

GUIDE DU NAGEUR

Équipe de natation de Saint-Lambert
(dernière mise à jour octobre 2022)

1. La mission, la vision, les objectifs.

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert (« **Équipe** » ou « **Blue Machine** ») est une personne morale constituée en vertu de la troisième partie de la *Loi sur les compagnies du Québec*, et est un organisme sans but lucratif. La mission, la vision, les valeurs et les objectifs qu'elle s'est donnés sont les suivants :

La mission : Soutenir le développement technique et l'épanouissement personnel de chaque nageur dans l'atteinte de ses objectifs de progression et promouvoir l'accès à des activités compétitives.

La vision : Être reconnue pour la qualité de son programme d'enseignements de la natation (engagement, enthousiasme, compétence) de ses membres (nageurs, entraîneurs, bénévoles). Faire bénéficier les nageurs d'un encadrement qui favorise le plaisir dans la pratique de ce sport.

Les valeurs : Respect, esprit d'équipe, rigueur, dépassement personnel et plaisir.

Les objectifs à long terme :

- Être reconnue comme une équipe qui développe, par le biais de la natation, des jeunes qui s'engagent à vie dans l'activité physique bénéfique pour la santé.
- Développer et maintenir chez les nageurs, les entraîneurs, les parents et les bénévoles un sentiment d'appartenance à l'Équipe

Afin de poursuivre notre mission, nous avons besoin de la collaboration et du soutien continu des parents afin d'assurer une structure stable et de permettre à l'Équipe d'évoluer et d'atteindre les objectifs fixés. Par le même fait, ceci permet aux entraîneurs de donner le meilleur à vos enfants.

2. Mot de l'entraîneur-chef

Chers nageurs,

Depuis mon arrivée en tant qu'entraîneur-chef de l'Équipe de natation en 2020 je cherche à encourager les jeunes à découvrir leur plein potentiel en tant que nageurs en leur offrant un encadrement de qualité le plus complet possible.

Depuis longtemps, l'Équipe de Natation de Saint-Lambert est un acteur reconnu dans la vie sportive lambertoise. Je souhaite vivement que la Blue Machine puisse devenir aussi une référence pour l'apprentissage de la natation dans notre communauté et ce pour les jeunes mais aussi pour les adultes.

On vous invite à lire le guide du nageur qui présente en détail le mode de fonctionnement de l'équipe. Tous les entraîneurs et moi serons heureux de partager notre passion commune qu'est la natation avec vous. Venez nous rencontrer sur le bord de la piscine Émilie-Heymans à St-Lambert!

Je vous souhaite une bonne entrée 2022-2023!

Sébastien Messier

3. Responsabilités de l'Équipe

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert, par le conseil d'administration (« CA ») et le personnel, respectera les engagements suivants :

- Établir les objectifs de l'Équipe;
- Communiquer et mettre en place les politiques de l'Équipe;
- Être équitable et juste;
- Établir le budget selon les revenus et les dépenses;
- Engager et évaluer les entraîneurs;
- Assurer l'appui des nageurs et des parents;
- Gérer les affaires de l'Équipe :
 - Financement, commandites
 - Coordonner les activités sociales
- Maintenir les rapports avec la Ville de Saint-Lambert (« Ville »)
- Maintenir les rapports avec la Fédération de Natation Québec (« FNQ ») et l'Association de Natation de la Rive-Sud-Ouest (« ANRSO »)
- Entretenir de bons contacts avec les nageurs et les parents par l'entremise du site internet de l'Équipe et une réunion d'information par année
- Superviser le travail de l'entraîneur-chef
- Choisir et encadrer le responsable des officiels

4. Responsabilités des entraîneurs

4.1. Entraîneur-chef

- Concevoir et mettre en application des programmes d'entraînement basés sur les besoins et les capacités des nageurs selon les objectifs de l'Équipe;
- Responsable des groupes d'âge A et B;
- Participer aux réunions du CA et se rapporter à ce conseil pour toutes questions qui concernent le bien-être de l'Équipe et des nageurs;
- Encadrer et superviser les entraîneurs, et voir à ce que ceux-ci remplissent les tâches dont ils sont responsables;
- Évaluer le travail des entraîneurs et leur fournir une rétroaction continue tout en leur offrant des activités de perfectionnement régulières;
- Recevoir les plaintes et les référer au CA s'il y a lieu;
- Soutenir l'Équipe dans les activités d'autofinancement;
- Assurer la représentation de l'Équipe auprès de l'ANRSO, le regroupement des entraîneurs et auprès de la FNQ.

