Distance minimale de deux mètres en tout temps entre toute personne, sauf pour les occupants d'une même résidence privée ou lors de la prestation d'un service ou d'un soutien
- Port du couvre-visage/masque obligatoire en tout temps sauf lors de la pratique d'une activité physique
- Port du couvre-visage recommandé lors de l'assistance rapprochée, sauf pour les membres d'une même résidence
- Registre des clients obligatoire

PORT DU COUVRE-VISAGE

- Les mesures usuelles relatives au port du couvre-visage à l'intérieur des lieux publics doivent continuer d'être appliquées : https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/masque-ou-couvre-visage-covid-19/port-du-couvre-visage-dans-les-lieux-publics-covid-19

GESTION DES INSTALLATIONS

Capacité d'accueil

- Déterminée par les gestionnaires de site selon l'application des mesures de distanciation physique

Vestiaires

- **Vestiaires et installations sanitaires ouverts** dans le respect de la distanciation physique et à la condition qu'un nettoyage régulier soit effectué

Équipements

- Possibilité d'emprunter ou de louer de l'équipement si une désinfection est assurée

otre
ouvernement

Québec

ZONE VERTE

FORMATIONS

- Formations pour les sauveteurs aquatiques autorisées (selon les lignes directrices émises par la Société de sauvetage)
- Formations pour les intervenants (animateurs, entraîneurs, officiels, etc.) autorisées

ACCOMPAGNATEUR

- Accompagnateur autorisé lorsque nécessaire (ex. : le parent d'un enfant de moins de 10 ans ou l'accompagnateur d'une personne ayant un handicap). Celui-ci devra alors être comptabilisé dans le nombre de personnes maximal permis
- Une personne ayant un handicap (ou autre clientèle vulnérable) peut être accompagnée au besoin pour pratiquer une activité. Il est proposé que l'accompagnateur soit une personne qui habite sous le même toit. Si cela s'avérait impossible, il est recommandé que la personne ayant un handicap détienne sa Carte accompagnement loisir comme preuve du besoin d'accompagnement. Dans ce cas, si la distanciation ne peut être respectée, l'accompagnateur doit porter un équipement de protection, conformément au guide de la CNESST

[1] Autant que possible, la distanciation physique doit être respectée lors de la pratique d'activités physiques ou sportives. Les contacts ou rapprochements, lorsqu'ils sont inévitables, sont permis. Le principe de limiter le nombre de contacts demeure important. La pratique avec les mêmes partenaires est encouragée.

[2] Pour les activités habituelles (parties et ligues) d'une association sportive, d'un organisme de loisir, d'une municipalité ou d'une entreprise privée, les organisateurs doivent se référer aux mesures applicables au secteur du loisir et du sport, notamment en ce qui concerne le nombre de participants par plateau sportif. Pour le nombre de spectateurs qui peut assister à ces activités, les mesures concernant les rassemblements extérieurs dans un lieu public s'appliquent. Un même site peut comporter plusieurs plateaux sportifs (ex. : parc comportant plusieurs terrains de soccer ou de baseball). Un plateau sportif constitue un espace défini, un terrain sportif ou une surface de jeu, dont les entrées, les sorties et les aires de circulation sont distinctes et les accès bien contrôlés (gymnase, patinoire, piscine, terrain de baseball, etc.).

[3] Pour la tenue de tournois et de compétitions, les organisateurs doivent se référer aux mesures applicables au secteur du loisir et du sport, notamment en ce qui concerne le nombre de participants par plateau sportif. Au sujet du nombre de spectateurs pouvant assister à ces activités, les mesures concernant les rassemblements extérieurs dans un lieu public s'appliquent. Un même site peut comporter plusieurs plateaux sportifs (ex. : parc comportant plusieurs terrains de soccer ou de baseball). Par exemple, si l'endroit où se déroule la compétition ou le tournoi comporte 4 plateaux, il sera possible d'accueillir 400 spectateurs et 200 participants, et ce, sans que l'activité soit traitée comme un événement public. Il importe toutefois qu'il y ait un roulement des spectateurs et des participants après chaque partie, afin que ceux-ci aient quitté avant que d'autres prennent place sur chaque plateau. Ainsi, lors d'un tournoi de sport associatif où il peut y avoir des parents ou amis qui viennent observer chaque partie, cette mesure peut s'appliquer, dans la mesure où on ne s'attend pas à un grand achalandage. Notons que les organisateurs de compétitions ou de tournois ne respectant pas le nombre maximal de personnes par plateau sportif de même que le nombre maximal de spectateurs permis doivent se référer aux directives concernant les événements extérieurs de sport et de loisir (ex. : lors d'une compétition ou d'une partie qui présente de l'intérêt pour le grand public, est ouverte à tous et est susceptible d'attirer un grand nombre de spectateurs).

