

## Message de la Présidente



### Karen Rust

C'est presque passé inaperçu, mais peu après la réunion de juillet du conseil d'administration de Pickleball Canada, je me suis rendu compte que je suis présidente de cette organisation depuis un an ! Cela vaut la peine d'être souligné car, au cours des dernières années, nous avons connu de fréquents changements de présidents. Et après avoir occupé ce rôle, je commence à comprendre pourquoi. J'ai passé beaucoup, beaucoup d'heures en réunion, sur mon ordinateur, à revoir du matériel et à gérer des opinions et des personnalités contradictoires. J'ai aussi négligé d'autres parties de ma vie (demandez le simplement à mon mari). Cependant, j'ai également eu le privilège de travailler avec des personnes vraiment merveilleuses qui se sont engagées à faire progresser le pickleball au Canada, ce qui est très important pour moi. Et nous avons accompli beaucoup de choses cette dernière année !

Très récemment, mon club d'origine - Pickleball Regina Inc. - a accueilli le premier championnat régional de l'Ouest canadien. Après la tenue du championnat régional central le week-end prochain, ce sera la première année dans l'histoire de Pickleball Canada qu'un championnat national et trois championnats régionaux ont été organisés. Il est très gratifiant de voir ces étapes franchies pour le sport du pickleball.

Il y a des preuves évidentes de la croissance du nombre de joueurs récréatifs de pickleball et j'entends chaque semaine parler de la construction de nouveaux courts, car les dirigeants communautaires reconnaissent que le pickleball n'est pas une mode, mais un sport sain, amusant et accessible que tous les âges et toutes les capacités peuvent apprécier.

La croissance de notre sport est démontrée par un autre jalon récemment atteint, le nombre de nos membres dépassant les 37 000 ! Il s'agit d'une augmentation de 9 000 (32 %) depuis la fin de l'année 2021 ! Ce rythme de croissance explosif va créer de nouveaux défis, mais en travaillant en collaboration à tous les niveaux - national, provincial/territorial et des clubs locaux - je suis convaincu que nous saurons les relever. Un changement est en cours et tout changement peut être difficile, mais correctement géré, nous continuerons à prospérer en tant qu'organisations dédiées à "Faire avancer le pickleball pour tous, pour la vie".

Profitez du reste de l'été !

Sincèrement,  
Karen Rust  
Présidente, Pickleball Canada



## Parlons avec Deakin



### Steve Deakin

#### ***Comment se passe votre rétablissement après une opération du poignet ?***

Après ma deuxième opération du poignet joueur le 25 avril pour réparer un ligament déchiré, je savais que la récupération serait un processus long, exigeant et dévoué. J'étais complètement ravi d'avoir la meilleure des meilleures équipes médicales pour me guider dans ce voyage. Mon chirurgien m'a donné le feu vert pour remettre une raquette dans ma main le 13 juillet pour les coups à faible impact comme les dinking, les drops, etc. Je travaille dur avec mon thérapeute (Trevor Fraser) pour reconstruire ma force dans mon bras de jeu et la très importante amplitude de mouvement dans le poignet. À mon avis, Trevor est l'un des meilleurs spécialistes de la main et du poignet que j'ai vus. Je souhaite reprendre la tournée PPA pour le 18 août, mais cela dépendra entièrement de lui. Je dois écouter les professionnels cette fois-ci. Haha.

#### ***Quel a été le plus grand défi pour vous pendant cette période ?***

Le plus grand défi pour moi, et de loin, a été de trouver un équilibre entre l'entraînement, la rééducation et l'enseignement. Je dois être prêt à concourir le moment venu. J'ai tous ces doutes qui tourbillonnent dans ma tête. La réparation de mon poignet résistera-t-elle aux tournois ? Serai-je capable de concourir au niveau que j'avais avant ma blessure ? La liste des questions est longue, mais mon équipe médicale est persuadée que je reviendrai jouer mieux que jamais et je suis d'accord avec cela !

