

# LA GAZETTE



BULLETIN D'INFORMATIONS DE VOTRE CLUB

## LES DATES A RETENIR

A vos agendas ! Toutes les dates et informations importantes à retenir pour cette fin de saison sportive.

PAGE 6

## LA FFN NOUS RECOMPENSE

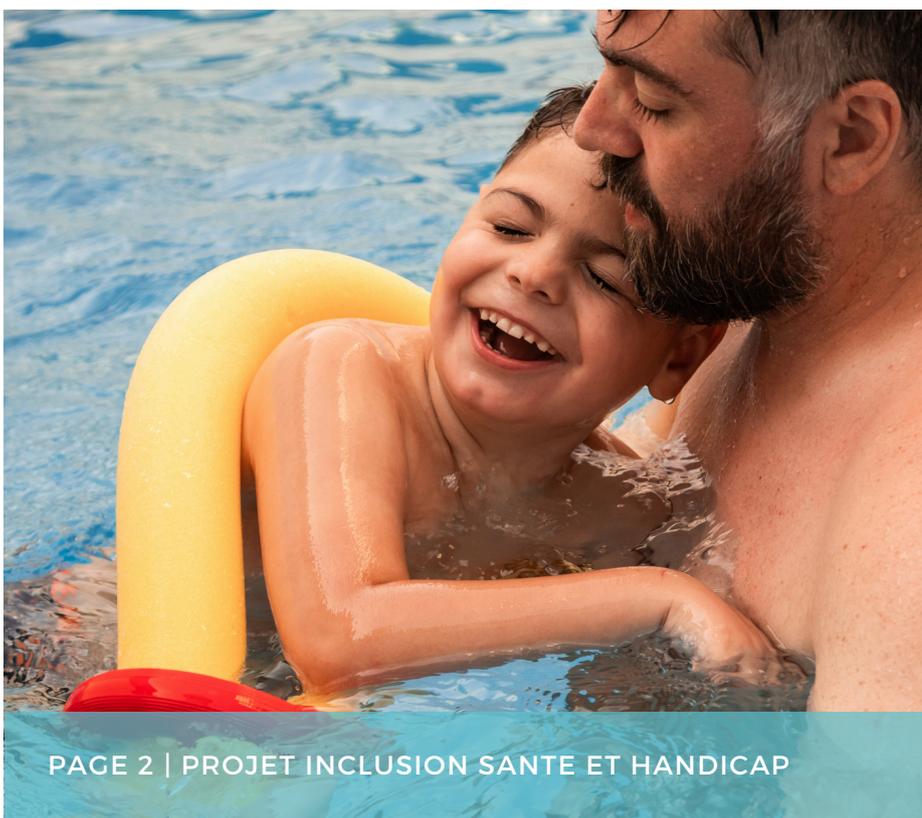
Décernés par la Fédération Française de Natation, les labels représentent une véritable distinction de qualité.

PAGE 3

## STAGE D'APPRENTISSAGE

Cette année encore, Villejuif Natation est impliqué dans la lutte contre les noyades à travers la création de stage pour tous.

PAGE 5



PAGE 2 | PROJET INCLUSION SANTE ET HANDICAP



PAGE 7 STAGES COMPETITIONS



PAGE 4 | A LA DECOUVERTE DU CORPS PROJECTILE



PAGE 7 | REJOIGNEZ NOUS SUR LES RESEAUX



## NOTRE PROJET INCLUSION SANTE ET HANDICAP

PAR GUILLAUME, DIRECTEUR DE VILLEJUIF NATATION

Notre volonté est d'offrir, quels que soient les désirs, les capacités et les besoins de chacun, la possibilité de s'épanouir en sécurité dans le milieu aquatique, environnement voué au plaisir et aux sensations.

Le projet « Inclusion Santé et Handicap » de Villejuif Natation vise à permettre la pratique aux personnes mineures et majeures en situation de handicap physique, psychique et/ou mental dans des conditions sécuritaires et adaptées à leurs besoins, pathologies et/ou affections. Ce projet vise aussi toutes les personnes souhaitant optimiser leur capital santé suite à des maladies ou pathologies handicapantes.

Ce projet est né d'une réflexion débutée en 2020 sur la pratique du Sport pour Tous. Nous avons alors échangé avec des parents d'enfants en situation de handicap ainsi qu'avec la Maison du Handicap de Villejuif et la Fédération Française de Sport Adapté, faisant le constat que de nombreuses personnes rencontrent de grandes difficultés à pratiquer une activité physique pour eux même ou faire pratiquer leur enfant.

Depuis septembre 2017, bien avant la réflexion plus spécifique du projet « Inclusion Santé et Handicap », Villejuif Natation a toujours eu à cœur d'accompagner le plus grand nombre à la pratique sportive. C'est pourquoi nous proposons aux enfants et aux adultes en capacité de s'intégrer et de suivre une activité en groupe malgré leur handicap physique, psychique et/ou mental nos Séances en Inclusion sur l'ensemble de nos créneaux d'apprentissage et de loisirs. Des protocoles sont alors réalisés avec certaines familles afin d'optimiser l'accueil et l'apprentissage : aménagement du travail, des consignes, de l'accompagnement ponctuel et exceptionnel d'un parent ou d'un accompagnant habituel.

Concrètement, Villejuif Natation propose aujourd'hui des séances à destination des enfants ayant un handicap psychique et/ou mental important nécessitant un accompagnement en nombre restreint, dont les séances sont dispensées les mercredis après-midi de 16h30 à 17h15.