[4] Un événement public extérieur signifie une manifestation de sport ou de loisir ponctuelle réalisée par un promoteur ou un comité organisateur accessible au grand public et pour laquelle le nombre de participants et de spectateurs présents ou anticipés est plus grand que celui permis pour les rassemblements extérieurs dans un lieu public. Il peut prendre la forme d'un championnat, d'une qualification, d'un essai, d'un tour, etc. Les activités d'envergure nationale et internationale sont également considérées comme des événements. Pour les événements d'envergure internationale, tant que la Loi sur la mise en quarantaine est en vigueur, les organisateurs doivent soumettre un dossier à l'Agence de santé publique du Canada (ASPC) trois mois avant la tenue de l'événement. Pour déposer leur dossier, ils doivent obtenir des lettres d'appui des instances suivantes : la Direction générale de santé publique du Québec, la direction régionale de santé publique et le ministre délégué au sport. https://www.canada.ca/fr/services/culture/sport/autorisation-voyage-international-unsport.html

[5] La supervision est assurée par une personne désignée par l'organisation qui offre l'activité. Cette personne est responsable d'assurer le respect des mesures et consignes sanitaires en vigueur. Dans le cas d'activités offertes par une association ou club, il est attendu que les mesures sanitaires appliquées respectent le protocole de reprise des activités de la fédération sportive provinciale ou de l'organisme national de loisir concerné.

RÉFÉRENCES

- Directives spécifiques pour le secteur du loisir et du sport
- Questions et réponses sur les activités sportives, de loisir et de plein air
- Port du masque ou du couvre-visage dans les lieux publics
- Outil d'autoévaluation des symptômes
- Plan de déconfinement général
- Carte des paliers d'alerte
- Palier 1 - vigilance (zone verte)

Version anglaise
https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/education/mesures-loisir-sport-ete21-ANG.pdf

22-00-12

OÙ SOMMES-NOUS

L'ARSEQ est en déplacement cet été !!!

Pour plus d'informations, contacte ton club.

EN PANNE D'IDÉE ?

Est ce que vous saviez que le site web de l'ARSEQ est une petite mine d'or d'informations.

Régulièrement, des informations, des guides, des outils y sont ajoutés.

En juillet dernier, nous avons fait l'ajout d'un fabuleux **guide** qui pourra vous aider à mieux encadrer vos entraineurs et
offrir aux jeunes joueurs débutants (**U5 à U7**)
des séances de qualités, qui sont adaptées pour eux.

Vous désirez consulter ou simplement fouiner sur le site, rendez-vous à l'adresse :

WWW **https://soccer-estduquebec.org/**

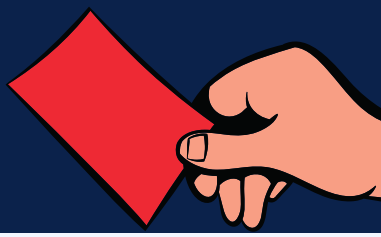
Cliiquer sur ★ pour l'ajouter aux favoris

BONNE VISITE !!!

4 228 AFFILIATIONS

BONNE FIN DE SAISON

ARBITRAGE



Nous sommes constamment à la recherche d'arbitres

Soccer Québec propose un stage en ligne qui te permettra de débuter ton parcours d'arbitre!

COMMUNIQUE AVEC TON CLUB

pour relever ce défi passionnant.

TOKYO 2020

En route vers l'or...

Équipe Canadienne soccer féminin

L'ÉQUIPE CANADIENNE SOCCER FÉMININ

L'équipe nationale féminine de soccer s'est qualifiée pour les Jeux olympiques de Tokyo 2020 au Championnat féminin de qualification olympique de la Concacaf 2020 qui a été disputé au Texas et en Californie en janvier 2020, ce qui a valu une quatrième qualification olympique consécutive pour le Canada en soccer féminin.