#### ***Qu'avez-vous appris sur vous-même pendant cette période ?***

J'ai appris qu'il y a plus dans la vie que le pickleball. Un athlète professionnel peut parfois se perdre pendant une période où son identité est remise en question par une blessure importante. Être capable d'équilibrer tous les aspects de la vie est très important pour moi maintenant, même si je gagne ma vie grâce au pickleball.

#### ***Votre pause de la compétition a-t-elle eu un bon côté ?***

Je pense que le bon côté de cette pause dans le circuit est que j'ai pu consacrer beaucoup de temps à mon activité d'enseignement. Steve Deakin Pickleball (SDP) a prospéré pendant cette période et continuera à apporter de nouveaux programmes passionnants à la communauté croissante du pickleball au Canada. Restez à l'écoute.

***Votre thérapie s'est-elle bien déroulée ?***

Oui, je sens que la thérapie va dans la bonne direction. Pour moi, il s'agit de comprendre que cela s'aggrave avant de s'améliorer rapidement. Je remets simplement cela à mon équipe médicale qui prend incroyablement soin de moi. Faire confiance au processus est ma philosophie ici !

***Était-il difficile de suivre votre cerveau, plutôt que votre cœur, et de ne pas revenir en arrière plus tôt que le plan de votre thérapeute ?***

C'est exact à 100 %. Le cerveau d'un athlète veut retrouver toutes ses fonctions dès que possible. Cela a toujours été le cas pour moi dans tous les sports que j'ai pratiqués. Dans certains cas, cela me fait reculer. Je pense qu'avec l'étendue de cette blessure et le fait que je suis plein de matériel maintenant, je dois faire ce qu'on me dit et pour moi c'est une chose très difficile à faire haha.

***Qu'avez-vous fait pour rester en forme pour la compétition ?***

Deux jours après l'opération, j'ai passé 6-7 jours par semaine à la salle de gym. Je travaillais les jambes, le tronc et le cardio. J'ai lentement ajouté une routine de renforcement du haut du corps. Malheureusement, avec un programme d'enseignement chargé cet été et des responsabilités liées à la rééducation, j'ai dû réduire un peu mes séances de gym.

***Avez-vous pris une raquette et fait des exercices légers ?***

Oui, mon chirurgien m'a donné le feu vert pour un contact à faible impact et des exercices le 13 juillet. Lent et régulier pour moi sur ce point.

***Quand pensez-vous pouvoir reprendre la compétition ?***

J'espère être de retour en tournée le 18 août. Cependant, cela dépend entièrement de mon thérapeute. Je dois m'assurer que je suis confiant physiquement et mentalement pour concourir au niveau du circuit PPA.

***Que diriez-vous à une personne qui se remet d'une blessure sportive ?***

C'est très simple. Soyez patient. Écoutez votre équipe médicale. Ne revenez pas trop tôt (aussi difficile que cela puisse être) car cela

entraînera une nouvelle blessure et potentiellement un problème plus long et plus grave. Croyez-moi, j'ai appris cela à la dure au fil des ans. Haha.

## Le Coin des Entraîneurs



### Commencez l'échange dans le but de le gagner

#### Mark Renneson

Au pickleball, vous aurez souvent besoin d'improviser : lorsque vous êtes dans un échange de coups au filet ; lorsque votre partenaire lance un mauvais lob et que vous devez défendre ; lorsqu'un jeu planifié ne fonctionne pas et que vous vous retrouvez dans le trouble. Ce sont tous des exemples de moments où vous pouvez avoir l'impression que vous essayez simplement de survivre - que vous réagissez plus que vous ne pensez.

L'une des choses qui séparent les niveaux de joueurs est ce qu'ils font lorsqu'ils ne sont pas en mode survie. Lorsque les choses sont plus lentes et moins frénétiques, les joueurs forts sont généralement plus réfléchis sur ce qu'ils font comparativement à leurs homologues moins doués.