4.2. Entraîneurs

- Encadrer et superviser un ou plusieurs groupes de nageurs;
- Assurer un environnement sécuritaire et sain pour les entraînements, les compétitions, les camps d'entraînement et toute autre activité de l'Équipe qui demande la participation des entraîneurs, pour les nageurs et tout autre parent, bénévole ou autre accompagnateur ou participant à l'activité;
- De concert avec l'entraîneur-chef, planifier le programme annuel d'entraînement;
- Inscrire les nageurs aux compétitions dans les délais prescrits et assurer le suivi des performances auprès de l'entraîneur-chef;
- Maintenir la communication avec les parents de leurs groupes assignés;
- Participer aux activités sociales de l'Équipe, aux activités de financement, aux compétitions, etc.

5. Responsabilités et code de conduite des nageurs

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert, conformément à sa mission et ses valeurs, veut se doter de principes directeurs pour les entraînements et les compétitions afin d'assurer un environnement sécuritaire et propice au développement de ses nageurs, entraîneurs et bénévoles.

Par leur adhésion à l'Équipe, les nageurs s'engagent à se conformer au présent code de conduite et faire en sorte que ce code soit respecté. Ils s'engagent aussi à représenter de façon adéquate l'Équipe, en respectant ses valeurs lors des compétitions, des camps d'entraînement ou de toute autre activité de l'Équipe.

5.1. Principes directeurs

- En tout temps, l'athlète doit se comporter de façon à respecter les valeurs de l'Équipe;
- L'athlète est l'ambassadeur de l'Équipe. En ce sens, il doit faire honneur à ses couleurs;
- L'athlète doit respecter les consignes émises par l'entraîneur ou le parent accompagnateur;
- L'athlète ne doit en aucun cas consommer des produits censés améliorer sa performance au détriment de sa santé;
- Aucun usage de boisson alcoolisée, de tabac, de stimulant, de stupéfiant ou de drogue n'est toléré lors d'activités encadrées par l'Équipe.

5.2. À l'entraînement

Tous les nageurs doivent se présenter à leurs entraînements au moins 10 minutes avant le début de ceux-ci.

Les nageurs ont l'obligation de respecter, comme tout autre usager, le règlement intérieur de la piscine. Notamment :

- Il est interdit de rentrer avec ses souliers dans les vestiaires.
- Il est interdit de marcher avec ses chaussures sur le bord de la piscine.
- Il est obligatoire de ranger tout matériel qui aurait été utilisé durant un entraînement incluant les câbles.

L'athlète a l'obligation de respecter les prérogatives de chaque groupe énoncés plus bas dans ce document (description des groupes).

- L'assiduité
- La ponctualité
- La participation aux compétitions et camps d'entraînement
- Le matériel de natation requis (palmes, bonnet de bain, lunettes et gourde d'eau).

5.3. En compétition ou en camp d'entraînement

- La tenue de l'Équipe est obligatoire en compétition : chandail (ou coton ouaté) et casque de bain;
- La participation aux compétitions est fortement encouragée mais pas obligatoire. Il est de la responsabilité du nageur d'aviser l'entraîneur par courriel avant la date limite de renonciation indiquée dans le calendrier des compétitions s'il ne veut pas y participer. Dans le cas contraire, le nageur sera automatiquement inscrit à la compétition et les frais d'inscription lui seront chargés;
- Nous attendons de chaque nageur une discipline et un esprit sportif durant la compétition.
- La présence de TOUS les nageurs d'un même niveau de compétition est fortement encouragée durant les Championnats, en préliminaires et en finales. Si ce n'est pas pour nager, c'est pour encourager;
- En plus des consignes qui s'appliquent aux entraînements, dans la mesure où celles-ci peuvent être applicables aux comportements en compétition ou en camps d'entraînement, les nageurs doivent respecter les consignes suivantes :

