# 2023-2024
# Guide des parents

Version: septembre 2023

ENTRAÎNEURS EN CHEF

**Réseau national: Laura Swift**
ddo.headcoach@gmail.com

**Réseau provincial: Christiane Callary**
christianecallary@hotmail.com

**Le masculin est utilisé afin d'alléger le texte et comprend le féminin*

# NOTRE MISSION

Le Club Natation Artistique Dollard, ci-après parfois appelé «*Natation Artistique Dollard*» ou « *le Club*» ou Club Dollard Synchro (dénomination sociale de l'organisme toujours en vigueur auprès du Registraire des Entreprises du Québec) vise l'excellence dans la pratique du sport de la natation artistique, en offrant des opportunités dans un environnement positif où les athlètes peuvent pleinement s'épanouir tant sur le plan sportif, que personnel. Nos entraîneurs évaluent les athlètes de manière individuelle et les encouragent à compétitionner en solo, duo et équipesoit au niveau régional, provincial ou national selon leurs désirs et leurs aptitudes.

# NOTRE VISION

- Valoriser l'esprit d'équipe et de Club ainsi que l'entraide entre chacun des membres du club.
- Inculquer à chaque athlète l'importance, lors de son cheminement avec le Club, de ce qu'il saura acquérir et aussi de ce qu'il pourra apporter aux autres.
- Promouvoir un encadrement et un entraînement d'excellence pour tous.
- Créer des liens d'amitié – Le succès du Club dépend de la qualité des relations interpersonnelles entre entraineurs et athlètes alors que chacun apprend à se connaître et à apprécier le chemin parcouru et les résultats obtenus par les autres membres du Club et ce, tout au long de la saison.
- Développer un bon esprit sportif et promouvoir les saines habitudes de vie.
- Développer des athlètes complets ayant le désir du dépassement de soi et ainsi atteindre et surpasser leurs objectifs personnels.
- Offrir des opportunités vers l'excellence à tous les niveaux de participation, que ce soit au niveau provincial ou national.
- Développer les compétences en natation artistique aussi bien en équipe qu'individuellement, et ce, dans un environnement positif.

## LES PROGRAMMES

Natation Artistique Dollard est fier d'offrir un programme récréatif et des programmes sur les réseaux provincial, national, adaptés et maîtres et ce au sein d'une même organisation. Les athlètes inscrits au programme du réseau provincial compétitionnent dans la province du Québec, alors que les athlètes inscrits au programme du réseau national compétitionnent à travers le Canada et occasionnellement, certains d'entre eux ont l'opportunité de compétitionner à l'extérieur du pays. Le programme du réseau provincial est d'abord offert aux athlètes qui débutent ou qui veulent parfaire leur apprentissage des rudiments et des compétences en natation artistique alors que le programme du réseau national est offert aux athlètes de 11 ans et plus qui le désirent.

## POLITIQUE CONCERNANT LES ATHLÈTES-SUBSTITUTS

### PROGRAMME DU RÉSEAU NATIONAL

Les politiques de «World Aquatics » stipulent que les équipes du réseau national doivent compétitionner avec un maximum de 8 athlètes pour les épreuves en équipe. Afin de permettre le développement d'un solide programme sur le réseau national, ces équipes, souvent composées d'un maximum de 10 athlètes, s'entrainent ainsi et permet à plus d'athlètes de s'entraîner et de compétitionner à un niveau avancé et permet aux équipes de ne jamais compétitionner avec moins de 8 athlètes lorsque des situations imprévues surviennent telles que maladies ou blessures.

Afin de se conformer aux politiques de «World Aquatics » , l'entraîneur titulaire de l'équipe doit donc sélectionner des athlètes-substituts afin de respecter le ratio maximum de 8 athlètes lors de compétition en équipe et pour se faire, tiendra compte des critères suivants pour la sélection des athlètes-substituts choisis: les habiletés techniques, la maîtrise de la routine, l'éthique de travail, la participation et la présence aux entrainements ainsi que l'attitude générale.

Les athlètes-substituts peuvent différer pendant la saison et peuvent alterner d'une compétition à l'autre. Être athlète-substitut dans une équipe du réseau national est une opportunité pour l'athlète d'acquérir une expérience d'entraînement dans un environnement performant et de parfaire et de développer ses compétences. Les athlètes-substituts reçoivent la même formation et le même entraînement que les autres athlètes du programme du réseau national et sont considérés comme des membres à part entière de leur équipe respective.

### PROGRAMME DU RÉSEAU PROVINCIAL

Nous nous efforçons de sélectionner les athlètes-substituts de manière à éviter qu'ils soient choisis pour plus d'une compétition dans une même saison. Les athlètes-substituts sont choisis par l'entraineur titulaire de l'équipe selon les mêmes critères que pour les athlètes du programme du réseau national, c'est-à-dire selon leur éthique de travail, leur présence, leur attitude générale et leurs habilités techniques. Les athlètes-substituts seront choisis puis avisés au plus tard une semaine avant chacune des compétitions de la saison.

## POLITIQUE CONCERNANT LES ENTRAÎNEMENTS PRIVÉS

Dans le programme du réseau national, tous les athlètes sans exception bénéficient d'une période d'entrainement individuel (seul ou en groupe restreint) afin de parfaire et d'améliorer leurs habilités techniques et d'assurer l'apprentissage des particularités de leur routine.

Dans le programme du réseau provincial, les athlètes, qui le désirent, ont l'option de suivre des cours privés, individuellement ou en groupe restreint. Ces entrainements privés sont planifiés sur une base hebdomadaire en fonction de la disponibilité du nageur et de l'entraineur. Le coût de ces cours privés est 27$ par heure. Les entrainements privés sont encouragés pour les athlètes inscrits au programme du réseau provincial afin de leur permettre d'améliorer plus efficacement et plus rapidement leurs habiletés techniques.