Au service, par exemple, tout est sous votre contrôle. Vous décidez de l'endroit où vous vous tenez (dans le respect des règles bien sûr) et du moment où vous frappez la balle. Vous êtes immobile et complètement équilibré. Dans un moment comme celui-ci, lorsque les choses sont calmes et que rien ne doit être précipité, les joueurs forts sont intentionnels ; ils réfléchissent à l'endroit où ils frappent le service et à la manière dont ils l'envoient. Visent-ils à écarter l'adversaire avec un angle court ? Dirigent-ils la balle vers le "T" ? Que diriez-vous d'un service lob profond et haut pour déstabiliser le timing du retourneur ?

Une approche tout aussi réfléchie doit être utilisée lors du retour de service. Plutôt que de renvoyer la balle sans réfléchir, les joueurs forts établissent un plan. Vont-ils retourner le service au serveur ou à leur partenaire ? Viseront-ils le milieu du court ? Vont-ils utiliser l'effet latéral pour rendre le troisième coup plus difficile ? Qui veulent-ils voir frapper le troisième coup - et pourquoi ?

En parlant de troisième coup... les joueurs forts font un plan sur ce qu'ils vont faire avec le troisième coup avant même que leur équipe ne frappe le service. Ils élaborent un plan (par exemple, un « drop » à l'opposé du terrain ou un coup en puissance en bas de la ligne) non pas une fois que la balle arrive vers eux, mais avant de commencer le point. Et bien qu'il soit toujours possible de passer au plan B - au cas où quelque chose d'inattendu se produirait et que le plan A n'aurait plus de sens - un peu de pré-planification rend les choses moins stressantes à l'approche du moment critique.

Quel que soit votre niveau de compétence, je vous encourage à adopter la mentalité du joueur fort à votre jeu. Surtout dans les moments où les choses sont un peu plus lentes et où vous avez le temps de réfléchir (par exemple au service, au retour et au troisième coup), prenez un moment pour réfléchir à ce que vous allez faire et pourquoi - mieux encore, faites participer votre partenaire à la conversation ! Décider de ce que vous voulez faire ne signifie pas que la balle ira toujours où vous voulez. Mais prendre un moment pour établir un plan améliore vos chances de réussite.

**Mark Renneson** est le chef de la formation des entraîneurs de Pickleball de Tennis Canada. Il supervise le programme national de certification des instructeurs de Pickleball du Canada qui est un projet conjoint entre Tennis Canada et Pickleball Canada. Vous pouvez le joindre à [mrenneson@tenniscanada.com](mailto:mrenneson@tenniscanada.com).

## Le Coin de L'arbitre



### Programme d'arbitrage de Pickleball Canada - Mise à jour

Alan Thompson

**Si vous souhaitez commencer le programme de formation d'arbitres, ou si vous y participez déjà, vous voudrez être informé de ces mises à jour !**

Le Conseil consultatif des officiels de Pickleball Canada est composé de représentants de chaque province/territoire et d'autres personnes, au besoin. Ce groupe a travaillé dans différents comités pour mettre à jour la documentation du programme. Le but est d'avoir un programme qui sera universellement accepté par le PCO et le USA Pickleball, peu importe où le candidat commence ou termine le processus. À l'heure actuelle, le Canada compte 21 arbitres certifiés, tous évalués et accrédités par USA Pickleball. USA Pickleball a lancé le programme de certification en 2016 et a établi une norme très élevée. Le défi pour Pickleball Canada est de s'assurer que les candidats retenus respectent ou dépassent cette norme.

Les comités mentionnés ci-dessus ont travaillé à la production ou à la modification des documents suivants.

- [Programme d'arbitrage du PCO](#) - (Explication du fonctionnement du programme et des étapes à suivre pour obtenir les titres de compétences)
- [Guide d'utilisation du formulaire d'évaluation de l'arbitre](#) (Comment effectuer une évaluation et remplir le FAR)
- [Formulaire d'évaluation de l'arbitre](#) et [feuille de travail](#) (formulaire d'évaluation à l'usage des évaluateurs)
- [Formulaire d'acuité visuelle](#) (confirmation d'une vision de 20/30 - requis pour entrer dans le programme des officiels)

- **Tâches et responsabilités du coordinateur des arbitres du PCO** (CFR et CRC régionaux)

**REMARQUE** : Si vous êtes un arbitre CR ou de niveau 2 et que vous êtes intéressé par l'un de ces postes, veuillez contacter le responsable national des officiels du PCO - [officiating@pickleballcanada.org](mailto:officiating@pickleballcanada.org).