5.4. Lors des compétitions

- L'athlète et ses parents doivent prendre connaissance du présent code de conduite et s'y conformer;
- Les frais facturés ne sont pas remboursables en cas d'absence après l'inscription à une compétition.
- Pendant la compétition
 - Rester regroupés en équipe;
 - Avertir son entraîneur et/ou le parent accompagnateur de ses déplacements;
 - Ne pas quitter le site de compétition sans l'approbation de l'entraîneur;
 - Afficher les couleurs de l'Équipe en tout temps;
 - Respecter les parents accompagnateurs et les entraîneurs;

- Respecter le repos des autres usagers (nageurs ou non);
- Aucun vandalisme ne sera toléré.

5.5. Procédures disciplinaires

1. L'entraîneur détermine si la dérogation est majeure ou mineure.
2. Une dérogation majeure est celle qui peut comporter un danger pour la santé ou la sécurité d'un ou des nageurs, ou compromet le fonctionnement de l'Équipe. En cas de dérogation majeure, l'entraîneur peut exclure immédiatement le nageur.
3. En cas de dérogation mineure, l'entraîneur avise le nageur. Après deux avertissements, l'entraîneur peut exclure immédiatement le nageur. Le parent sera contacté par l'entraîneur après le premier avertissement et avant de procéder à l'exclusion du nageur.
4. Si un problème disciplinaire persiste, l'intervention du comité de discipline sera nécessaire. Ce comité sera formé de deux membres du conseil d'administration, et d'un entraîneur choisi parmi le groupe d'entraîneurs. En aucun cas l'entraîneur du nageur fautif ne fera partie du comité de discipline. L'entraîneur chef sera rencontré par le comité de discipline pour avoir sa version des faits. Le comité de discipline a pleine discrétion pour décider de son propre fonctionnement, sauf en ce qui concerne le processus décisionnel, lequel doit être pris selon une majorité simple des membres du comité de discipline. Le comité de discipline rend sa décision quant au nageur fautif, qui peut aller jusqu'à l'expulsion de l'Équipe.

Le non-respect du présent code de conduite pourra mener au renvoi à domicile du nageur en déplacement, aux frais des parents de ce dernier, lors de compétitions à l'extérieur. Les parents seront avisés par l'entraîneur chef au préalable.

6. Responsabilités et code de conduite des parents

Le rôle des parents est très important pour une organisation saine et efficace de l'Équipe. Par la demande d'adhésion à l'Équipe de leur enfant, les parents assument les responsabilités qui incombent aux parents, telles que décrites ci-dessous, et s'engagent à promouvoir activement la conformité au présent code de conduite et faire en sorte que ce code soit respecté par leur enfant.

- Encourager le nageur et lui faire comprendre ses responsabilités;
- Informer l'entraîneur advenant l'absence du nageur;
- Communiquer avec l'entraîneur toute situation pouvant affecter la performance du nageur;
- Se tenir informé de la vie de l'Équipe au www.bluemachine.ca;
- Lire attentivement les courriels envoyés par l'Équipe et y répondre au besoin dans le délai établi. Notez qu'il est très important de garder votre adresse courriel à jour. Envoyez toutes communications à headcoach@bluemachine.ca
- Assister aux réunions organisées par l'Équipe.
- Au cours de l'année, participer dans la mesure du possible aux compétitions en tant que bénévole : officiel, chrono ou parent accompagnateur;
- Confirmer la participation en l'inscrivant en ligne dans les temps.
- Informer à l'avance l'entraîneur si le nageur ne peut participer à un évènement ou à une compétition.
- S'assurer du transport de son enfant vers les lieux d'entraînement et de compétition;
- Être respectueux envers les bénévoles, les entraîneurs de l'organisation. Aucune violence verbale ne sera tolérée.