Pour les athlètes inscrits aux programmes du réseau national ou du réseau provincial, si un entrainement privé doit être annulé dû à l'absence de l'entraineur ou à des circonstances hors du contrôle du Club (tels que fermeture de piscine, évènement non planifié entraînant la non-disponibilité de l'espace piscine, etc.),

celui-ci sera planifié conjointement à une date ultérieure. Si un entrainement privé ne peut être tenu dû à l'absence de l'athlète, le Club ne peut garantir la reprise de celui-ci. La nouvelle planification de l'entrainement privé à reprendre se fera à la discrétion de l'entraîneur et ce sous toutes réserves de la disponibilité de celui-ci et de la disponibilité du plateau aquatique.

Pour de plus amples informations, svp vous référer à la Politique de paiement, retrait et blessure de l'athlète sur le site internet du Club.

## FRAIS

Certains frais variables liés à la participation, c'est-à-dire le niveau du programme d'entrainement choisi et le cheminement particulier retenu en natation artistique viennent s'ajouter aux frais d'inscription. La plupart de ces frais sont perçus par le Club et pour en assurer le suivi, chaque athlète inscrit a un compte personnalisé détaillant ces frais pour la saison et les paiements perçus tout au long de la saison. Ces principaux frais d'inscription et frais variables se résument ainsi:

***Les frais d'équipe*** sont payés directement au Club Dollard Synchro (dénomination sociale de l'organisation toujours en vigueur auprès du Registraire des Entreprises du Québec) lors de l'inscription. Ces frais, liés au niveau de l'athlète, sont revus annuellement avant le début de chaque saison et déterminés par le Club. Ces frais, dits d'équipe, sont perçus afin de couvrir, en plus des coûts directement liés à l'équipe, les coûts d'administration et d'encadrement liés aux entraineurs-chef.

***Les frais du Club*** sont payés directement au Club Dollard Synchro lors de l'inscription. Ces frais, aussi liés au niveau de l'athlète, sont revus annuellement avant le début de chaque saison et déterminés par le Club. Ces frais couvrent les coûts d'affiliation du club aux différentes fédérations dont elle relève ainsi que les coûts d'opération de l'organisation.

***Les frais pour l'entraînement technique, solos et duo*** sont payés directement au Club Dollard Synchro lors de l'inscription pour les athlètes des programmes des réseaux provincial et national. Ces frais, pour les athlètes inscrits au programme du réseau national, sont basés sur le taux horaire moyen incluant les bénéfices marginaux d'entraîneurs de niveau national. Pour les athlètes inscrits au programme du réseau provincial, ces frais sont établis en tenant compte d'un taux horaire de $27 et du nombre d'athlètes prévus au cours privé demandé. Ces frais sont revus annuellement avant le début de chaque saison et déterminés par le Club. Les entrainements privés sont obligatoires pour les athlètes inscrit au programme du réseau national et optionnels pour les athlètes du réseau provincial.

***Les frais de Sport-Étude*** sont payés directement au Club Dollard Synchro lors de l'inscription au programme du réseau national et sont applicables que pour les athlètes s'entraînant durant les heures ***Sport-Étude***, soit les jours de semaine entre 13h00 et 16h30. Ces frais sont revus annuellement avant le début de chaque saison et déterminés par le Club. Le coût dépend du nombre d'athlètes qui participent.

***Les frais pour la musculation*** sont payés directement au Club Dollard Synchro lors de l'inscription. Ces frais sont revus annuellement avant le début de chaque saison et déterminés par le Club en lien avec le nombre d'heures d'entrainement offerts et du nombre de participants prévus. Ces frais couvrent les coûts des spécialistes de musculation et de flexibilité utilisés pendant la saison selon les besoins établis par les entraineurs-chefs pour les athlètes inscrits aux programmes du réseau national ou du réseau provincial. Ces coûts sont répartis également parmi tous les athlètes participants.

***Les frais de compétitions*** sont payés directement au Club Dollard Synchro lors de l'inscription. Les frais demandés sont évalués de manière approximative (estimation) et ceux-ci sont révisés à la fin de la saison en tenant compte des coûts réels encourus par chaque athlète pour sa saison de compétition. Cet ajustement entre le montant payé lors de l'inscription et le coût final se fait, en fin de saison, selon le cas, par une facture additionnelle ou un remboursement. Ces frais inclus:

- La rémunération des entraîneurs lors des compétitions
- Les allocations de dépenses pour les entraîneurs et les accompagnateurs désignés
- Le kilométrage pour les entraîneurs et les accompagnateurs désignés
- Les frais de voyage comme hôtel, avion, autobus, etc. pour les athlètes, entraîneurs et accompagnateurs désignés
- Les frais d'inscription aux compétitions
- Les frais de droit d'auteur pour les enregistrements musicaux

Les frais de compétition ne comprennent pas l'affiliation des athlètes à NAQ car depuis 2022 les membres doivent s'affilier eux-mêmes directement au lieu de le faire par l'intermédiaire du Club.

La totalité de ces frais sont divisés également parmi les athlètes et varient proportionnellement selon la destination et la durée des voyages. Advenant l'ajout d'un camp d'entraînement, les coûts s'y rattachant seront alors inclus dans cette catégorie de frais. Pour de plus amples informations, vous référez à la grille tarifaire du Club pour la présente saison sur le site internet.

Les frais de nourriture sont perçus séparément avant chaque compétition par les accompagnateurs désignés. Ces frais incluent le coût des repas et des collations préparés et/ou fournis par les accompagnateurs désignés. Les frais demandés sont approximativement entre 30$ et 55$ par jour dépendamment si le déjeuner est fourni par l'hôtel ou non.