Le plus important de ces documents est le **programme d'arbitrage**. Il explique en détail comment un candidat arbitre peut commencer le programme et progresser tout au long du processus, jusqu'à devenir un arbitre certifié. Cependant, il explique que le processus de certification **n'est pas** encore prêt à être déployé au Canada. Le programme délivre des accréditations à ceux qui passent avec succès une évaluation d'arbitre de niveau 1 ou de niveau 2 et prépare même un candidat à l'évaluation en organisant une session de formation avancée (ATS).

Avant de pouvoir commencer à évaluer et à accorder le statut d'arbitre certifié au Canada, nous devons attirer et former un groupe d'évaluateurs qui accepteront de diriger ces séances dans leur région à travers le pays. Le travail de l'évaluateur est difficile à bien des égards, et il ne sera pas facile d'attirer des personnes qualifiées à ce poste. Cela peut signifier que les personnes intéressées à devenir un arbitre certifié devront peut-être parcourir une certaine distance pour leur évaluation.

Pour tous les évaluateurs d'arbitres qui lisent cet avis, nous organiserons une session de formation Zoom pour revoir et discuter du processus d'évaluation et de l'utilisation du formulaire d'évaluation d'arbitre. Cette session sera ouverte à tous les CR et arbitres de niveau 2. Une invitation de Sign-up Genius sera envoyée directement à votre adresse courriel dans un avenir proche (août/septembre).

Par ailleurs, grâce au travail acharné de deux arbitres de niveau 2 et de Barbara Dueck, résidente du Canada et l'une des 8 évaluateurs d'arbitres certifiés USA Pickleball en Amérique du Nord, nous avons maintenant deux arbitres certifiés USA Pickleball/Pickleball Canada de plus. Ceci porte notre nombre d'arbitres certifiés à 22 au Canada.

C'est lors des récents championnats provinciaux de Pickleball de l'Alberta à Medicine Hat que, Barbara a évalué Bob Philip, Red Deer, Alberta et Elizabeth Folk, Comox, BC. Bob et Elizabeth ont tous deux réussi à obtenir leur certification. Veuillez vous joindre à moi pour féliciter Bob et Elizabeth et pour remercier Barbara pour le temps et les efforts qu'elle a consacrés à ces évaluations. Nous espérons bientôt être en mesure de certifier les arbitres canadiens au Canada en tant qu'arbitres canadiens certifiés reconnus par USA Pickleball.



## Le troisième coup amorti

### Opinion de Wayne Kerr

Presque tous ceux qui ont joué au pickleball pendant un certain temps ont entendu ce terme : le troisième coup amorti. Qu'est-ce que c'est et pourquoi devez-vous posséder cette compétence ?

Étant donné que les règles stipulent que l'équipe au service doit laisser rebondir la balle avant de la frapper, le troisième coup est souvent joué depuis le milieu du court ou une zone plus profonde. Comme le quatrième coup peut être joué à la volée, l'équipe de retour arrive généralement en premier dans la cuisine, c'est-à-dire dans la zone de non-volée (ZNV), ce qui lui donne une position plus forte sur le terrain. Cela laisse à l'équipe au service trois options pour frapper la troisième balle :

1. Coup en puissance - la balle peut être frappée fort pour essayer de provoquer une erreur ou une réponse faible. Le risque est d'envoyer la balle dans le filet, de l'envoyer au-delà de la ligne de fond de court ou de permettre au joueur de retour de frapper une grande volée.
2. Amorti - la balle peut être lâchée en douceur dans la cuisine, ce qui permet à l'équipe qui sert d'avancer jusqu'à la zone ZNV et d'effacer l'avantage positionnel dont bénéficient les joueurs de retour. Les risques sont de frapper la balle trop courte et dans le filet ou de la frapper trop profondément, ce qui donne aux joueurs de retour un coup attaquant.
3. Lob - le ballon peut être lobé au-dessus de l'équipe de retour pour la repousser. Les risques sont de fournir un ballon attaquant ou de l'envoyer trop loin.

