# Stage annuel des éducateurs 2026

## Présentation du secteur compétition

Présentation par :



# Ordre du jour

- Mot de bienvenue
- Personnes-ressources
- Vérification des antécédents judiciaires et règle de deux
- Sensibilisation au travail des arbitres
- Paramètres de saison
- Règlements de la Ligue de Développement de Soccer Estrie (LDSE)
- Survol de Spordle

# Mot de bienvenue

# Personnes-ressources LDSE



**Daniel Saint-Martin**

Coordonnateur aux compétitions

competitions@soccer-estrie.qc.ca

**À venir**

Coordonnateur.rice adjoint.e aux compétitions

ldse@soccer-estrie.qc.ca

Formulaires disponibles en ligne pour :

- Faire déplacer un match
- En appeler d'une décision
- Déposer une plainte/protêt
- Demander un double-surclassement

Vous devez faire acheminer le **formulaire à votre club**

# Vérification des antécédents judiciaires

## Obligatoire

Tout membre du personnel d'équipe, âgé de 18 ans et plus, doit obligatoirement se soumettre à la vérification de ses antécédents judiciaires au moment de son affiliation à une équipe juvénile.

Contactez votre club rapidement pour remplir le formulaire prévu à cet effet.

Vérification obligatoire aux 3 ans!

Membre du personnel d'équipe :

- Éducateur
- Adjoint
- Gérant

# Règle de deux

Le but de la Règle de deux est de s’assurer que toutes les interactions et communications se font dans un environnement ouvert et observable et qu’elles sont justifiables.

## La sécurité en groupe

La Règle de deux exige la présence de deux adultes responsables (un entraîneur, un membre du personnel, un parent ou un bénévole dont les antécédents ont été vérifiés) avec le participant. Il peut y avoir des exceptions en cas d’urgence.




***La Règle de deux est une pratique exemplaire qui vise à assurer un milieu sportif sécuritaire pour tous.***

# Sensibilisation au travail des arbitres

Les arbitres sont des êtres humains - mineurs pour la plupart
Les arbitres sont en apprentissage
Les arbitres sont membres de votre club!

**Crier** sur un adolescent ne règlera pas la situation et aura plutôt l'effet inverse, en le stressant davantage!
**Intimider** un arbitre lui fera perdre le goût de continuer!
Les arbitres ne sont pas vos ***pour passer votre frustration d'une journée difficile***!

**Offrez-leur un environnement de travail sain et sécuritaire!**

Coordonnateur à l'arbitrage - Daniel Saint-Martin :
arbitrage@soccer-estrie.qc.ca

# Paramètres de saison – U9 et U10

- **Festival d'ouverture** - 2 matchs sur 1 journée
  - 16 et 17 mai à Coaticook, au parc Laurence
  - U9M et U10F joue le samedi, entre 9h00 et 18h30
  - U10M joue le dimanche, entre 9h00 et 14h00

- **Festival de fin de saison** - 2 matchs sur 1 journée *(optionnel)*
  - 22 et 23 août à Windsor (retour à la fin de semaine plus tard)

- **Saison régulière** - 12 matchs en 2 phases
  - Phase 1 : Deux fin de semaine d'évaluation (16-17 et 30-31 mai), suivit de deux matchs (13-14 et 20-21 juin)
  - Phase 2 : Début dans la semaine du 29 juin. Six semaines de matchs, la dernière étant celle du 10 août

- **Journées de compétition :**

  U9M : lundi/samedi
  U10F : jeudi/samedi
  U10M : mardi/dimanche

# Paramètres de saison – U11 et U12

- **Début de la saison**
  - Fin de semaine du 23 et 24 mai

- **Festival de fin de saison** - 1 match *(optionnel)*
  - 30 et 31 août au Haut-St-François (1 semaine plus tard que l'an passé)

- **Saison régulière** - 13 matchs en 2 phases
  - Phase 1 : Deux fin de semaine d'évaluation (23-24 mai et 6-7 juin), suivit de d'un match le 20 ou 21 juin
  - Phase 2 : Début dans la semaine du 29 juin. Sept semaines de matchs, la dernière étant celle du 17 août
  - Pour le U11M, puisqu'il n'y a pas de U11M-Espoir, le calendrier a été fait pour la saison complète

- **Journées de compétition :**

  U11M : mercredi/dimanche
  U12F : lundi/dimanche
  U12M : jeudi/samedi

# Paramètres de saison – U9 à U12

## Calendrier Hybride

- **Calendrier pour la phase 1**
  - Publication pour le 11 mai
  - Matchs jusqu'au 21 juin