Un remboursement partiel pouvant aller jusqu'à 80% des frais de la compétition peut être fait lorsqu'un un athlète tombe malade ou se blesse peu de temps avant ou lors d'une compétition et l'athlète ne peut pas participer mais des frais non-remboursables ont déjà été engagés par le Club. Un certificat médical doit être fourni. Cette approche permet d'être équitable avec les autres participants de la compétition qui se partagent les coûts car le Club assume une partie.

Pour de plus amples informations sur les frais décrits précédemment, svp vous référer à la ***Politique de paiement, retrait et blessure de l'athlète*** sur le site internet du Club.

***Les « autres Frais »*** sont payés directement au Club Dollard Synchro après la période d'inscription et à une date fixée par le Club. Ces frais incluent les vêtements de club et les maillots de routine, ceux-ci devant être payés au plus tard avant ou lors du spectacle des Fêtes sinon, le ou les maillots de routine ne pourront être remis à l'athlète retardataire. De plus, des frais de pénalité de 15$ pour les chèques sans provision sont réclamés et sont payables directement au Club Dollard Synchro.

***Les frais d'engagement parental obligatoire*** sont réclamés aux familles qui ne rencontrent pas leurs obligations telles que décrites à la politique sur l'engagement parental pour les compétitions dont le Club est hôte. Un dépôt par chèque postdaté au nom du Club Dollard Synchro au montant de $100 pour les athlètes inscrits au programme du réseau provincial et de $250 pour ceux du réseau national devra être remis lors de l'inscription. Ce chèque ne sera encaissé que si le parent n'a pas respecté les engagements auxquels il a souscrit en acceptant la politique sur l'engagement parental. Pour de plus amples informations sur cette politique, svp vous référer à la politique sur l'engagement parental sur le site internet du Club Dollard Natation Artistique.

**CAMP D'ENTRAÎNEMENT (pour les athlètes du programme du réseau national)**

Dus à des activités additionnelles organisées par l'Association Aquatique de Dollard-Des-Ormeaux (AADDO) pendant la semaine de relâche scolaire du mois de Mars, le temps et l'espace alloués à la natation artistique sont ainsi plus limités. Les coûts d'un camp d'entraînement pour cette semaine ont été inclus dans l'estimation des frais de compétitions. La totalité des coûts sont également assumés par les athlètes inscrits au programme du réseau national. Plus de détails seront fournis ultérieurement par l'entraîneur titulaire de l'équipe.

## LES OPTIONS DE PAIEMENT

Le Club Natation Artistique Dollard offre une grande flexibilité dans les options de paiement proposées. Afin de maintenir cette souplesse, le Club souhaite que chacun saura respecter les dates limites fixées. Advenant qu'un paiement ne puisse être effectué à la date limite fixée, le Club se réserve le droit de suspendre la participation de l'athlète concerné et ce jusqu'au moment de la réception du paiement dû auquel un frais de retard de $100 sera ajouté. Seuls les parents des athlètes ayant maintenu un état de compte en règle tout au long de la saison seront éligibles à une remise provenant de possible surplus financiers que le Club pourrait décider de partager équitablement à la fin de la saison.

***Frais d'équipe, de Club, d'entraînement technique, de leçons privés, de solo, de duo, de Sport-Étude, de musculation et de compétition***: payables à Dollard Synchro en argent comptant et/ou chèques datés comme suit: (les cartes de crédit ne sont pas acceptées ni les paiements par transfert électronique, sauf voir note b. plus bas), le tout remis lors de l'inscription:

| ***Option 1:** | ***Option 2:** |
|---|---|
| 4 paiements datés comme suit:<br>● 1er chèque: date de l'inscription<br>● 2ième chèque: 1er ou 15 novembre<br>● 3ième chèque: 1er ou 15 février<br>● 4ième chèque: 1er ou 15 avril<br>● Chèque pour frais d'engagement parental obligatoire* : 1er ou 15 mars | 8 payments dated as follows:<br>● 1er chèque: date de l'inscription<br>● 2ième chèque: 1er ou 15 novembre<br>● 3ième chèque: 1er ou 15 décembre<br>● 4ième chèque: 1er ou 15 janvier<br>● 5ième chèque : 1er ou 15 février<br>● 6ième chèque : 1er ou 15 mars<br>● 7ième chèque : 1er ou 15 avril<br>● 8ième chèque : 1er ou 15 mai<br>● Chèque pour frais d'engagement parental obligatoire* : 1er ou 15 mars |

*Vous référer à la politique sur l'engagement parental disponible sur le site internet du Club.

Notes :

a. Un frais additionnel de 100$ sera réclamé pour tout paiement remis après la date d'inscription.
b. Les transferts électroniques de fonds sont acceptés seulement pour les paiements complets effectués à la date d'inscription ou avant.

Les options ci-dessus sont recommandées, toutefois d'autres options peuvent être envisagées et entendues avec le Trésorier lors de la période d'inscription. Dans l'éventualité que l'un des paiements effectué par chèque postdaté ne puisse être encaissé à la date prévue, il est de la responsabilité du membre d'aviser la Trésorière du club, Mme Brigitte Desrosiers, par courriel à l'adresse suivante: dollardsynchrotreasurer@outlook.com et ce quelques jours avant la date prévue afin que ce paiement soit retenu puis encaissé à la nouvelle date entendue. Sans cet avis préalable de quelques jours, le Club ne peut garantir la retenue du paiement.

Tous les chèques postdatés n'ayant pas été remis lors de la période d'inscription doivent être transmis

par le membre et reçus par le Club au plus tard le 30 septembre de la présente saison et ce sous toutes réserves de la note a. mentionnée plus haut. Advenant un retard, le Club se réserve le droit de refuser à l'athlète concerné l'accès aux plateaux d'entraînement et piscines jusqu'au rétablissement de la situation en plus de réclamer un frais additionnel de retard de $100.