Les deux premières options sont généralement les plus utilisées parmi les trois ci-dessus. À mon avis, le troisième coup amorti est généralement la meilleure option. Cependant, elle demande le plus

d'habileté et/ou beaucoup de pratique pour être exécutée avec succès. Cela en vaut-il la peine ? Si vous essayez de vous améliorer ou si vous jouez avec des joueurs plus expérimentés, la réponse simple est oui. Toutes choses égales par ailleurs, l'équipe qui a le contrôle du filet remportera le point dans plus de 50 % des cas. Vous et votre partenaire devez atteindre la zone ZNV pour au moins égaliser vos chances de gagner le point. Une bonne chute du troisième coup amorti vous permettra d'y parvenir.

Le troisième coup amorti consiste essentiellement à envoyer la balle plus loin sur le terrain. Comme il existe probablement une cinquantaine de vidéos Youtube et FaceBook sur le sujet, je n'entrerai pas dans les détails sur la façon d'exécuter correctement ce coup. Le troisième coup amorti peut être joué avec un sous-vert (coup avec effet latéral), un topspin, un sidepin ou sans effet. Je suggère que la méthode que vous préférez pour frapper vos amorti court soit la même que celle que vous devriez utiliser pour frapper un troisième coup, surtout pendant que vous développez cette compétence. Si vous avez l'habitude d'ajouter un peu d'effet latéral lorsque vous amorti court, faites de même avec le troisième coup. Soyez prêt à bouger vos pieds. Pour un meilleur contrôle, placez-vous en face de la balle afin de ne pas avoir à tendre le bras d'un côté ou de l'autre. Essayez d'entrer en contact avec la balle 30 à 60 cm devant votre corps, votre palette se déplaçant vers le haut. N'ayez pas peur d'ajouter un peu plus de loft à la balle. Plus vous êtes éloigné du filet, plus vous devez donner de l'arc à la balle. Laissez la balle tomber dans la cuisine.



Personne, pas même les meilleurs joueurs professionnels, ne réussit toujours un troisième coup amorti parfait et c'est bien ainsi. Ils sont prêts à faire un cinquième ou un septième (ou même un neuvième) coup pour en obtenir un qui leur permettra d'atteindre la ZNV.

Les pros comprennent que l'objectif principal du troisième coup amorti est de fournir une balle inattaquable. Ils savent également que

l'aspect le plus important du troisième coup est qu'il permet de franchir le filet.

Il faut le répéter : Le troisième coup amorti n'a pas besoin d'être parfait, mais il doit passer au-dessus du filet ou le point est terminé.



Comment savez-vous si vous ou votre partenaire avez frappé un bon troisième coup amorti? Regardez comment votre adversaire se prépare à recevoir la balle. Si sa pagaie est levée au-dessus du filet ou plus haut, vous et votre partenaire devez rester en arrière et être prêts à recevoir une balle frappée vers le bas. S'il laisse tomber sa pagaie sous le filet et doit frapper la balle vers le haut, allez-y. Vous n'avez qu'un instant ou deux pour décider d'intervenir ou non, alors soyez prêts.

Au fur et à mesure que la précision de votre troisième coup s'améliore, vous pouvez commencer à diriger la balle vers un revers faible ou à cibler une partie spécifique de la zone ZNV. Il est préférable de faire cela lorsque vous avez un retour facile à travailler ou que vous vous êtes mis dans la position idéale pour jouer la balle.

Bonne chance pour ajouter cette compétence inestimable à votre jeu. Gardez toujours à l'esprit que le but principal du troisième coup est de faire passer une balle inattaquable par-dessus le filet, même si cela prend deux tentatives ou plus et vous ne vous trompez pas.

Le Pickleball est le plus grand plaisir que l'on puisse avoir sur un terrain.