7. Présentation des groupes

7.1 Mini-Blue :

Ce groupe vise les jeunes de 3 à 5 ans qui débutent la natation. Au besoin, les enfants peuvent utiliser des aides flottantes adaptées à leurs besoins (ballon ou ceinture). Les parents qui le souhaitent peuvent accompagner leur enfant dans l'eau pendant les cours. Ces cours aident les jeunes à apprivoiser leur aisance dans l'eau.

7.2 Groupe Bronze

Ce groupe vise les jeunes de 6 à 8 ans qui sont capables de se déplacer sans aide flottante sur une distance de 25 mètres en continu. Les jeunes apprendront les techniques de base de la nage libre « crawl » et du dos crawlé. L'emphasis sera mise sur la maîtrise de la respiration. Les jeunes de ce groupe peuvent nager une fois ou deux fois par semaine. Les jeunes seront invités à participer aux compétitions intra-club (seulement avec les nageurs de la Blue Machine) qui se tiendront une fois par mois.

7.3 Groupe Argent

Les jeunes de 8 à 10 ans qui souhaitent s'entraîner entre 2 et 4 fois semaines forment les groupes Argent. Ils doivent être en mesure de nager une distance d'au moins 50 mètres sans arrêter au style libre ou au dos crawlé. Ils seront initiés aux autres styles de nage et à l'exécution des virages. Les jeunes de ce groupe participeront aux compétitions intra-club (seulement avec les nageurs de la Blue-Machine) et aux compétitions régionales.

7.4 Groupe Or

Ce groupe s'adresse aux jeunes de 9 à 11 ans qui sont en mesure de nager 100 mètres en continu style libre et au dos crawlé ainsi que 50 mètres au style brasse. Les entraînements de ce groupe sont offerts 3 à 4 fois par semaine. Les jeunes de ce groupe participeront aux compétitions intra-club (seulement avec les nageurs de la Blue-Machine), aux compétitions régionales et seront invités à participer aux compétitions provinciales.

7.5 Groupe d'âge A

Ce groupe s'adresse aux jeunes de 11 ans et plus qui maîtrisent les quatre styles de nage. Les entraînements de ce groupe sont offerts de 4 à 6 fois par semaine et les jeunes sont invités à participer aux compétitions internes (intra-club), régionales et provinciales. Des camps d'entraînement seront offerts à trois ou quatre occasions pendant la saison et ce, en conformité avec les calendriers scolaires.

7.6 Groupe d'âge B

Ce groupe s'adresse aux jeunes de 12 ans et plus qui veulent apprendre à nager ou à se sentir plus à l'aise dans l'eau et à s'initier aux quatre styles de nage. Ils

nagent de 3 à 4 fois par semaine et ils ne sont pas tenus de participer aux compétitions.

8. Compétitions

Les standards de la FNQ ou de Natation Canada ont pour objectif de classer les nageurs selon leur force afin d'organiser des compétitions équilibrées et équitables. Les standards sont des temps de qualifications que doit atteindre le nageur pour progresser parmi les différents niveaux du réseau de compétition. Un temps de qualification varie selon le groupe d'âge, l'épreuve et le niveau de compétition.

Le réseau de compétition qui s'adresse à nos nageurs comporte trois niveaux différents :

- Un niveau local, « intraclub ». Voir section intraclub sous la rubrique « Les Nageurs » sur le site.
- Un niveau régional (Rive Sud) : ce niveau s'adresse particulièrement aux nageurs des groupes Argent et Or.
- Le niveau provincial : ce niveau s'adresse particulièrement aux nageurs du groupe d'âge A.

9. Calendrier des activités

Le calendrier des compétitions de l'Équipe est établi en début de saison (septembre). Il sera disponible sur le site de l'Équipe www.bluemachine.ca à compter du début du mois d'octobre.

10. Politique de paiement et de remboursements

Sous réserve de la prérogative du conseil d'administration de suspendre l'application d'une quelconque politique de l'Équipe eu égard à une situation particulière, la politique de paiement et de remboursement est la suivante.