## CAMPAGNE DE FINANCEMENT

Afin d'aider les athlètes et leurs parents à défrayer les coûts engendrés par la pratique de leur sport, le Club permet l'organisation d'activités de financement tel que : emballage, livraison de fruits, Fundscript, etc…De plus, avec l'accord préalable du Club par l'entremise de son conseil d'administration, une équipe peut organiser une ou des campagnes de financement au bénéfice des athlètes de cette seule équipe. Ces activités de financement devront obligatoirement être organisées et animées par des parents bénévoles et athlètes bénéficiaires. Les entraîneurs-titulaires et les membres du conseil d'administration de la corporation ne sont pas tenus d'organiser et de participer aux activités de financement mises en place. La participation à ces campagnes de financement n'est pas obligatoire, cependant, il est à noter que les athlètes qui ne participeront pas en partie ou en totalité à une campagne ne pourront récolter les bénéfices amassés lors de celle-ci. Les campagnes menées jusqu'à maintenant ont démontrées que la participation active d'un grand nombre d'athlètes lors d'une activité de financement peut avoir un impact significatif en ainsi réduire considérablement le coût de la natation artistique. Le Club suggère donc fortement votre engagement et votre participation à ces campagnes de financement.

Les résultats de ces campagnes de financement sont comptabilisés tout au long de la saison et les montants amassés par les participants sont crédités du compte de l'athlète à la fin de la saison. Ceci aura pour effet de réduire les montants additionnels réclamés pour les frais de compétition ou d'augmenter le montant du remboursement des frais de compétition payés en trop. Aucune autre forme de remise des sommes amassées lors de campagne de financement ne sera permise.

## HÔTE D'ÉVÈNEMENTS

Le succès des évènements dont le Club Natation Artistique Dollard est hôte dépend exclusivement de la participation bénévole des athlètes et de leurs familles.

Bien que certaines activités soient coordonnées par des membres du conseil d'administration de la corporation, la plupart des évènements requiert la participation d'un plus grand nombre de parents et de bénévoles. Afin d'assurer le succès de ces évènements, activités et compétitions tout en évitant la surcharge de responsabilités pour un groupe restreint de parents, le Club souhaite et encourage tous et chacun à participer en prenant certaines responsabilités ou en effectuant certaines tâches lors des activités diverses organisées par le Club. La participation de tous est très importante et est la clé du succès.

De plus, le Club n'insistera jamais assez sur l'importance de la participation et présence des parents et famille des athlètes aux compétitions et démonstrations afin de les supporter et les encourager.

Lorsque le Club reçoit et organise une compétition, chaque famille d'athlète du Club est tenue d'y envoyer l'un de ses membres comme bénévole et de contribuer avec des dons alimentaires, le tout en conformité avec la Politique sur l'engagement parental disponible pour consultation sur le site internet du Club.

Le Club rappelle que l'accueil et l'organisation d'une compétition est un excellent moyen de contribuer à la réduction des frais de compétition d'un athlète. En effet, une compétition tenue à Dollard-Des-Ormeaux peut coûter approximativement à un athlète 185$ alors que cette même compétition, si tenue à Québec, coûtera approximativement 600$. De plus, la tenue et l'organisation de compétitions représentent une excellente source de financement pour le Club, ce qui, à terme, permet de maintenir des frais liés à la natation artistique à un niveau raisonnable. En conclusion, sans la participation active comme bénévole des athlètes, de leurs parents et de leur famille ainsi que leur contribution en dons alimentaires pour nourrir l'équipe d'officiels et juges lors d'une compétition, le Club ne pourrait tenir ce type d'évènements et par le fait même, ne pourrait permettre à ces membres de bénéficier des retombées financières liés à ceux-ci.

## COMMUNICATION

Les entraîneurs en chef des programmes des réseaux provincial et national du Club sont les principaux responsables des communications avec les parents, les athlètes, les membres du conseil d'administration ainsi qu'avec toute l'équipe d'entraineurs. Due aux horaires d'entraînement plus intensifs pendant les weekends, il est à prévoir que tout courriel envoyé après 13h00 le jeudi ne soit répondu avant le lundi suivant. De plus, prévoir un délai de réponse plus important dans les jours suivants une compétition. Le Club invite les parents d'athlète à communiquer directement par courriel avec l'entraineur-titulaire de son enfant pour toutes questions ou inquiétudes. L'entraîneur principal de l'équipe de votre enfant est la première ligne de communication. Certaines problématiques ne pouvant être adressées ou résolues par courriel pourraient alors nécessiter une rencontre avec l'entraineur-titulaire de votre enfant. Cette demande de rencontre devra se faire par courriel. Si la problématique soulevée ne peut être résolue par l'entraineur-titulaire ou persiste après une rencontre avec celui-ci, l'entraineur en chef du programme du réseau dans lequel évolue l'athlète ou encore un membre du conseil d'administration de la corporation peut alors être contacté.

| | |
|---|---|
| Programme du Réseau National : | Laura Swift **ddo.headcoach@gmail.com** |
| Programme du Réseau Provincial : | Christiane Callary **christianecallary@hotmail.com** |
| Conseil d'administration : | **dollardsynchro.info@gmail.com** |

## VOYAGE

Lorsqu'une compétition, un évènement ou un camp d'entrainement se déroule dans la région du Grand Montréal, les athlètes ont la responsabilité d'organiser à leur convenance leur propre transport, seul ou en covoiturage et ce de manière à arriver à l'heure fixée par l'entraineur titulaire ou l'entraineur en chef.