« C'est toujours un honneur de représenter le Canada aux Jeux olympiques et je suis emballée de retourner aux Jeux pour la quatrième fois, a déclaré la capitaine Christine Sinclair. Les Jeux olympiques ont joué un rôle important dans l'histoire de l'équipe nationale féminine de Canada Soccer et j'ai hâte de faire tout ce que je peux pour aider cette équipe à remonter sur le podium et à écrire une nouvelle page d'histoire. Notre équipe est dans un très bon état d'esprit actuellement, nous sommes emballées, nous sommes affamées et nous sommes prêtes à foncer. »

Le Canada est une de cinq nations seulement au monde à avoir décroché sa qualification pour les quatre derniers Tournois Olympiques de Football Féminin et la seule nation au monde à être montée sur le podium aux Jeux de Londres en 2012 et aux Jeux de Rio en 2016 en football féminin. Aux Jeux de Rio, l'équipe nationale féminine est devenue la première équipe canadienne de sport collectif à remporter des médailles à deux Jeux consécutifs en plus de 100 ans. Aux Jeux de Londres en 2012, elle est aussi devenue la première équipe canadienne de sport collectif à remporter une médaille aux Jeux olympiques d'été depuis 1936.

« À mes yeux, la sélection de l'équipe était une question de choisir le bon mélange de joueuses sur l'ensemble du terrain pour que nous puissions progresser à travers les six matchs du Tournoi Olympique de Football Féminin prêtes à gagner, affirme Bev Priestman, entraîneure-chef de l'équipe nationale féminine de Canada Soccer. Je sais que ces joueuses feront tout en leur pouvoir pour rendre le Canada fier. Avec du travail acharné, une bonne mentalité et une solide conviction en nos capacités individuelles et collectives, le Canada peut donner du fil à retordre à n'importe quelle équipe et ultimement connaître du succès aux Jeux olympiques. »

LE CANADA SE QUALIFIE POUR LES DEMI-FINALES DES JEUX OLYMPIQUES DE TOKYO 2020

L'équipe nationale féminine de Canada Soccer a franchi une autre étape dans son parcours pour regagner le podium olympique grâce à une victoire en tirs au but en quarts de finale contre le Brésil aux Jeux olympiques de Tokyo 2020. Après l'arrêt du premier tir au but du Canada, la gardienne canadienne Stephanie Labbé a effectué deux arrêts critiques pour donner la victoire aux siennes 0:0 (4 :3) et assurer leur place en demi-finales olympiques, où elles se mesureront aux Pays-Bas ou aux États-Unis.

Le Canada et le Brésil ont livré une bataille défensive pendant 90 minutes et au cours des deux périodes supplémentaires de 15 minutes chacune. Tôt en première demie, la capitaine Christine Sinclair est demeurée étendue sur le terrain après que sa tête eut frappé le genou de Kadeisha Buchanan lors d'un jeu défensif dans la zone. Sinclair a pu poursuivre en répondant favorablement au protocole de gestion des commotions cérébrales. À la 12e minute, Quinn s'est retrouvée avec le ballon après un tir bloqué d'Ashley Lawrence mais son tir est passé au-dessus de la barre transversale. Lawrence et Jessie Fleming ont bien défendu tout au long de la première demie, chacune effectuant des interventions critiques contre l'attaque brésilienne dans des moments clés.

La seconde demie a fourni de meilleures opportunités de marquer en cours de jeu pour le Canada lorsqu'à la 59e minute, Janine Beckie a effectué un coup franc que Vanessa Gilles a botté contre les montants brésiliens. Le Brésil a obtenu une chance à la 71e minute mais Labbé a répondu à l'appel. Le Brésil a obtenu la meilleure chance de marquer à la 113e minute en temps supplémentaire, une opportunité bloquée par Vanessa Gilles pour assurer que le pointage demeure 0:0. À la suite du sifflet indiquant la fin du temps réglementaire, le Canada s'est présenté le premier à la ligne de tir au but. Le premier tir de Sinclair a été arrêté. Marta a converti pour le Brésil et Jessie Fleming a riposté pour le Canada. Debinha, Ashley Lawrence, Erika et Adriana Leon ont toutes marqué pour leur formation avant que Labbé n'effectue deux arrêts. Vanessa Gilles s'est présentée à la ligne et n'a pas raté la cible, assurant la victoire du Canada.