- **Ajustement des groupes**
  - Une fois les deux fin de semaines d'évaluation réalisée :
    - Deux groupes seront réalisé en U9 et en U10, selon les forces des équipes ; les deux groupes ne seront pas nécessairement d'un même nombre d'équipe
    - Ajustement des équipes Espoir ou Développement en U12
    - S'il n'y a pas d'équipes supplémentaires en U12F, les équipes les plus fortes en Développement auront quelques matchs en croisé contre les équipes Espoir

- **Calendriers pour la phase 2**
  - Les calendriers pour la période à partir du 29 juin seront publié dès que possible, vers la mi-juin.
  - U9 et U10 : 6 matchs par équipes
  - U12 : 8 matchs par équipes

**Nous comptons sur votre aide pour bien en aviser vos parents**

# Paramètres de saison – U14 et U16

- **Début de la saison**
  - U14 : Fin de semaine du 23 et 24 mai
  - U16 : semaine du 19 mai

- **Saison régulière** - 14 matchs
  - Deux groupes en U14M LL
  - Pause des activités en U16 : semaine du 8 et du 15 juin pour la période d'examen

- **Séries éliminatoires :**
  24 août au 13 septembre
  13 septembre - Finales centralisées de la LDSE à Sherbrooke

- **Journées de compétition**
  U14F LL : mardi/samedi
  U14M LL : mercredi/dimanche
  U14M LR : jeudi/samedi
  U16F LL : lundi
  U16M LL : mardi

# Règlements de la LDSE

## Lois du jeu – Soccer à 7

- Le document des Lois du jeu Soccer à 7 est sur le site Web de Soccer Estrie.

- **Modifications (vs soccer à 11)**:
  - Périodes -> 4x 12 minutes, avec 3 pauses : 2-5-2 minutes
  - Relance du gardien -> Interdiction de la volée et ½-volée
    - Reprise s'il fait une volée ou ½-volée
    - Pas de règle de 8 secondes
  - Il n'y a pas de hors-jeu
  - Toute les fautes sont des coup franc direct
    - Attention aux fautes dans la surface de réparation
    - Penalty à 7m du but ; la surface a 7.3m
    - Un DOGSO est sanctionné d'un carton jaune (et non d'un rouge)
  - La distance à respecter est de 6m

# Règlements de la LDSE

## Lois du jeu – Soccer à 7

- **Modifications (vs soccer à 11) :**
  - Touches -> conduite de balle ou passe au pied
    - Attention : On ne peut pas compter directement d'une touche
  - Coup de pied de but -> La ligne de retrait est la ligne du centre
  - Corner -> conduite de balle ou passe au pied

- **Faire attention :**
  - Lors des changement, le chaos!!
  - Rappels :
    - Changement par le centre
    - Le joueur doit être sorti avant que le remplaçant n'entre sur le terrain

# Règlements de la LDSE

## Lois du Jeu - Soccer à 9

- Le document des Lois du jeu Soccer à 9 est sur le site Web de Soccer Estrie.
  - Attention, les modifications spécifiques à la régions sont dans les règlements de la LDSE

- **Modifications (vs soccer à 11)** :
  - Périodes -> 3x 20 minutes, avec 2 pauses de 3 minutes
  - Coup de pied de but -> La ligne de retrait est la ligne du centre
  - Pas de règle de 8 secondes pour le gardien

# Règlements de la LDSE
## Modifications au Lois du Jeu soccer à 11

- **Loi 8.2 – Balle à terre**

  Si le ballon est à l'extérieur de la surface de réparation au moment où le jeu est arrêté, la balle à terre est donnée à l'équipe qui avait ou aurait clairement récupéré la possession, si cela est évident pour l'arbitre ; sinon, la balle à terre est donnée à l'équipe qui a touché le ballon en dernier.

  La balle à terre est donnée à l'endroit où le ballon se trouvait lorsque le jeu a été arrêté.

- **Loi 9.2 – Ballon en jeu**

  Un coup franc indirect sans sanction disciplinaire sera accordé si un officiel d'équipe, un remplaçant, un joueur remplacé ou expulsé, ou un joueur temporairement hors du terrain touche le ballon alors qu'il est en train de sortir du terrain sans chercher à interférer de façon abusive.

# Règlements de la LDSE

## Modifications au Lois du Jeu soccer à 11

- **Loi 12.2 – Coup franc indirect (Gardien de but)**

  Auparavant, si un gardien gardait le ballon plus de 6 secondes, la loi exigeait que les arbitres accordent un coup franc indirect à l'équipe adverse, depuis l'intérieur de la surface de réparation

  - En pratique, cette loi était rarement appliquée

  Le nouveau changement :

  - Si un gardien garde le ballon plus de huit secondes (l'arbitre utilisant un décompte visuel de cinq secondes), un corner sera accordé à l'équipe adverse.