Quoique locale, ces compétitions, évènements ou camps doivent être pris par les athlètes et leurs parents avec le même sérieux et le même professionnalisme que si ceux-ci se déroulaient à l'extérieur de la région du Grand Montréal. Le Club rappelle que le privilège offert à un athlète de s'absenter de l'école ou de ses activités sociales afin de permettre le respect des horaires d'entrainements et de compétitions à la même importance pour une compétition locale que pour une compétition se déroulant à l'extérieur de la région du Grand Montréal.

Lorsqu'une compétition, évènement ou camp d'entrainement se déroule à l'extérieur de la région du Grand Montréal, l'équipe de bénévoles du Club responsable des compétitions, évènements et camps d'entrainement assurera la planification et l'organisation du transport et de l'hébergement des athlètes, des accompagnateurs désignés (chaperons) et des entraîneurs. Les coûts pour le transport et l'hébergement, tel que spécifiés aux ***frais de compétitions*** décrits plus haut, seront alors partagés également parmi les athlètes. Lorsqu'une compétition, évènement ou camp d'entrainement requiert une nuit ou plus à l'extérieur et que le transport se fait en voiture, celui-ci peut alors être assuré par les accompagnateurs désignés et/ou les entraîneurs et advenant l'impossibilité d'accommoder tous les athlètes, l'équipe de bénévoles du Club responsable des compétitions, évènements et camps d'entrainement pourra choisir un ou plusieurs parents-conducteurs pour compléter l'équipe de transport et les frais de kilométrage encourus par ces derniers pourront alors être remboursés selon les modalités présentées et entendues préalablement au départ et ce alors que les taux et kilométrage seront déterminés par le Club.

Les athlètes ainsi que leurs parents seront informés le plus tôt possible des détails de la planification et de l'organisation du voyage requis par une compétition, évènement ou camp d'entrainement et ce afin de permettre à tous les athlètes de faire le voyage ensemble, ce que le Club encourage fortement pour faciliter l'organisation en plus de renforcer l'esprit d'équipe. Les exceptions à cette règle devront relevées de circonstances exceptionnelles et seront analysées au cas par cas par l'entraineur-titulaire de l'athlète qui devra être informé de la situation le plus tôt possible. Dans cette situation, l'athlète devra, par ces propres moyens, se rendre à l'endroit prévu et ce pour l'heure demandée. De plus, pour une même compétition, l'équipe de bénévoles du Club Dollard Synchro responsable des compétitions, évènements et camps d'entrainement se réserve le droit d'organiser et planifier selon des modalités différentes les voyages des athlètes appartenant à un groupe d'âge ou à une équipe versus ceux d'un autre groupe d'âge ou d'une autre équipe.

**Le Club, se démarquant par cette règle, oblige selon cette dernière, lors de compétitions, évènements ou camps d'entrainement tenus à l'extérieur de la région du Grand Montréal et nécessitant un hébergement que chaque athlète partage la chambre qui lui est attitrée avec un ou plusieurs autres athlètes de son équipe ou d'un même groupe d'âge, ces chambres étant étroitement supervisées par les accompagnateurs désignés (chaperons)**. Seuls les athlètes ayant remis une note médicale indiquant qu'il souffre d'une condition médicale sérieuse nécessitant une attention particulière pourra être relevé de cette obligation et sera alors autorisé à partager la chambre de ces parents. Veuillez noter que cette disposition ne s'applique pas à l'équipe provinciale U10. Les dispositions relatives au voyage et à l'hébergement de l'équipe provinciale U10 seront prises séparément et au cas par cas pour chaque équipe/saison.

Avant chaque départ, une liste d'articles qui devront être apportés par chaque athlète pour la compétition, l'évènement ou le camp d'entrainement lui sera fournie par son entraineur titulaire ou l'entraineur en chef. Chaque athlète devra aussi prévoir apporter suffisamment d'argent de poche pour ses achats personnels tels que souvenirs et autres dépenses non couvertes par ***les frais de compétitions*** décrits précédemment. De plus, avant chaque départ, les athlètes seront informés des vêtements spécifiques à prévoir pour le voyage quoiqu'habituellement ceux-ci doivent voyager en portant les survêtements identifiés aux couleurs du Club.

Advenant qu'un athlète se blesse, se sente mal, tombe malade, etc. lors d'un voyage, il est de la responsabilité de l'accompagnateur désigné (chaperon) de prendre contact avec l'un des parents de l'athlète pour l'en informer et de le tenir au courant de l'évolution de la situation. En cas d'urgence, de maladie ou de blessure grave, les parents et/ou les tuteurs seront chargés d'aller chercher l'athlète sur le lieu de l'événement.

Pour toute autre information requise en lien avec les voyages, n'hésitez pas à communiquer avec un membre de l'équipe de bénévoles du Club responsable des compétitions, évènements et camps d'entrainement.

## AIR MILES et autres programmes de fidélisation

Tous les athlètes doivent voyager ensemble, faisant partie intégrante d'un groupe supervisé. L'utilisation de « Air Miles » ou autres points de programme de fidélisation sont permis sous toutes réserves du respect des conditions suivantes :

- L'un des parents de l'athlète doit prendre tous les arrangements pour le voyage et faire les réservations pour l'athlète
- L'équipe de bénévoles du Club responsable des compétitions, évènements et camps d'entrainement devra être informé dès le début de la saison que le ou les voyages prévus de l'athlète ne sera ou ne seront pas réservés avec le reste du groupe
- La réservation du vol de l'athlète devra se faire sur le même vol que les autres membres de l'équipe afin d'assurer sa sécurité et lui permettre de participer à tous les préparatifs et activités de celle-ci.
- Advenant que le groupe n'obtienne pas un tarif réduit à cause du nombre d'athlètes ayant choisi de voyager en utilisant des primes de programme de fidélisation, ceux-ci devront accepter de défrayer également ces coûts additionnels encourus par les autres membres de l'équipe.