10.1. Périodes d'activités

L'année d'activité de l'Équipe de Natation de Saint-Lambert, s'étend sur une période consécutive de douze (12) mois, débutant le 1er septembre de chaque année et se terminant le 31 août de l'année suivante, étant entendu que les activités régulières de l'Équipe font relâche durant les mois de juillet et août de chaque année.

Aux fins de gestion d'inscription, les douze mois au cours desquels l'Équipe de natation est actif sont divisés en quatre périodes, soit :

- Période d'automne : 1er septembre au 31 décembre
- Période d'hiver : 1er janvier au 31 mars
- Période du printemps : 1er avril au 30 juin

- Période estivale : 1er juillet au 31 août (programmes d'été)

10.2. Frais d'inscription

Les frais d'inscription des nageurs aux activités de l'Équipe sont fixés une fois l'an par résolution du conseil d'administration, habituellement en mai de chaque année.

Les frais annuels d'inscription pour les programmes réguliers varient selon le groupe auquel appartient le nageur qui s'inscrit.

Le nageur pourra acquitter ses frais annuels d'inscription en ligne sur la plateforme AMILIA:

- En un seul versement au moment de sa réinscription ou de son inscription;
- En trois versements payables égaux :
 - 1er versement lors de l'inscription
 - 2ème versement le 1er décembre 2022
 - 3ème versement le 1er avril 2023

Le nageur qui s'inscrit en cours d'année verra sa cotisation annuelle ajustée au prorata du nombre de semaines déjà écoulées à partir du 1er janvier.

Si un nageur doit changer de groupe en cours d'année, sa cotisation annuelle sera ajustée de façon proportionnelle.

Des frais d'affiliation sont régis par la FNQ. Cette dernière en établit le montant. Ces frais sont payables en début d'année sont non remboursables et ne sont pas éligible aux paiements en 3 versements.

10.3. Frais de compétition

Les frais de compétition seront facturés avant chaque rencontre. La facture sera ajoutée au compte Amilia des parents. Les frais comprennent l'inscription aux épreuves ainsi qu'un frais administratif pour couvrir les frais des entraîneurs qui se déplacent aux compétitions.

10.4. Camps d'entraînement

Les frais des camps d'entraînement sont limités aux frais directs, soit les frais de transport, d'hébergement, de location de bassins, etc., pour l'ensemble des nageurs, entraîneurs et autres superviseurs. L'Équipe assume les dépenses de nature salariale pour les entraîneurs (salaires, per diem, etc.) Les frais estimatifs liés aux camps d'entraînement sont calculés et payables AVANT le départ. Une facture sera éditée au responsable du compte AMILIA.

10.5. Les points d'autofinancement

La politique tarifaire de l'Équipe est fondée sur une participation obligatoire à des activités d'autofinancement. Ce montant est établi selon le groupe auquel fait partie un nageur. Le montant de points d'autofinancement est payable avec les frais d'inscription. Ils sont remboursables sur présentation d'une feuille de route remplie par les parents ou le nageur tout au long de l'année.

La grille de pointage est établie par le conseil d'administration.

Un formulaire de feuille de route, la grille de pointage requis pour chacun des groupes, et le calendrier des activités de l'Équipe (qui indique les activités de financement) sont disponibles sur le site web de l'Équipe au www.bluemachine.ca.

Un modèle de feuille de route est présenté à la fin de ce guide.

10.6. Politique de remboursement

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert est un organisme sans but lucratif. Ses ressources financières sont limitées et proviennent en grande partie de la contribution des parents des nageurs et de ses commanditaires.

L'engagement bénévole des parents au sein de l'Équipe assure la pérennité de ses activités. C'est dans ce contexte qu'est établie la politique de remboursement de l'Équipe.