! **Cette modification sera appliquée de façon strict par les arbitres**

# Règlements de la LDSE

## 2.1.4 - Couleurs similaires entre deux équipes

En cas de similitude de couleurs, l'arbitre demandera à l'équipe visiteuse de changer de maillots ou de porter des dossards.

À défaut de se conformer, et dans l'éventualité où le match n'ait pu être disputé pour cette raison, l'équipe fautive perdra le match par forfait.

## 2.1.5 - Trousse de premiers soins

Chaque équipe doit avoir en sa possession une trousse de premiers soins et de la glace accessibles en tout temps.

! **Contactez votre club pour obtenir votre trousse de premiers soins.**

# Règlements de la LDSE

- **2.1.6 - Port d’objet dangereux par un joueur**

  Un joueur ne doit pas porter d’équipement potentiellement dangereux pour lui ou pour tout autre joueur, **y compris tout type de bijou, recouvert ou non**.

  En Estrie, le port de lunettes conventionnelles est autorisé. Les lunettes de sport sont fortement recommandées**.**

! **Le port de lunettes conventionnelles peut être interdit dans d’autres régions. Informez-vous avant d’inscrire votre équipe à un tournoi.**



# Règlements de la LDSE

## 2.2.1 - Nombre de joueurs habillés

Peuvent prendre part au match :

| CATÉGORIES | MINIMUM | MAXIMUM |
|---|---|---|
| U9-U10<br>U11-U12<br>U14-U16 | 5 joueurs<br>6 joueurs<br>7 joueurs | 15 joueurs<br>18 joueurs<br>22 joueurs |

## 2.2.2 - Expulsion d'un joueur

Un joueur expulsé d'un match par l'arbitre ne peut être remplacé par un autre joueur sur le terrain.

# Règlements de la LDSE

## 2.2.3 - Participation d'un joueur inéligible

Une équipe qui fait jouer un joueur inéligible perd son match par forfait.

Forfait!

Exemples de joueur inéligible :

- Joueur LR qui va jouer en LL
- Joueur LL qui joue dans une autre équipe LL de même catégorie (permis en U9 à U12)
- Joueur double-surclassé sans autorisation
- Joueur d'âge supérieur à celui de la catégorie
- Joueur non-validé (vérifiez votre feuille d'alignement)
- Joueur suspendu

! **Si le nom du joueur n'apparaît pas sur votre feuille de match, ne le faites pas jouer et contactez votre club pour régler la situation.**

Soyez prudent si vous ajoutez un nom à la main!

# Règlements de la LDSE

## 2.2.5 - Le joueur réserve

Une équipe ne peut pas utiliser un joueur qui est assigné avec une autre équipe de son club jouant dans la même catégorie, dans le même niveau de compétition et dans la même division qu'elle peut importe le sexe de l'équipe.

*Par exemple : un joueur U14M qui évolue avec l'équipe U14M L1-1 de son club ne peut pas évoluer aussi avec l'équipe U14M L1-2 de son club, même s'il joue dans un groupe différent. (permis pour le U9 à U12)*

Un joueur dont le nom se retrouve plus de 5x sur une feuille de match d'une équipe de niveau de compétition LDIR, LDP, PLSJQ ou LS PRO sera considéré immédiatement assigné à cette équipe.

**Il est permis à une équipe d'utiliser max 2 joueurs d'un niveau supérieur (LDIR et +) pour un maximum de 2 matchs consécutifs.* ***La LDSE doit être mise au courant par le DT de votre club et approuver avant le match.***

# Règlements de la LDSE

## 2.3 - Le personnel d'équipe

**Un maximum de 3 membres du personnel d'équipe**, dûment affiliés et dont le nom figure sur la feuille de match, est permis sur le banc des joueurs.

En cas d'absence des membres du personnel d'équipe affiliés, un parent peut prendre la responsabilité de l'équipe pour le match. Son nom doit être ajouté sur la feuille de match.

Aucune équipe ne peut commencer un match sans la présence d'au moins 1 membre du personnel d'équipe au banc des joueurs.

Les membres du personnel d'équipe doivent adopter un comportement responsable et demeurer dans la surface technique de leur équipe.

# Règlements de la LDSE

## 2.3.3 - Avertissement et expulsion d'un membre du personnel d'équipe

L'arbitre a le pouvoir d'avertir (carton jaune) ou d'expulser (carton rouge) un membre du personnel d'équipe s'il juge que celui-ci nuit au bon déroulement du match ou persiste à enfreindre les règles.

Un membre du personnel d'équipe expulsé doit quitter le terrain. **Par quitter le terrain, on entend aller dans les vestiaires, dans sa voiture, etc.** Il ne peut communiquer avec ses joueurs de quelque manière que ce soit.