Un membre de l'équipe de bénévoles du Club responsable des compétitions, évènements et camps d'entrainement enverra par courriel tous les détails des vols proposés et leurs coûts pour un voyage aux parents des athlètes afin de permettre à tous de signifier rapidement leur choix d'utiliser ou non leurs primes de programme de fidélisation. Tous ***les frais de compétitions*** seront défrayés et les ajustements apportés selon les modalités décrites plus haut à la section « frais ».

## ACCOMPAGNATEURS

Le Club envoie au moins un parent pour accompagner chaque équipe dans leur déplacement lors de compétitions. Le parent accompagnateur doit s'occuper des arrangements et détails avec l'hôtel, organiser les repas sur le lieu de la compétition et à l'hôtel, s'occuper du transport entre l'hôtel et le site de la compétition, assurer la surveillance des athlètes lorsqu'ils ne sont pas à la piscine afin de permettre aux entraîneurs de se concentrer sur les entraînements et la compétition.

Tous les parents accompagnateurs sont des femmes puisque nos équipes consistent principalement d'athlètes féminines. Les parents intéressés à devenir accompagnateur devront en parler à leur entraîneur respectif. Il est important que les intentions du parent soient d'aider l'entraîneur, l'équipe et le Club. L'entraîneur a de nombreuses responsabilités près de la piscine. Ils apprécient donc un accompagnateur qui respecte son plan pour les athlètes et qui allègera leurs responsabilités en dehors de la piscine. Prenez note que les membres du conseil d'administration ont priorité du fait de leur

engagement bénévole auprès du Club en de nombreuses occasions pendant la saison.

Le rôle principal de l'accompagnateur est d'encadrer les athlètes tout en aidant les entraîneurs. Nous ne pouvons garantir que l'accompagnateur pourra regarder la compétition de son enfant.

La chambre de l'accompagnateur ne peut être utilisée que par celui-ci et si besoin, par les athlètes. Les conjoints, autres enfants, familles ou amis, etc. ne sont pas autorisés à rester dans la chambre de l'accompagnateur.

Dans le cas où plusieurs équipes compétitionnent à un même évènement, un accompagnateur par équipe doit accompagner les athlètes afin d'assurer une supervision et un support adéquat. Si l'accord est donné d'avoir plus d'un accompagnateur, les remboursements journaliers, le voyagement et tous les autres frais seront partagés entre les accompagnateurs de l'équipe.

Les accompagnateurs des compétitions durant une semaine devront être choisis avant la fin novembre de la saison compétitive. Les équipes qui n'ont pas d'accompagnateurs confirmés pour la semaine de compétition lors de la date limite devront assumer des frais additionnels afin d'embaucher un accompagnateur ou un entraîneur additionnel, pourrait ne pas être permise de participer une compétition particulière ou sera sujet à d'autres conséquences possibles déterminées par le conseil d'administration.

## LES RÔLES ET RESPONSABILITÉS DE L'ACCOMPAGNATEUR :

- Fournir au coordinateur des voyages la preuve d'une vérification des antécédents AADDO.
- L'accompagnateur est responsable pour l'enregistrement et le départ ainsi que tout autre détail concernant l'hébergement à l'hôtel.
- L'accompagnateur est responsable de s'occuper des athlètes en tout temps incluant la supervision dans l'avion et/ou le bus, ainsi qu'à l'hôtel et aux restaurants. Les parents doivent laisser les tâches de supervision à l'accompagnateur afin de permettre aux athlètes de vivre une expérience d'équipe et améliorer l'esprit d'équipe. L'entraîneur est responsable des athlètes à la piscine. Les accompagnateurs doivent toujours rester disponibles en cas d'urgence.
- L'accompagnateur devra s'assurer que le couvre-feu est respecté par tous. Il devra vérifier les chambres régulièrement afin de s'assurer que chaque athlète est dans sa chambre suite au couvre-feu.
- L'accompagnateur gardera des clés additionnelles pour les athlètes.
  L'accompagnateur surveillera le voyagement entre l'hôtel et la piscine.
- L'accompagnateur devra être disponible pour sortir pour quoi que ce soit qui serait nécessaire à la piscine, que ce soit la nourriture pour les nageurs ou les entraîneurs, des médicaments, etc.
- L'accompagnateur organisera la gestion des comptes des nageurs pour la nourriture (c.-à-d. l'accompagnateur rassemble l'argent nécessaire à l'achat de la nourriture)
- L'accompagnateur devra accompagner les athlètes à l'hôpital si des soins médicaux étaient nécessaires et devra communiquer avec les parents en cas de blessure ou de maladie requérant une attention médicale. L'accompagnateur devra s'assurer d'avoir les cartes d'assurance maladie (cartes physique ou photocopies) avant le voyage.
- L'accompagnateur est responsable du décompte des athlètes pendant le transport
  L'accompagnateur doit prévenir les athlètes qu'ils doivent l'informer en tout temps s'ils doivent quitter leur chambre même pour aller dans le hall ou passer un appel.
- L'accompagnateur vérifie les chambres le matin 15 mins avant le départ.
  L'accompagnateur est responsable des billets d'avion.
- L'accompagnateur s'assure que le bus, l'avion et l'hôtel sont maintenus propres
  L'accompagnateur reçoit une indemnité journalière de 30$ à 55$ par jour, dépendamment si le petit-déjeuner est inclus ou non à l'hôtel et que les repas sont cuisinés ou non pendant la

compétition.