Ainsi, en cas d'abandon ou d'empêchement d'un nageur de poursuivre son entraînement en cours d'année d'activité de l'Équipe, la politique de remboursement s'appliquera comme suit :

- Des frais de gestion administrative de 35\$ seront appliqués en tout temps pour toute demande de remboursement en cours de saison.
- Si le nageur avise l'Équipe par écrit, 30 jours ou plus avant le début d'une période, ce dernier n'aura pas à payer de frais d'entraînement pour cette période, ou les frais seraient remboursés s'ils avaient déjà été payés.
- Si le nageur avise l'Équipe par écrit, durant l'intervalle qui va de 29 jours avant le début d'une période d'entraînement jusqu'à 7 jours après le début d'une période d'entraînement, ce dernier devra assumer des coûts d'administration de 15% des frais d'entraînement qui auraient dû s'appliquer à la période d'entraînement, et les frais résiduels seraient remboursés, s'ils avaient déjà été payés.
- En tout autre temps, ou à défaut d'aviser l'Équipe par écrit, aucun autre remboursement ne sera effectué.
- En outre, les frais d'affiliation à la FNQ ne sont jamais remboursables.
- Le nageur qui se blesse ou est incapable de continuer l'entraînement pour une raison de santé est assujéti à la même politique de remboursement. Il pourra cependant, par écrit, s'adresser au conseil d'administration afin que celui-ci évalue l'opportunité de déroger, par exception, à la présente politique de remboursement.

11. Consentement et renonciation en matière de publication

En vous inscrivant à l'Équipe de Natation de Saint-Lambert, vous autorisez la diffusion et l'utilisation de toute image ou vidéo de la personne inscrite dont vous avez la charge, mineure ou non, en tout ou en partie, individuellement ou avec d'autres images ou vidéos sur le site Internet de l'Équipe de Natation de Saint-Lambert (www.bluemachine.ca), de sa page Facebook, ou sur tout autre support médiatique, y compris lors de présentations promotionnelles et de campagnes de publicité.

Vous autorisez également la diffusion et l'utilisation de tout matériel média créé par votre enfant au nom de l'Équipe de Natation de Saint-Lambert.

Enfin, vous renoncez à votre droit à la protection des renseignements personnels et à toute compensation auxquels vous pourriez avoir droit en lien avec l'utilisation du nom de votre enfant ou du votre, y compris les droits sur une copie écrite découlant de la production, de la modification et de la promotion d'images ou de vidéos,

12. Points d'autofinancement

ACTIVITÉS	
Membre CA	400
Responsable d'un comité	250
Membre d'un comité	100
Responsable du magasin	250
Responsable des communications	250
Bénévole pour l'organisation d'une activité de financement	50
Bénévole pour l'organisation d'une activité sociale (Soirée de Noël, Méritas)	50
Compétitions	
Directeur de rencontre lors d'une compétition	100
Responsable du casse-croûte	50
Officiel de complétition	
Niveau 1	25
Niveau 2	50
Niveau 3	75
Bénévole lors d'un intraclub	10
Participation à une formation d'officiel	10
Parent accompagnateur (identifié par l'entraîneur ou par le CA)	
Compétition régionale	25
Compétition extérieure (au moins une nuit)	50
Camp d'entraînement	50

Les frais d'autofinancement sont payables au moment de l'inscription et en un seul versement. En cas d'inscription ou de retrait de l'équipe en cours d'année, ou de changement de groupe, les points d'autofinancement requis et les montants payables pour la réserve pour frais d'autofinancement prospectifs seront calculés de façon proportionnelle. Les frais d'autofinancement définitifs seront calculés à la fin de l'année régulière, en fonction des activités d'autofinancement auxquelles le nageur ou les parents auront participé, tels qu'indiqués sur la feuille de route qui doit être remplie par le nageur ou les parents en cours d'année. La feuille de route doit être complétée, y compris l'obtention d'une confirmation de la part du responsable d'une activité ou d'un entraîneur, confirmant la participation du nageur ou des parents aux activités. Les frais d'autofinancement seront remboursés sur présentation d'une feuille de route avant le 21 juin (ou auparavant). Le montant remboursable maximal est le moindre du montant payé par le nageur ou les parents, et des points d'autofinancement accumulés.