LE CANADA JOUERA POUR LA MÉDAILLE D'OR GRÂCE À UNE VICTOIRE HISTORIQUE DE 1-0 CONTRE LES ÉTATS-UNIS

Pour la toute première fois, l'équipe nationale féminine de soccer participera au match de la médaille d'or olympique à la suite de leur victoire de 1-0 contre les États-Unis en demi-finale des Jeux olympiques de Tokyo 2020. Jessie Fleming a converti un penalty à la 75e minute, assurant cette victoire mémorable aux siennes et leur place sur le podium pour une troisième olympiade d'affilée. En accédant à la finale, le Canada deviendra l'un de seulement trois pays à remporter des médailles à trois tournois olympiques de football féminin consécutifs, rejoignant les États-Unis (1996 à 2012) et l'Allemagne (2000 à 2008).

Le Canada demeure invaincu à Tokyo 2020 avec une fiche de 3-0-2 et est la seule nation à accéder au podium du football féminin aux Jeux de Londres 2012, Rio 2016 et maintenant Tokyo 2020. À l'avance du tournoi, le Canada était le seul pays à récidiver sur le podium aux deux dernières éditions des Jeux olympiques d'été et consolideront ce record en garantissant une médaille d'une couleur différente lorsqu'il disputera le match de la médaille d'or. Cette victoire de 1-0 marque également la première victoire de l'équipe nationale féminine de Canada Soccer sur leurs rivales américaines en plus de 20 ans.

Le tir de Christen Press à la 71e minute a été stoppé par Labbé; un point tournant du match. À peine deux minutes plus tard, Deanne Rose a franchi la surface américaine avec le ballon et a été culbutée par Tierna Davidson. Aucun avertissement de l'arbitra n'en a résulté mais une minute plus tard, l'arbitre Kateryna Monzul a été convoquée à l'assistance vidéo à l'arbitrage et le coup de pied de réparation a été accordé. Jessie Fleming s'est présentée à la ligne et a déjoué la gardienne réserviste Franch pour donner l'avance au Canada à la 75e minute.

Avec 15 minutes à faire, le Canada a axé ses efforts en défensive. Lawrence en a mis plein les bras à Megan Rapinoe sur le côté droit et Rose est également rentrée pour soutenir ses coéquipières en défensive à la 82e minute. Les Américaines ont raté de peu à la 86e minute lorsqu'un coup de tête de Carly Lloyd, entrée dans le match à la deuxième demie, a frappé la barre transversale. Mais le Canada a pu effectuer deux remplacements et conserver leur avance.

LES CANADIENNES PRÊTES POUR LA SUÈDE ET L'OR OLYMPIQUE À TOKYO

Pour la première fois de l'histoire, l'équipe jouera pour une médaille d'or olympique après une victoire inspirante sur les États-Unis en demi-finale de ce tournoi, garantissant une troisième présence consécutive du Canada sur le podium des Jeux. Des 211 associations nationales membres de la FIFA, le Canada et le Brésil sont les seules au monde à monter sur le podium olympique des trois derniers Jeux (Londres 2012, Rio 2016 et Tokyo 2020), soit le Brésil chez hommes et le Canada chez les femmes.

« Nous avons franchi tout ce chemin alors nous désirons rentrer à la maison avec la médaille d'or, a déclaré Bev Priestman, entraîneure-chef de l'équipe nationale féminine de Canada Soccer. L'équipe n'ira pas en finale simplement avec la satisfaction de s'y retrouver et nous contenter de revenir chez nous avec la médaille d'argent. Nous avons un groupe de 22 joueuses qui sont prêtes pour la finale et qui désirent réaliser quelque chose de spécial pour notre pays. »

L'équipe nationale féminine de Canada Soccer est toujours invaincue à Tokyo 2020 avec une fiche de trois victoires et deux matchs nuls et avant le début de ce tournoi, elle était la première équipe canadienne de sport collectif à remporter deux médailles consécutives aux Jeux olympiques d'été en plus d'un siècle. Elle sera maintenant la seule équipe canadienne de sport collectif à réussir le coup trois fois dans l'histoire olympique du pays. Seulement trois nations sont ainsi montées au moins trois fois sur le podium du Tournoi Olympique de Football Féminin, soit le Canada, l'Allemagne et les États-Unis. À noter que ces trois nations comptent aussi le plus grand nombre de femmes inscrites au monde.