Si, à la suite de l'expulsion du membre du personnel d'équipe, les joueurs de l'équipe se retrouvent seuls au banc, l'équipe perd le match par forfait.

# Règlements de la LDSE

## 2.4 - Les arbitres

L’arbitre possède l’entière et pleine autorité sur le déroulement du match, du moment où il pénètre sur le terrain jusqu’à son départ.

L’arbitre n’est pas tenu de connaître la réglementation que doivent appliquer les équipes.

**Toute équipe a la responsabilité d’assurer la protection des arbitres et arbitres-assistants présents à un match.**

En cas d’absence de l’arbitre, les équipes doivent s’entendre afin de désigner une personne pour officier le match. Le match doit se jouer, sinon, forfait pour les 2 équipes.

# Règlements de la LDSE

## ⚽ 2.5.1 - Changement au calendrier demandé par une équipe

- **Une seule demande** est autorisée par équipe (sauf pour tournoi (1x)) ; une demande supplémentaire peut-être accordé en lien direct avec un match de la Coup du Monde
- La demande doit être faite au moins **5 jours** avant le match.
- Vous devez compléter le formulaire et le transmettre à votre club.
- La nouvelle date du match doit être au maximum 3 semaines avant ou après la date initiale
- Aucune demande de changement au calendrier ne sera acceptée pour un match ayant lieu après le 31 juillet, sauf si la demande est déposée avant le 1er juillet afin de permettre de jouer le dit match avant le 31 juillet.

! **Équipes du Mistral de Sherbrooke :** voir avec le club la disponibilité de cette option

# Règlements de la LDSE

## 2.7.1 – Passeport électronique

- Soccer à 7 et à 9 : Seuls les membres du personnel d'équipe doivent obligatoirement présenter leur passeport aux arbitres avant le début de chaque match.
- Soccer à 11 : Tous les joueurs et membres du personnel d'équipe doivent obligatoirement présenter leur passeport aux arbitres avant le début de chaque match.

La présentation des passeports électroniques oblige l'utilisation d'un appareil intelligent muni d'un écran de minimum 4,5 pouces pour permettre à l'arbitre de les visualiser correctement.

# Règlements de la LDSE

## 2.7.2 - Feuille de match

- Doit être imprimée à partir de Spordle Play.
- Doit être remise à l'arbitre qui y note les joueurs vérifiés.
- Tout joueur dont le nom figure sur la feuille est considéré comme ayant participé au match.

**N'oubliez pas de biffer vos absents!**

C'est la **responsabilité de l'équipe** (et non de l'arbitre) de rayer le nom de tout joueur ou entraîneur (absent ou suspendu) qui n'a pas participé au match en question. Autrement, le membre sera considéré comme ayant participé au match.

# Règlements de la LDSE

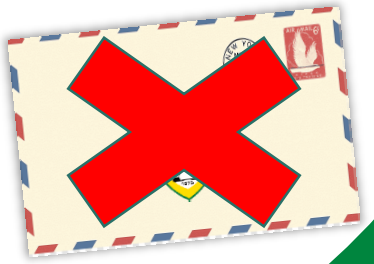
## 2.7.3 – Transmission des statistiques de match



Les équipes n'ont plus à entrer les statistiques dans Spordle Play après un match.

Toutefois, après le match, **une fois les feuilles de match remplies par l'arbitre**, vous devez :

- Vérifier les informations : Buteurs, cartons, pointage final, etc.
- Signer les deux feuilles de matchs, indiquant la conformité de celle-ci avec le déroulement du match
- Prendre une photo des deux feuilles de match, ce qui permettra un suivi en cas de disparité (optionel)



## 2.7.4 – Retour des feuilles de match à la Ligue

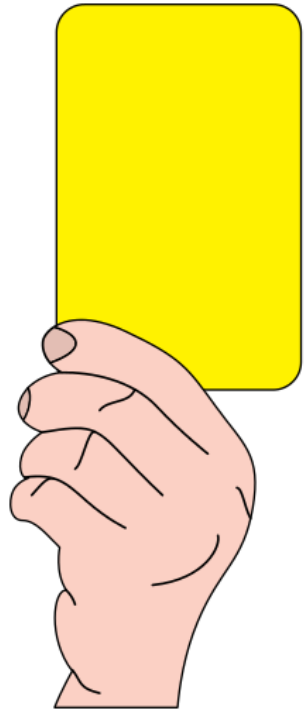
L'arbitre aura la responsabilité d'envoyer la photo des feuilles de match.

