

# Rouge et Or – Université Laval

## Vision

Être reconnue sur le plan national comme un leader du développement de la natation pour l'excellence, la qualité (compétence, résultat, engagement) et de ses membres (nageurs, entraîneurs, bénévoles) et de ses programmes.

## Mission

- Promouvoir la pratique de la natation en tant que sport d'élite.
- Promouvoir la pratique de la natation et de ses bienfaits à travers la communauté de la région.
- Soutenir le développement et l'épanouissement personnel de chaque nageur dans l'atteinte de ses objectifs de progression.
- Susciter et promouvoir chez les nageurs le goût de l'effort, le dépassement, le respect, l'autonomie, la discipline, la rigueur, l'appartenance et la confiance en soi.

## Valeurs

- L'esprit d'équipe
- La rigueur
- Le dépassement personnel
- Le respect

Le **Rouge et Or – Université Laval**, conformément à sa mission et ses valeurs veut se doter de principes directeurs lors des compétitions afin d'assurer un environnement sécuritaire et propice au développement de ses nageurs, entraîneurs et bénévoles.

Les nageurs s'engagent à adhérer au présent code de conduite, à le respecter, et à représenter de façon adéquate le Rouge et Or – Université Laval.

Le **Rouge et Or – Université Laval** s'est également doté d'une charte de l'esprit sportif, d'un code éthique et d'une politique de respect mutuel.

# **Responsabilité et code de conduite des nageurs lors des activités du Rouge et Or – Université Laval (Entraînements, compétitions, camps,...)**

## **PRINCIPES DIRECTEURS LORS DES ENTRAÎNEMENTS**

---

L'athlète doit se présenter 15 minutes avant son entraînement sur le bord de la piscine.

### **Avant l'entraînement**

- Participer à l'installation des lignes et autres équipements de la piscine
- Effectuer un échauffement à sec
- Aviser son entraîneur s'il doit quitter l'entraînement plus tôt.
- Aviser l'entraîneur d'une absence prochaine prolongée.

### **Pendant l'entraînement**

- Respecter son entraîneur
- Respecter ses coéquipiers
- Respecter les règlements de la piscine
- Respecter les consignes durant l'entraînement
- Aviser son entraîneur en cas de douleur, de malaise ou tout autre problème.
- S'hydrater correctement durant l'entraînement (bouteille d'eau).

### **Après l'entraînement**

- Ranger les lignes d'eau, le matériel d'entraînement et autres équipements de la piscine
- Faire ses exercices à sec s'il y a lieu.
- Revenir au vestiaire et s'y comporter avec civilité.
- Prendre rapidement une collation saine.

### **Procédures disciplinaires**

1. L'entraîneur avise le nageur
2. Après le troisième avertissement, l'entraîneur communique avec les parents pour les informer du problème.
3. Un manque de respect du nageur vis-à-vis du groupe et/ou de l'entraîneur peut entraîner une exclusion immédiate.
4. Le nageur est suspendu pour une période déterminée par l'entraîneur.
5. Suite à la décision du comité de discipline, le nageur est suspendu du club.
6. Il n'y a aucun remboursement lors d'une suspension.

## **PRINCIPES DIRECTEURS LORS DES COMPÉTITIONS**

---

### **Responsabilités de l'athlète.**

- En tout temps, l'athlète doit se comporter de façon à respecter les valeurs et l'intimité des autres membres de l'équipe.
- L'athlète doit respecter les consignes émises par l'entraîneur et/ou le parent accompagnateur.

### **Avant la compétition**

- L'athlète et ses parents doivent prendre connaissance du présent code de conduite et s'y conformer.
- Les nageurs doivent signifier à leur entraîneur, leur intention ou non de participer à une compétition ou un camp d'entraînement.
- Pour toute absence injustifiée après inscription à une compétition, le nageur devra rembourser au Rouge et Or – Université Laval les frais encourus.

### **Au départ des compétitions**

- Se présenter à l'heure au lieu de départ.
- Être respectueux dans l'autobus et à l'égard du chauffeur.
- Avoir en sa possession sa carte d'identité ou passeport lorsque l'on part à l'étranger.
- Signaler à l'entraîneur et aux parents accompagnateurs tout problème de santé.
- Avoir le nécessaire de compétition : bonnet, maillot de bain et tenue vestimentaire au couleur du Rouge et Or – Université Laval

### **Durant la compétition**

- Se tenir avec le groupe de nageurs du Rouge et Or – Université Laval.
- Avertir son entraîneur et/ou le parent accompagnateur de ses déplacements.
- Ne pas quitter le site de compétition sans l'approbation de l'entraîneur.
- Faire preuve de discipline et d'esprit sportif durant la compétition (encouragements, comportements, respecter la routine d'échauffement, utiliser un langage adéquat).
- Afficher les couleurs du club (bonnet, et tenue vestimentaire au couleur du club).