- Dans le cas où l'accompagnateur doit payer pour une urgence imprévue, un remboursement lui sera fait lors du retour de la compétition. Les reçus et un rapport de dépenses devront être fournis au Trésorier.
- À la piscine, l'accompagnateur reste loin de la plage et n'intervient pas. Il doit rester joignable pour l'entraîneur en tout temps.
- L'accompagnateur doit donner à l'entraîneur l'espace suffisant quand il rencontre son équipe, pendant les sessions au sol, ou pour toutes autres activités liées à la natation artistique.
- L'accompagnateur doit supporter les décisions de l'entraîneur qu'il s'agisse du temps passé avec les parents, la famille ou les amis; périodes qui pourront être planifiées à la discrétion de l'entraîneur et en relation avec l'âge et le niveau de l'athlète.

### VÉRIFICATIONS D'ANTÉCÉDENTS CRIMINELS DE L'ACCOMPAGNATEUR

Tous les accompagnateurs devront avoir une vérification d'antécédent criminel fait par la police pour toute compétition à l'extérieure. Seuls les parents avec une vérification d'antécédents criminels complets pourront être accompagnateurs.

Les vérifications d'antécédent criminel sont faites par AADDO par la ville de Dollard-Des-Ormeaux et la SPVM. Ils sont valides pour 5 ans. Comme chaque vérification d'antécédents peut prendre au minimum 10 semaines, et comme un représentant d'AADDO doit témoigner de la signature du document, pendant les dates d'inscription, tous les parents intéressés doivent :

- Remplir le formulaire nécessaire et le signer ***en personne*** avec un représentant d'AADDO
- Apporter 2 pièces d'identité telles que le permis de conduire, la carte d'assurance maladie ou un passeport.

## CODE DE CONDUITE

### LES ATHLÈTES

La réputation d'un club sportif est principalement due à ses membres. Par conséquent, chaque athlète est un important promoteur de son club. À titre de membre du Club, chaque athlète doit accepter de donner le meilleur de lui — même en ce qui a trait au respect des pairs, des entraîneurs, des officiels et des règlements du sport. Plus particulièrement, les athlètes doivent :

- Se présenter aux entraînements à l'heure et informer à l'avance les entraîneurs de toutes absences ou retards
- Respecter ses coéquipiers, les entraîneurs, les officiels et les règlements du Club/sport. Participer à toutes les compétitions, démonstrations et essais pour lesquels ils sont sélectionnés sauf dans le cas de maladie ou blessure
- Lire et signer l'entente sur la lutte contre l'intimidation au début de la saison et fournir la copie signée à l'entraîneur de l'athlète.
- Démontrer une volonté de s'améliorer en prenant les entraînements au sérieux
- Représenter le Club et l'équipe de façon positive notamment au travers les outils électroniques et les plateformes de réseaux sociaux.
- S'abstenir de fumer, de vapoter et de consommer des substances illégales et bannies par le sport.

La pratique d'un sport est l'une des plus belles écoles pour le développement personnel et c'est dans ce sens que les athlètes doivent s'engager à respecter les règlements. Si un athlète enfreint le code de conduite, il peut être suspendu de l'entraînement jusqu'au moment où il est prêt à suivre à nouveau les règlements. Dans une telle situation, le parent de l'athlète sera informé de l'incident et une rencontre avec l'athlète, l'entraîneur et le parent sera organisée.

Tous les athlètes doivent comprendre que le Club ne tolère pas qu'un athlète fume, vapote ou consomme une substance illégale. Si nous suspectons que ce règlement n'est pas respecté, nous communiquerons immédiatement avec le parent. L'athlète qui est pris à utiliser une substance illégale porte préjudice à lui-même ainsi qu'au Club en entier. L'athlète sera expulsé de la pratique du sport pour une certaine période de temps et le Club ne permettra pas la participation de l'athlète aux compétitions dans l'année suivant l'incident. Veuillez avertir vos entraîneurs de toutes médications que vous devez prendre. Une note du médecin pour la prise du médicament sera requise pour participer à une compétition.

Pour une liste des substances illégales (et autres substances), consultez le site www.cces.ca canadien pour l'éthique dans le sport.

## LES ENTRAINEURS

La réputation d'un club sportif est modelée par ses entraîneurs. Par conséquent, chaque entraîneur doit accepter de donner le meilleur de lui-même en ce qui a trait au respect de leurs pairs, des athlètes, des officiels et des règlements du sport. Plus particulièrement, les entraîneurs doivent:

- Se présenter aux entraînements et au cours privés à l'heure et trouver un entraîneur remplaçant s'il s'absente d'un entraînement. Les entraîneurs doivent arriver dix minutes avant le début de l'entraînement. L'entraîneur et son équipe peuvent prendre des congés d'entraînements lors de jours fériés, de vacances et peuvent décider de diminuer leur entraînement avant, durant ou après une compétition.
- S'assurer que les entraînements sont sécuritaires, structurés et motivants. Arriver préparé avec un plan d'entraînement et des objectifs pour la journée.
- Aider à l'installation de l'équipement ou déléguer les tâches – drapeaux, système de son, chaises, etc.
- Être un exemple positif. Essayer d'établir des valeurs positives.
- Apprendre à connaître chaque athlète et leur parent, apprendre leurs objectifs et leurs aspirations personnelles.
- Donner des commentaires et des corrections positifs aux athlètes afin qu'ils puissent s'améliorer.
- Renforcer les règlements du Club et de l'AADDO en les expliquant aux athlètes en début de saison et en s'assurant qu'ils seront suivis.
- Gérer les problèmes qui surviendront (en collaboration avec l'entraîneur-chef si nécessaire).
- Vérifier ses courriels de façon régulière et partager toute la documentation qui est laissée dans la boîte des entraîneurs afin de la distribuer aux athlètes.
- Répondre aux courriels dans un délai convenable (c.-à-d. dans un délai de 24 heures sauf les fins de semaine).
- S'assurer que chaque athlète se sente bien et encouragé par rapport à leurs réalisations et qu'il soit récompensé pour son travail acharné, son implication, sa participation et sa ponctualité.
- Arriver aux entraînements préparés : cartable, horaire, drapeau, musique, caméra, survêtement de Natation Artistique Dollard, etc.
- Assister à toutes les compétitions et informer le Club en début de saison de toute compétition

que absence afin que des dispositions soient prises.