# Règlements de la LDSE

## 3.2.1 - Cartons jaunes

Les cartons jaunes sont cumulatifs :

- 3e carton jaune : 1 match de suspension
- 6e carton jaune : 1 match de suspension
- et ainsi de suite…



! **Les cartons jaunes suivent le membre peu importe pour quelle(s) équipe(s) et club il joue/entraîne!**

! **ATTENTION : Le joueur ou la joueuse doit purger sa suspension avec l'équipe avec laquelle il ou elle a obtenu le carton (3e, 6e, etc.) lui donnant une suspension.**

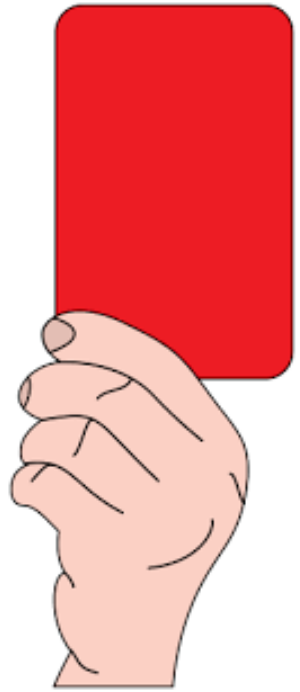
# Règlements de la LDSE

## 3.2.1 - Cartons rouges

2 cartons jaunes = 1 carton rouge
1 carton rouge = 1 match de suspension

- Des suspensions supplémentaires peuvent s'appliquer
- La suspension doit être purgée avec l'équipe avec laquelle la suspension a été encourue.

! **Les cartons rouges suivent le membre peu importe pour quelle(s) équipe(s) et club il joue/entraîne!**



# Règlements de la LDSE

- **3.5 - Charte disciplinaire supplémentaire**
  - À la suite d'une expulsion, l'arbitre remplit un rapport disciplinaire.
  - Une suspension supplémentaire s'ajoute à la sanction automatique lors des situations suivantes :
    - Propos grossiers ou discriminatoires;
    - Cracher, frapper ou tenter de frapper;
    - Geste causant des blessures ou avec l'intention de blesser;
    - Proférer des menaces ou tenter d'intimider;
    - Geste répréhensible ou refus de quitter le match après une expulsion.
  - Toute suspension non purgée en totalité au cours de la saison estivale est reportée sur la prochaine saison estivale d'activité du membre.

! **ATTENTION : Une révision des suspensions supplémentaires est actuellement en cours afin d'augmenter le nombre de match en fonction de la sévérité du geste. Celle-ci est basé sur ce qui est actuellement mise en place par Soccer Québec.**

# Règlements de la LDSE

## 3.7.3 – Amendes liées aux matchs forfaits

Amende : **50 $** si le match s'est joué.
Amende : **150 $** ou **250 $** si le match ne s'est pas joué.

Quelques exemples :

- Une équipe ne se présente pas à un match.
- Faire jouer un joueur inéligible ou suspendu.
- Ne plus pouvoir présenter le nombre de joueurs minimal sur le terrain.
- Pas de feuille de match.
- Aucun membre du personnel d'équipe au banc des joueurs.
- Pas de consensus des 2 équipes pour remplacer l'arbitre s'il est absent.


N'OUBLIEZ PAS
DON'T FORGET
1 - C'EST UN JEU
IT'S A GAME
2 - CE SONT DES ENFANTS
THEY ARE CHILDREN
Le but gagnant, c'est jouer !
3 - LES ENTRAÎNEURS SONT DES ÉDUCATEURS
COACHES ARE EDUCATORS
4 - LES ARBITRES SONT HUMAINS
REFEREES ARE HUMAN
5 - CE N'EST PAS LA COUPE DU MONDE
IT'S NOT THE WORLD CUP
BON MATCH!
GOOD GAME!
UN MESSAGE DE
A MESSAGE FROM
Fédération de SOCCER du Québec
SOCCER ESTRIE
RESPECT - INTÉGRITÉ - EXCELLENCE - ÉQUITÉ - UNITÉ - ACCESSIBILITÉ
RESPECT - INTEGRITY - EXCELLENCE - FAIRNESS - UNITY - ACCESSIBILITY