**C'est la fête, mes amis du pickleball.**

**Journée nationale du  
pickleball - 13 août  
2022**



Pickleball Canada invite tous les joueurs de Pickleball à se joindre à nous le samedi 13 août 2022 pour souligner la Journée nationale de Pickleball au Canada ! Il s'agit d'une journée spéciale pour mettre en valeur le sport que nous aimons tous, et il y a tellement de façons de célébrer. Que diriez-vous d'organiser un tournoi, d'offrir des leçons gratuites, d'organiser des compétitions d'habileté ou d'inviter vos amis et votre famille à se joindre à vous pour une journée de jeu. Il faut que ce soit amusant !

La Journée nationale du pickleball est une excellente occasion de faire connaître ce sport et de le faire découvrir à de nouveaux joueurs dans tout le pays. Montrez à vos amis et à votre famille pourquoi le pickleball est le sport qui connaît la plus forte croissance en Amérique du Nord.

Si vous participez ou organisez un événement dans le cadre de la Journée nationale du pickleball, n'oubliez pas de nous en parler ! Nous aimerions partager vos histoires avec nos membres sur nos médias sociaux, sur notre site web et dans la newsletter PC Scoop.

Vous pouvez envoyer vos photos, vidéos et histoires à Kaitlyn Green, coordinatrice de projet à [kaitlyn.green@pickleballcanada.org](mailto:kaitlyn.green@pickleballcanada.org).



## Contributeurs de la communauté Pickleball

**Des joueurs de pickleball locaux parmi les Olympiens spéciaux qui entrent dans l'histoire.**

**Contribution de Garry Morehouse, écrit par Erika Engel**

**7 juin 2022**

L'histoire du sport a été écrite à Collingwood dimanche avec le tout premier tournoi de pickleball des Olympiques spéciaux Ontario. Ce sport en plein essor est nouveau pour Olympiques spéciaux Ontario (OSO), avec seulement deux équipes inscrites jusqu'à présent - une à Meaford/The Blue Mountains, et une à Midland/Penetanguishene.



Le Thornbury Thunder et les Huronia Power Picklers se sont rencontrés sur le terrain de Swing Courts à Collingwood pour leur tout premier tournoi le 5 juin.

John Baird, qui supervise les Huronia Power Picklers, a déclaré que l'équipe comprenait actuellement 10

athlètes olympiques spéciaux inscrits, répartis équitablement entre les hommes et les femmes. "Nous avons commencé avec cinq athlètes à l'été 2019, nous avons continué pendant le COVID-19 à l'intérieur en portant des masques, en respectant toutes les restrictions des OSO", a déclaré Baird, qui a également crédité l'entraîneur Helen Robertson

pour son travail dévoué avec l'équipe. "Notre esprit collectif, notre énergie et notre amour du sport visent à faire évoluer le Pickleball vers une discipline sanctionnée par la OSO."

Shelley Higginson, fondatrice et directrice de programme chez Events for Life, est l'un des quatre entraîneurs de l'équipe Thornbury Thunder, qui comprend huit athlètes qui s'entraînent ensemble une fois par semaine au Beaver Valley Community Centre. Devenue elle-même une joueuse de pickleball passionnée, Mme Higginson a déclaré que l'équipe s'est formée en mars de cette année avec des équipes de double féminin, masculin et mixte. "Les athlètes se débrouillent très bien", a-t-elle déclaré. "Ce n'est pas encore un sport de compétition reconnu par les Olympiques spéciaux, mais nous essayons de faire savoir que c'est un sport merveilleux... nous espérons que d'autres entraîneurs se lanceront et créeront une équipe."

Les matchs de dimanche seront repris le 22 août au North Simcoe Rec. Centre lorsque le Thunder se rendra à Midland/Penetanguishene pour un deuxième tournoi.