- Assurer que : les athlètes soient au courant des exigences de compétition, les temps limites de musique, les règlements de Natation Artistique Québec et de Natation Artistique Canada soient respectés.
- Traiter avec respect et courtoisie les juges, les officiels et les règlements du sport. Faire un suivi sur les progrès de l'équipe, sur les progrès individuels et conserver des informations sur leur présence, leurs résultats d'épreuve de nage, de flexibilité, de simulation et de compétition, etc.
- Représenter le Club et l'équipe de façon positive notamment au travers les outils électroniques et les plateformes de réseaux sociaux

**LES PARENTS**

Les parents/tuteur de l'athlète du Club sont primordiaux dans le développement d'un environnement et d'une relation positive entre l'entraîneur et l'athlète. Le Club a établi les lignes de conduite suivantes afin de parvenir à ces objectifs :

- Les entraîneurs organiseront une réunion d'information pour les familles en octobre. Toutes les dates importantes, les compétitions et autres informations pertinentes seront distribuées et discutées lors de cette réunion. Il est impératif qu'un représentant de chaque athlète y assiste.
- Les parents sont fortement encouragés à assister à l'assemblée générale en début de saison afin d'obtenir toutes les informations importantes pour la saison.
- Les parents doivent payer tous les frais à temps et à garder état de compte à jour afin de permettre au Club d'opérer sans problème
- Les parents sont fortement encouragés à assister à tous les spectacles et compétitions de leur enfant afin d'apporter un support et encourager l'esprit d'équipe.
- Les parents ne sont pas permis sur les plages de la piscine, et ce en tout temps. Si le parent désire assister à un entraînement, il doit contacter l'entraîneur afin de déterminer un temps opportun. Il doit regarder l'entraînement depuis les gradins et respecter les règlements de piscine de l'AADDO.
- Il est gratifiant de regarder l'entraînement et les progrès de votre enfant. Il importe toutefois de se rappeler que votre présence peut affecter votre enfant, l'entraîneur et l'ensemble de son équipe. Par conséquent, les parents ne peuvent pas se présenter aux entraînements de façon régulière. Le rôle du parent est de supporter et d'encourager son enfant. Malgré les meilleures intentions, assister à un entraînement peut amener le parent à apporter des conseils d'entraîneurs ce qui peut provoquer de la confusion et du stress chez l'enfant. Votre présence peut également empêcher votre enfant d'être pleinement concentré sur son entraînement et peut distraire l'entraîneur de ses responsabilités.
- Les entraîneurs doivent être appréciés et soutenus. Il faut avoir confiance en leurs efforts, leurs compétences ainsi qu'en leurs intentions qui sont toujours dans le meilleur intérêt des athlètes. Si le parent a une préoccupation, il doit en premier lieu contacter par courriel l'entraîneur de l'équipe. Une réponse sera envoyée dans les 24 heures après la réception du courriel, à l'exception des fins de semaine. Si la préoccupation demeure, le parent peut communiquer avec l'entraîneur-chef du niveau de votre enfant. Le Conseil d'administration du Club peut également être contacté au besoin.
- Les parents doivent parler de manière positive des coéquipiers, des entraîneurs et du sport de leur enfant lorsqu'ils communiquent avec lui. Les parents doivent éviter de critiquer les autres athlètes, les coéquipiers, les entraîneurs et les décisions de l'entraîneur ou du Club devant leur enfant. En cas de question ou de problème, les parents doivent s'adresser directement à

l'entraîneur de l'équipe de leur enfant afin d'éviter la propagation d'informations erronées et/ou le manque de respect envers les autres membres du Club.

- Les parents doivent lire et signer l'entente sur la lutte contre l'intimidation au début de la saison et fournir la copie signée à l'entraîneur de l'athlète.
- Les parents doivent fournir à l'athlète un support positif, l'encourager dans le développement de ses capacités en se concentrant sur les aspects positifs de son entraînement ou de sa performance et afin d'acquérir de la confiance.
- Si l'athlète a un mauvais entraînement ou une mauvaise compétition, l'écouter et être empathique avec lui, car il aura besoin de votre support. Tous les sports ont leurs obstacles. Les athlètes et les entraîneurs vont apprendre de leurs erreurs et vont grandir avec ces nouvelles expériences.
- Un avis pour une absence ou un retard à un entraînement doit être envoyé par courriel à l'entraîneur de l'athlète.
- Durant les compétitions, il est important que les parents respectent les responsabilités de l'entraîneur et de l'accompagnatrice.
- Normalement, lors de compétitions extérieures l'équipe mange ensemble, s'entraîne ensemble et partage le même hébergement. Les parents doivent encourager les athlètes à respecter les horaires de compétition préalablement envoyés par l'entraîneur. Encourager les athlètes à respecter les horaires de l'équipe permet un meilleur lien entre eux, permet de développer un meilleur esprit d'équipe et permet aux athlètes d'arriver aux heures fixées.
- Pendant les compétitions, du temps avec le parent, la famille et les amis peut être prévu par l'entraîneur; cela reste à sa discrétion en fonction de l'âge et du niveau de compétition de l'athlète.
- Les parents sont encouragés à rester pour toute la durée de la compétition afin de promouvoir une philosophie de support et d'encouragement au sein du Club.
- Respecter le Club et les valeurs de l'équipe notamment au travers les outils électroniques et les plateformes de réseaux sociaux.