



Guide pour parent accompagnateur en compétition du Club de natation les Loups-Marins de Rivière-du-Loup (LMRL) Saison 2026-2027

Ce guide a été rédigé pour informer les parents et faciliter leur compréhension du rôle de **parent accompagnateur** lors des compétitions à l'extérieur. Vous y trouverez les informations essentielles pour exercer votre rôle efficacement, tout en contribuant à une expérience positive pour tous.

RÔLE DU PARENT ACCOMPAGNATEUR

Votre rôle consiste à assurer la **sécurité et l'encadrement général des nageurs**, du départ jusqu'au retour, sauf lorsqu'ils sont sur le bord de la piscine, où la responsabilité revient entièrement aux entraîneurs.

Vous devez toutefois demeurer **disponible et accessible en tout temps**.

RESPONSABILITÉS GÉNÉRALES

- Vous devez utiliser le transport du club lorsqu'il est fourni.
- Vous devez vous assurer que les lieux (autobus, hôtel, vestiaires, restaurants) demeurent **propres et en bon état**.
- Effectuer une **inspection des lieux avant chaque départ**. ** S'il y a des enjeux, en informer les entraîneurs qui s'assureront de faire le suivi auprès des jeunes qui doivent rectifier la situation qui les concerne.
- Vérifier que les nageurs n'oublient aucun effet personnel.
- S'assurer que chaque nageur possède sa **carte d'assurance maladie au départ**.
- Veiller à ce qu'aucun nageur ne demeure seul sans supervision.

ENCADREMENT

- Les nageurs doivent respecter en tout temps le **code de conduite du Club LMRL**.
- La **discipline relève des entraîneurs**, mais votre collaboration est essentielle : en cas de situation, faites appel aux coachs sans hésiter.
- Certains nageurs plus problématiques peuvent être logés **dans une chambre à proximité d'un entraîneur** afin de faciliter l'encadrement.
- Lors du couvre-feu, le parent accompagnateur fait un premier tour des chambres pour rappeler le couvre-feu. Un entraîneur fait ensuite une tournée « finale » des chambres pour assurer le respect des consignes.



COMMUNICATIONS ET HORAIRE

Dans l'autobus, les entraîneurs présentent clairement le plan du lendemain :

- heure du réveil (wake-up call)
- heure de départ
- période de repos
- matériel requis (maillot, lunch, costume, etc.)

Votre rôle est de soutenir et relayer ces informations au besoin.

ALLOCATION

- Les frais d'hébergement et de déplacement sont assumés par le club.
- Les repas ne sont pas remboursables.

REPAS

- Les repas sont planifiés **avant le départ**, en collaboration avec l'entraîneur.
- Si des repas sont commandés ou pris au restaurant, vous devez vous assurer que les nageurs **paient leur part**.

HÉBERGEMENT

- L'hôtel est payé à l'avance par le club.
- Une liste des nageurs est fournie pour les présences.
- Des chambres supplémentaires peuvent être réservées pour le repos.
- Les parents accompagnateurs sont généralement placés **dans une chambre centrale**, près des plus jeunes.
- Il est recommandé d'éviter :
 - les chambres communicantes entre garçons et filles
 - les combinaisons "explosives" susceptibles de nuire à la discipline
- La répartition des chambres est faite avant le départ, mais peut être ajustée sur place **en collaboration avec l'entraîneur**.

SITUATIONS PARTICULIÈRES

- Toute décision concernant un nageur doit être prise **en collaboration avec l'entraîneur**.
- La trousse de premiers soins vous sera remise et doit être conservée avec vous en tout temps.



AIDE-MÉMOIRE D'UNE JOURNÉE TYPE

À L'ARRIVÉE

- Programmer le wake-up call du lendemain avec l'hôtel, selon l'horaire établi par les entraîneurs
- Faire une tournée des chambres avant le couvre-feu
- Surveillance du couvre-feu et du retour au calme

LE MATIN

- S'assurer que les nageurs ont bien été réveillés par le wake-up call
- 40 min. avant le départ, faire une tournée pour vérifier la préparation
- Prendre les présences dans l'autobus

DERNIER SOIR

- Rappeler l'horaire du lendemain
- Programmer le wake-up call avec l'hôtel
- Faire une tournée de déchets pour les poubelles qui débordent
- Surveillance du couvre-feu et du retour au calme

DERNIER MATIN

- Réveil + rappel du départ
- Vérification de la propreté des chambres
- Dernière inspection après départ
- Prise des présences

ÉLÉMENTS À NE PAS OUBLIER

- Sacs à déchets
- Crayon
- Cartes RAMQ
- Trousse de premiers soins
- Numéros des entraîneurs
- Liste des nageurs

MERCI!

Les administrateurs, les entraîneurs et les nageurs vous remercient sincèrement pour votre engagement. Votre collaboration est essentielle au bon déroulement des compétitions et au rayonnement du Club LMRL.