"C'était formidable de voir le plaisir, les rires et l'enthousiasme de la communauté", a déclaré M. Higginson, qui a souligné la présence de bénévoles parmi les membres de Swing Court pour aider à organiser le tournoi et les matchs. "Nous aimerions encourager d'autres communautés à s'impliquer dans les Jeux olympiques spéciaux, à être inclusives et à obtenir quelques athlètes dans leur équipe", a déclaré Higginson. "Le message que nous aimerions vraiment faire passer aux gens, c'est de commencer à le faire dans leur communauté." Pour trouver vos clubs locaux d'Olympiques spéciaux pour des possibilités de bénévolat ou de participation, visitez <https://www.specialolympics.ca/>



## Pickleball pour sourds - marquer des points avec ASL

### Paul et Pauline Landry

Mon mari, Paul Landry, ancien coureur d'élite Sourd, et moi-même, nous sommes mis au Pickleball il y a quelques années à Rincon de Guayabitos, au Mexique. De nombreux autres joueurs Sourds continuent de se joindre à ce sport en pleine expansion. Pour faciliter le jeu, nous affichons un panneau indiquant les chiffres de un à dix en ASL, l'American Sign Language

L'avantage indirect pour les Canadiens, les Mexicains et les joueurs malentendants est de comprendre plus facilement la notation. Nous espérons que davantage de joueurs



utiliseront cette méthode de pointage visuel facile.

Certains Canadiens sourds participent régulièrement à des tournois pour sourds et entendants. Les Jeux canadiens des Sourds, qui comprennent le Pickleball, ont eu lieu à Laval, au Québec, du 5 au 8 juillet 2022, et ont été organisés par l'Association Sportive des Sourds du Québec. Pour plus d'informations sur l'Association sportive des Sourds du Canada, cliquez ici <https://assc-cdsa.com/en/>

Le tournoi national américain de Pickleball des sourds 2022 aura lieu à The Villages, Fla. du 4 au 6 novembre 2022. Pour plus d'informations, contactez Rob Cundy [lob7627@icloud.com](mailto:lob7627@icloud.com)

## **Protégez vos yeux ! L'importance de la protection des yeux**

*Au cours des derniers mois, Pickleball Canada a reçu les récits de deux membres qui racontent les graves blessures aux yeux qu'ils ont subies après avoir été frappés à l'œil par une balle de pickleball. Lisez-en plus sur leurs histoires et sur les raisons pour lesquelles la protection des yeux est si importante lorsqu'on joue au pickleball.*

### **Darlene Lainchbury - Williams Lake, Colombie-Britannique**

Le 12 juin, Darlene a participé à une session d'accueil pour jouer avec d'autres membres. Après une partie rapide avec des joueurs de haut niveau, elle a joué une autre partie avec des joueurs de même niveau. Cette deuxième partie était très égale et les deux équipes étaient à la ligne de cuisine en train de faire des volées.



Un coup violent est parti de la pagaie d'un adversaire et a frappé Darlene directement sur le globe oculaire ouvert. En proie à une immense douleur, Darlene savait que c'était grave car elle sentait son œil exploser et saignait abondamment.

À l'hôpital, le médecin a envoyé des photos de son œil déchiré à un chirurgien à Vernon qui s'est dit disponible pour pratiquer l'opération. Après cinq heures de route, Darlene arrive à Vernon, mais elle ne va pas très bien. Elle est emmenée d'urgence au bloc opératoire, où l'on tente de reconstituer son œil. Le chirurgien lui a expliqué que tout ce qui aurait dû se trouver à l'intérieur de son œil se trouvait à l'extérieur. Elle a ensuite été envoyée à

Kamloops chez un spécialiste et est maintenant envoyée chez un autre chirurgien pour déterminer les prochaines étapes.

Darlene avait des lunettes de protection mais ne les portait jamais car elle trouvait qu'elles nuisaient à sa vision et qu'elles étaient laides. Elle pensait également que les risques de se faire frapper dans l'œil étaient faibles. Bien que de nombreuses personnes soient choquées

d'apprendre qu'un pickleball a fait cela, ce n'est plus le jeu lent qu'il était auparavant. Darlene pense maintenant que nous devons tous suivre l'évolution du jeu, y compris les mesures de sécurité.

Cette blessure a complètement changé la vie de Darlene. Elle ne sait pas si elle pourra à nouveau conduire, faire du vélo ou faire beaucoup d'autres choses. À 65 ans, il n'est pas facile de s'adapter. Darlene exhorte les joueurs à ne pas être la prochaine victime en portant une protection oculaire et en continuant à s'amuser.