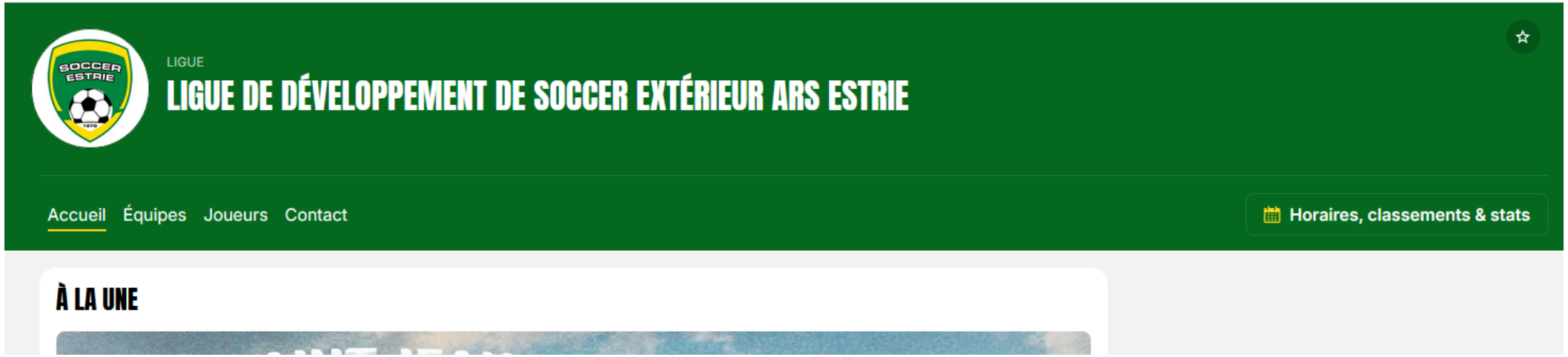
# Survol de Spordle

Pour accéder aux calendriers des matchs, il faut accéder à Spordle Page et y inscrire la ligue que l'on cherche.



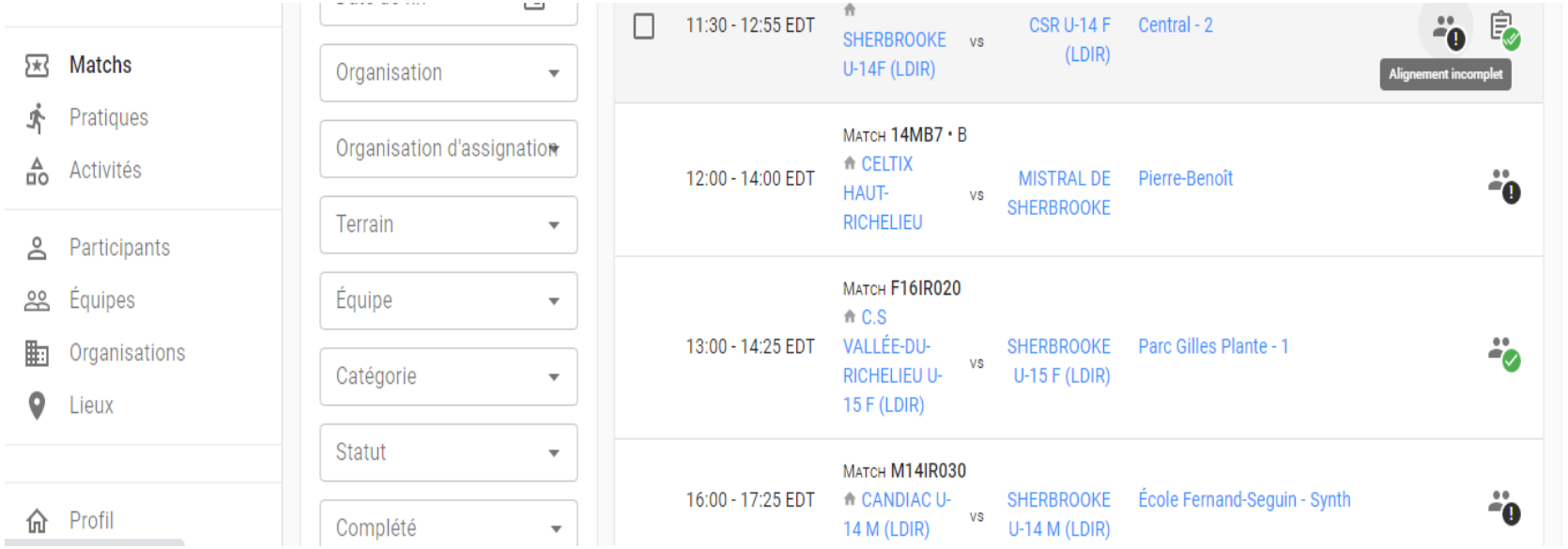
# Survol de Spordle

L’accès au calendrier pour les parents se fait via **Spordle Page**. Une fois dans la Ligue de Développement de Soccer extérieur ARS Estrie, on clip sur le lien *Horaires, classement & stats* à droit pour accéder au calendrier de la ligue. On sélection alors la catégorie désirée dans les différents menus déroulants.