### **Au restaurant et à l'hôtel**

- Se comporter de façon civilisée et être conscient que l'on véhicule l'image du Rouge et Or – Université Laval.
- Respecter les entraîneurs et les parents accompagnateurs et leurs consignes.
- Respecter le couvre-feu.
- Aucune sortie des chambres après le couvre-feu ne sera tolérée.
- Lors du coucher, l'athlète doit demeurer dans la même chambre qui lui a été assignée.
- Les athlètes de sexes opposés ne partagent pas la même chambre.
- Aucun vandalisme ne sera toléré.
- En quittant l'hôtel et le restaurant s'assurer que tout est en ordre.
- Respecter une alimentation saine et équilibrée.

### **Procédures disciplinaires**

Lors des compétitions, le non respect de ces règles de conduite pourra mener au renvoi à domicile du nageur, au frais des parents de ce dernier. Toute récidive pourra mener à la suspension et/ou à l'exclusion définitive du Rouge et Or – Université Laval

## Charte de l'esprit sportif

### Faire preuve d'esprit sportif c'est :

1. Observer strictement tous les règlements sans chercher à commettre délibérément une faute.
2. Respecter l'officiel car sa présence est essentielle au bon déroulement de toute compétition. L'officiel a un rôle difficile et ingrat. Il mérite le respect de tous.
3. Accepter toutes les décisions de l'officiel sans jamais mettre en doute son intégrité.
4. Reconnaître dignement la supériorité de l'adversaire dans la défaite.
5. Accepter la victoire avec modestie et sans ridiculiser l'adversaire.
6. Savoir reconnaître les bonnes performances de l'adversaire.
7. Vouloir se mesurer à un adversaire dans l'équité. Ne compter que sur son talent et ses habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.
8. Refuser de gagner par des moyens illégaux et par tricherie.
9. Garder sa dignité en toutes circonstances et montrer qu'on a la maîtrise de soi.

## Code d'éthique

### Le code d'éthique suivant doit être observé par tous les nageurs et nageuses du Rouge et Or – Université Laval

#### *Lors des activités du club (entraînements, compétitions, camps,...)*

1. J'ai un comportement favorisant le respect des autres et un esprit d'équipe.
2. Je respecte mes entraîneurs, mes coéquipiers et les membres des autres clubs.
3. J'assure une participation active aux entraînements et aux compétitions.
4. Je suis ponctuel et assidu aux entraînements. Je respecte les horaires établis
5. Je prends soin de l'équipement du club et du matériel fourni dans chaque piscine.
6. Afin d'assurer mon bon développement et de maximiser mon potentiel, j'adopte de saines habitudes de vie (alimentation, sommeil, activités, etc.).
7. Je respecte les lieux d'entraînement et d'hébergement.
8. Je respecte les consignes fournies par les entraîneurs lors des entraînements et des compétitions.
9. Je m'engage à ne pas faire usage de boisson alcoolisée, de tabac, de stimulant, de stupéfiant ou de drogue

#### *Lors des compétitions*

10. Je respecte mes engagements pour les nages auxquelles je suis inscrit.
11. Je m'engage à porter l'équipement aux couleurs du Rouge et Or – Université Laval de façon à lui faire honneur

#### *En tout temps*

12. J'apporte des suggestions positives pour améliorer ce que je n'aime pas; j'évite le critique négative.
13. Je m'engage à contribuer par mes paroles et mes actes à la conservation et propagation de la bonne réputation de mon Club.