L'entraîneure-chef Bev Priestman était la seule femme entraîneure-chef des quatre équipes demi-finalistes à Tokyo 2020, après avoir été entraîneure adjointe de l'équipe canadienne médaillée de bronze aux Jeux de Rio 2016. Priestman est aussi la plus jeune entraîneure-chef en poste au Tournoi Olympique de Football Féminin de Tokyo 2020.
Comme c'est le cas pour le Canada, la Suède est aussi invaincue à Tokyo 2020 après avoir battu les États-Unis, la Nouvelle-Zélande, l'Australie (deux fois) et le Japon. Le dernier duel entre ces deux nations remonte aux huitièmes de finale de la Coupe du Monde Féminine de la FIFA, France 2019™ où la Suède a gagné 1-0 pour éliminer les Canadiennes du tournoi.

« Nous sommes prêtes à affronter la Suède en finale des Jeux de Tokyo 2020, a déclaré l'attaquante canadienne Nichelle Prince. Nous savons que c'est une équipe difficile à battre, elles connaissent un bon tournoi jusqu'à maintenant, mais si nous pouvons battre les États-Unis, nous savons que nous pouvons remporter un match contre la Suède. Je suis heureuse parce que je sais ce que cette équipe peut faire et nous désirons rendre notre pays fier et rapporter une médaille d'or à la maison. »

LE CANADA REMPORTE UNE MÉDAILLE D'OR HISTORIQUE AUX JEUX OLYMPIQUES DE TOKYO 2020

Au 6e tir, en déjouant Hedvig Lindahl, Julia Grosso a semé l'hystérie dans le camp canadien. Son tir partiellement bloqué par la gardienne a dévié vers le haut du filet.

Avec un pointage égal de 1-1 après 120 minutes, le Canada s'est imposé 3-2 en tirs de barrage.
À la 5e ronde, la capitaine suédoise Caroline Seger avait la victoire au bout du pied, mais son tir trop haut a raté la cible, ce qui a permis au Canada de demeurer en vie.

Après un autre arrêt de Stephanie Labbé, Grosso n'a pas raté sa chance de fermer les livres.
« C'est irréel et je n'ai pas de mots pour décrire ce qui vient de se passer », a raconté Grosso, qui n'est âgée que de 20 ans.

« Je suis tellement fière de cette équipe. Sur mon tir, je suis restée calme et j'ai pris une grande respiration. J'avais l'intention de changer ce que je fais habituellement, mais j'ai écouté mon intuition et cela a fonctionné », a ajouté la milieu de terrain.

C'est la première fois dans l'histoire du tournoi olympique que la finale se conclut en tirs de barrage.
Après le bronze aux Jeux de Londres et de Rio (2012 et 2016), le Canada voulait changer la couleur de la médaille à Tokyo.

Pour la Suède, qui n'avait pas perdu contre le Canada depuis 1988, il s'agit d'une deuxième médaille d'argent de suite après s'être inclinée contre le Brésil en 2016.

Dominé en première demie, mais ne tirant de l'arrière que par un but, le Canada a obtenu une chance inespérée à la 67e minute. Merci à la reprise vidéo. Fauchée dans la surface de réparation, la capitaine Christine Sinclair réclamait un tir de pénalité que l'arbitre n'a pas décerné, mais, pour un deuxième match de suite, la reprise vidéo est venue en aide au Canada.

Et, pour un deuxième match de suite, c'est Jessie Fleming qui a obtenu la mission de réussir le tir de pénalité, et elle a fait mouche pour créer l'égalité et redonner espoir aux Canadiennes.

TOKYO 2020

⚽ Classement final :

Rang	Équipe	Pts	J	G	N	P	Bp	Bc	Diff
1	Canada	10	6	2	4	0	6	4	+2
2	Suède	16	6	5	1	0	14	4	+10
3	États-Unis	8	6	2	2	2	12	10	+2
4	Australie	7	6	2	1	3	11	13	-2
5	Pays-Bas	8	4	2	2	0	23	10	+13
6	Brésil	8	4	2	2	0	9	3	+6
7	Grande-Bretagne	7	4	2	1	1	7	5	+2
8	Japon	4	4	1	1	2	3	5	-2
9	Zambie	1	3	0	1	2	7	15	-8
10	Chine	1	3	0	1	2	6	17	-11
11	Chili	0	3	0	0	3	1	5	-4
12	Nouvelle-Zélande	0	3	0	0	3	2	10	-8

TEAM CANADA
ÉQUIPE CANADA

SOCCER

GOLD · OR

TOKYO 2020