# Survol de Spordle

Pour imprimer la feuille de match, il faut accéder à Spordle Play. Dans l'onglet *matchs*, on sélectionne son alignement pour voir sa liste de joueurs. Un guide est disponible sur notre site Web.




Afin de recevoir un courriel indiquant une modification à l'un de vos match, assurez-vous qu'il y a au moins un éducateur par équipe qui a son adresse courriel validée dans Spordle Play et qui n'a pas empêché Spordle de lui envoyé des notifications.

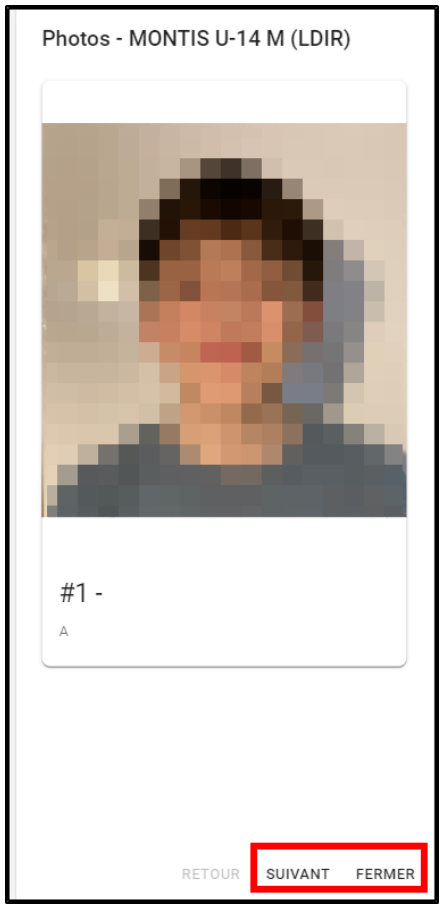
# Survol de Spordle

En cochant les joueurs présents, il sera possible de voir les photos des joueurs ou joueuses cochés pour la validation de l'alignement. **SVP, assurez-vous d'avoir inscrit les numéros des joueurs dans votre cahier d'équipe.**



# Survol de Spordle

Voici ce que vous verrez lorsque vous allez cliquer sur les photos dans votre alignement.




Lorsque vous allez cliquer sur imprimer, un document PDF sera téléchargé. La page ressemblera à ceci, mais seulement avec les informations disponibles avant le match.


LIGUE DE DÉVELOPPEMENT DE SOCCER EXTÉRIEUR ARS ESTRIE - LIRAME
September 28, 2023 - 9:00 PM EDT
Parc Quintal - 1, Sherbrooke, QC
SX03

MISTRAL SX ALOUETTES-SIBOIRE — 5 (HOME) — 3 (AWAY) — MISTRAL SX ATOMIK

Color: MISTRAL SX ATOMIK

| STATUS | POS | # | NAME | PASSPORT | SUB | CARD | GOALS | MUTATION | R / T |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | J | 15 | BOURASSA-OUELLET, OLIVIER | 01054130 | | | 1 | | |
| | J | 20 | FONTAINE, REJEAN | 00595766 | | | | | |
| | J | 3 | GOSSELIN, EDITH | 00570087 | | | | | |
| | J | 22 | JUDITH, LEWIS | 00400915 | | | | | |
| | J | 23 | LAFOREST, LOUIS-PHILIPPE | 00056660 | | | | | |
| | J | 1 | LAUZON, AUDREY | 00509198 | | | | | |
| | J | 18 | LEPINE, YVES | 00759031 | | | | | |
| | J | 24 | MASSON LEFEBVRE, JULIEN | 00283219 | | | | | |
| | J | 10 | PARENTEAU, LUC | 00569185 | | | | | |
| | J | 4 | ROUSSEAU, PIERRE-PHILIPPE | 00062839 | | | | | |
| | J | 17 | TOWNER, VINCENT | 00357262 | | | | | |
| | J | 0 | AINMELK, NICOLAS | 00588584 | | | | | |
| | J | 21 | BERGERON, SAMUEL | 00064601 | | | 1 | | |
| | J | 8 | ~~PARENTEAU, MARC~~ | ~~00057712~~ | | | | | |
| | J | 5 | BEAUCAGE, ARIANE * | 01354217 | | | | | |
| | J | 19 | MARGENATS, BRUNO * | 00059515 | | | 1 | | |
| | J | 2 | PERRON, JOANIE * | 00064523 | | | | | |
| | E | 0 | AINMELK, NICOLAS | 00588584 | | | | | |
| | E | 21 | BERGERON, SAMUEL | 00064601 | | | | | |
| | E | 8 | PARENTEAU, MARC | 00057712 | | | | | |

OFFICIALS — MVP:

Referee — 4th Referee

Assistant Referee: Jeremy Guertin — Assistant Referee 2

| | YES | NO | | YES | N |
|---|---|---|---|---|---|
| Match balls (2X) | | | Team benches | | |
| Adapted terrain | | | Sanitation facilities | | |
| Field Lines | | | Late team (home) | | |
| Corner flags | | | Late team (away) | | |
| Nets good condition | | | | | |

HOME — AWAY

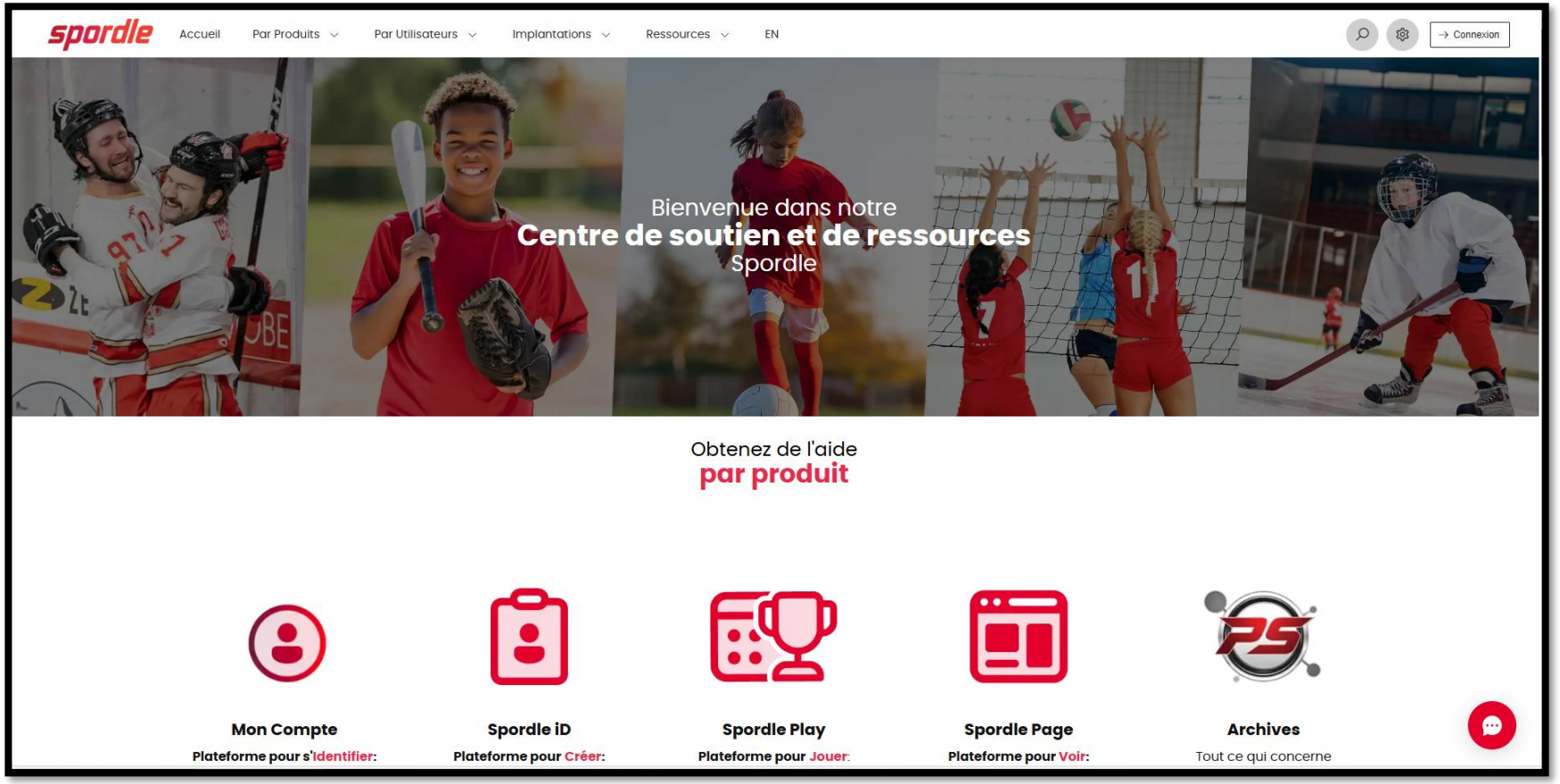
Notes — Notes

Signature — Signature

POS-Position / SUB-Substitution / R-Reserve / T-Tyro

# Survol de Spordle

soutien.spordle.com



# Merci de votre attention !

Stage annuel des éducation - Prise de présence pour le 13 mai 2026

SOCCER ESTRIE

1970

Respect – Solidarité – Excellence