## Politique de respect mutuel

1. Le **Rouge et Or – Université Laval** accorde une importance de premier plan au respect mutuel et au droit à la dignité de chacun.
2. Le club **Rouge et Or – Université Laval** reconnaît qu'il a la responsabilité de procurer un environnement de travail, d'entraînement et de compétition sain, respectueux et exempt de discrimination et de harcèlement.
3. En effet, le **Rouge et Or – Université Laval** prend des mesures appropriées afin de protéger la santé, la sécurité et la dignité de ses membres et de ses employé(e)s, et dans toute la mesure du possible, veille à ce qu'aucun membre (homme ou femme) ou employé(e) ne fasse l'objet d'harcèlement sexuel.
4. Toutefois, tous les membres et les employé(e)s doivent également collaborer à la réalisation des objectifs de cette politique et doivent s'y conformer.
5. Le **Rouge et Or – Université Laval** accorde une importance de premier plan au respect mutuel et à l'intégration du principe de la diversité au sein de ses membres et employé(e)s.
6. La discrimination et le harcèlement basés sur la race, la couleur, la religion, le sexe, le poids ou la taille, l'orientation sexuelle, l'état civil, l'origine ethnique ou nationale, l'âge, la religion, les convictions politiques, la langue, la condition sociale, le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap sont illégaux et le club **Rouge et Or – Université Laval** estime qu'ils sont incompatibles avec l'existence d'un milieu d'entraînement, de compétition et de travail, respectueux, productif et valorisant pour ses membres et ses employé(e)s. La discrimination pour un de ces motifs et le harcèlement sont donc prohibés.

Par harcèlement, on entend :

### Harcèlement:

Conduite ou commentaires vexatoires répétés dont l'auteur sait ou devrait savoir qu'ils ne sont pas bienvenus.

Conduite ou commentaires vexatoires qui sont susceptibles de créer un environnement de travail, d'entraînement et de compétition hostile, intimidant, offensant ou un milieu de travail, d'entraînement et de compétition négatif au niveau psychologique et émotionnel.

### Harcèlement sexuel:

Conduite de nature sexuelle non sollicitée qui a un effet défavorable sur le milieu de travail, d'entraînement et de compétition ou qui a des conséquences préjudiciables sur les victimes du harcèlement. Ceci comprend les situations suivantes: conduite ou commentaires qui impliquent des sollicitations ou des avances sexuelles dont l'auteur sait ou devrait savoir qu'elles ne sont pas bienvenues.

- lorsqu'une personne est en position d'autorité et utilise son influence pour obtenir des faveurs;
- lorsque la conduite ou les commentaires à caractère sexuel sont susceptibles de créer un environnement de travail, d'entraînement et de compétition hostile, intimidant, offensant ou un milieu de travail, d'entraînement et de compétition négatif au niveau psychologique ou émotionnel.

Exemples de façons dont peut se manifester le harcèlement sexuel :

- par des demandes de faveurs sexuelles non désirées;
- par des attouchements, des remarques, des plaisanteries ou des commentaires à caractère sexuel pouvant porter atteinte à la dignité de la personne;
- par de l'intimidation, des menaces, des représailles, un refus de promotion, le congédiement ou autres injustices associées à des faveurs sexuelles non obtenues.

## Plaintes :

Si vous jugez être victime d'harcèlement ou si vous avez été témoin d'harcèlement, communiquez avec un membre du comité d'administration du **Rouge et Or – Université Laval** ou à votre entraîneur.

Nous procéderons alors à une enquête de façon impartiale et, dans la mesure du possible, confidentielle.

Aucune plainte anonyme ne sera considérée.

Le harcèlement étant prohibé, toutes les mesures appropriées seront prises pour mettre fin à de telles situations, incluant le congédiement d'un employé(e) ou l'expulsion définitive d'un membre, si nécessaire.

Par ailleurs, il est inacceptable de prendre ou de menacer de prendre des représailles contre une personne qui dénonce ce qu'elle considère être une situation d'harcèlement.

De même, compte tenu des effets potentiellement néfastes pour la personne accusée injustement d'harcèlement, il est également inacceptable de soumettre une plainte d'harcèlement frivole, vexatoire ou de mauvaise foi.

Dans les deux cas, des mesures appropriées seront prises, y compris le congédiement d'un employé(e) ou l'expulsion définitive d'un membre si nécessaire.

## Validation du contrat d'engagement du nageur

Je reconnais avoir pris connaissance de l'ensemble de ce document du **Rouge et Or – Université Laval** et m'engage à respecter les directives et les règlements de son contenu :

- Responsabilité et code de conduite des nageurs lors des activités du club.
- Code d'éthique
- Charte de l'esprit sportif
- Politique de respect mutuel

Le \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_  
Date Lieu

\_\_\_\_\_  
Signature du nageur:

\_\_\_\_\_  
Signature des parents pour le nageur mineur