### **Rob Fahrlander - Sundre, Alberta**

Rob a subi une blessure à l'œil le 4 mai alors qu'il jouait au pickleball à Sundre. Bien que ce ne soit pas un cas aussi extrême que celui de Darlene, il a une déficience visuelle permanente. La balle est arrivée dans son terrain après un retour de puissance moyenne. Sa partenaire à sa gauche a attrapé la balle sur le haut de sa pagaie et celle-ci a fait un virage à 45 degrés vers la droite, frappant directement son œil ouvert. C'était une course effrénée pour la balle, heureusement ralentie par la pagaie de sa partenaire, sinon cela aurait pu être pire. Rob dit qu'il ne peut pas imaginer ce que ressentirait l'impact direct d'une balle à pointe dure.

Son spécialiste de la rétine à Calgary l'a informé que son vitré s'était séparé de la rétine, provoquant une tache trouble permanente dans sa vision. Cela peut se produire naturellement avec l'âge, mais la séparation a été favorisée par l'impact du pickleball.

Depuis son accident, Rob a effectué quelques essais pour trouver quelles lunettes fonctionnent sous des lumières fluorescentes lorsqu'on joue à l'intérieur et il a découvert que les teintées fumées ou brunes sont les meilleures. Bien que l'éblouissement et la buée qui peuvent se produire avec les lunettes ne soient pas idéaux, Rob exhorte les membres à faire passer leur sécurité en premier et à travailler ensemble pour trouver des solutions à ces problèmes.

**REMARQUE : PICKLEBALL CANADA RECOMMANDE FORTEMENT DE TOUJOURS PORTER DES LUNETTES DE PROTECTION LORS DE LA PRATIQUE DU PICKLEBALL.**

## **Pickleball jeunesse**

### **Pickleball pour les jeunes à Muskoka Lakes**

#### **Gloria Gardner, ambassadrice**

Muskoka Lakes Pickleball a organisé une clinique de pickleball de deux heures pour un groupe de jeunes scolarisés à domicile à Muskoka le vendredi 29 avril 2022. Vingt-six enfants âgés de 6 à 14 ans y ont participé.

Au cours de la clinique, les jeunes ont été guidés à travers des exercices d'échauffement, des techniques d'initiation et des techniques

de démarrage de base pour qu'ils soient à l'aise sur le terrain, ce qu'ils ont apprécié. La clinique était une façon amusante, active et sociale d'apprendre ce jeu populaire et de faire en sorte que les jeunes commencent à apprendre tôt l'importance d'être en forme pour la vie.

Le groupe a été aidé par de merveilleux bénévoles : une enseignante d'éducation physique d'Ancaster récemment retraitée, Lyn Mastroluisi, son amie Carol-Angela Orchard (une entraîneuse de gymnastique extrêmement accomplie qui aime aussi le pickleball !), et le parent Lockman Law.



Le canton a donné suite à la clinique initiale en offrant du pickleball gratuit pour les jeunes pendant une heure chaque semaine en juillet et août à deux endroits dans le canton de Muskoka Lakes : Les lundis de 12 h à 13 h à l'aréna de Bala et les jeudis de 12 h à 13 h à l'aréna de Port Carling. 29 jeunes ont participé à Port Carling le 21 juillet !



### **Contributeurs:**

Karen Rust  
Steve Deakin  
Mark Renneson  
Alan Thompson  
Wayne Kerr  
Garry Moorehouse  
Erika Engel

Pauline Landry  
Paul Landry  
Darlene Lainchbury  
Rob Fahrlander  
Gloria Gardner  
Carla Anderson  
Kaitlyn Green



### **À la Recherche de Contributeurs**

Nous aimerions partager vos histoires, événements de club, photos, nouvelles, etc. Faites-nous savoir si vous avez des idées de contenu qui pourraient servir à nos membres.

Nous vous invitons à contacter Kaitlyn Green à l'adresse [scoop@pickleballcanada.org](mailto:scoop@pickleballcanada.org).

***Nous savons que vous êtes là et nous sommes impatients d'avoir de vos nouvelles !***

**Traduit avec [www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (version gratuite)**