L'activité "Nagez Forme Santé" est proposée le samedi matin à des personnes souhaitant optimiser leur capital santé, est encadrée par un éducateur ayant reçu une formation spécifique, afin que chaque pratiquant puisse évoluer dans un environnement sécurisé et nager selon ses aspirations et ses capacités propres.

Enfin, les séances en inclusion sont proposées sur tous nos créneaux d'apprentissage et de loisirs. C'est pourquoi nous conseillons aux parents d'enfants pouvant être concernés par ce dispositif de nous contacter, s'ils le souhaitent, afin que nous puissions évaluer les possibilités d'accompagnement en fonction des besoins des enfants, tout en veillant au respect du principe des cours collectifs.



"Anas avait une grande appréhension de l'eau, il est aujourd'hui très épanoui, et même en profondeur (!) grâce à l'activité adaptée proposée par Villejuif Natation."

**Sarah, maman d'Anas, atteint d'un syndrome polymalformatif.**  
Image d'illustration.



### CHAMPIONNAT REGIONAL

Le 23 mars dernier a eu lieu le championnat régional organisé par la Ligue Île-de-France de la Fédération Française de Sport adapté. Cette évènement était à destination d'adultes nageurs compétiteurs atteints de handicap mental et/ou psychique.

50 nageurs



## LA FFN NOUS RECOMPENSE

PAR GUILLAUME, DIRECTEUR DE VILLEJUIF NATATION

Le Comité Directeur de la Fédération Française de Natation a décerné à Villejuif Natation, au cours de la commission d'attribution des labels du mardi 20 février 2024, le label fédéral **ARGENT**.

Conformément aux règles de la labellisation fédérale, les prestations liées à ce label sont attribuées et vérifiées annuellement par la Ligue Régionale de Natation et la Fédération Française de Natation.

Ce label représente une véritable distinction fédérale en qualifiant les clubs via des indicateurs qui évaluent leur niveau de structuration et leur niveau sportif à travers la prise en compte des axes de développement majeurs de la FFN : l'Apprentissage, la Natation pour Tous et la Compétition.

Pour un club, être labellisé par la Fédération Française de Natation démontre un investissement important au niveau de la qualité fournie à ses licenciés, du professionnalisme de ses encadrants et de son implication au niveau fédéral et local.

La Fédération Française de Natation accorde une grande importance aux clubs labellisés car ils sont les piliers du développement de ses activités fédérales et sont garants d'une organisation et d'un fonctionnement, en accord avec les principes et valeurs portés par la Fédération Française de Natation.



*“Le club de Villejuif Natation est devenu un acteur incontournable de la natation Francilienne et Val-de-Marnaise en se développant grâce à la mise en place d'un projet associatif et sportif ambitieux pour toutes et tous, de la familiarisation à la compétition et s'inscrit dans un plan global de labellisation. Villejuif Natation propose également un accompagnement aux jeunes en situation de handicap mental ou psychique ainsi qu'aux adultes atteints de pathologies à travers le plan national “Nagez Forme Santé”.*

*Sur le plan sportif, Villejuif Natation fait désormais partie des meilleurs de la Région et tend à se positionner parmi les meilleurs de France grâce à ses résultats de premier plan.”*

**Lazreg Benelhadj, Vice-Président de la Fédération Française de Natation**

### LABELLISATION 2024

La Fédération Française de Natation compte plus de 1200 clubs affiliés dans toute la France.

Cette année, seuls 159 d'entre eux ont été récompensés d'un label !

- 12 en or
- 34 argent, dont Villejuif Natation
- 113 bronze

Pour 2025, Villejuif Natation met d'ores et déjà tout en œuvre pour obtenir le Label OR !





© Xiuwen Wang



## A LA DECOUVERTE DU CORPS PROJECTILE

PAR ALBAN, RESPONSABLE DE L'APPRENTISSAGE ET DU LOISIR

Après avoir exploré la profondeur, vient le temps où chacun construit la position à adopter dans l'environnement aquatique dans lequel il évolue.

La capacité de passer à travers l'eau avec un minimum de freinage va dépendre de l'organisation posturale qui se construit à partir d'une vitesse préalablement acquise grâce à un saut (trajectoire verticale) ou un plongeon.

Le but de l'ensemble des tâches proposées est de couvrir la plus grande distance possible sans aucune action propulsive dans l'eau. Pour atteindre cet objectif, le nageur va devoir limiter les résistances qu'offre son corps qui traverse l'eau. Résistances d'autant plus grandes que la vitesse d'entrée dans l'eau est élevée.

A nouveau, différentes problématiques se posent à la fois d'ordre physique, physiologique et psychologique :

La vitesse initiale est liée à l'énergie du saut, associé ou non à une impulsion. Dès que le corps est en mouvement dans l'eau, il se trouve freiné par les résistances hydrodynamiques, la résistance frontale et la résistance de vague.

Effectivement, un corps se déplaçant dans l'eau ne peut conserver, sans rien faire, sa vitesse initiale.

La forme, l'orientation, l'indéformabilité du corps et sa direction sont des problèmes à résoudre.

La trajectoire aquatique du corps dépend donc de sa forme. Un corps plus long et plus allongé est moins freiné et un corps complètement immergé et beaucoup moins freiné qu'à la surface.

Le plongeon et la locomotion aquatique nécessitent d'inhiber le rôle de la vue, ainsi que les postures terriennes. Il va donc falloir redéfinir la perception du corps du nageur. En effet, l'axe du corps allongé implique un acte de vision différent à celui du déplacement, puisque l'on doit regarder au fond du bassin. Cela impose un nouvel espace à se représenter : avant, arrière, haut, bas, droite et gauche.

D'un point de vue émotionnel, il faut être capable d'accepter de se positionner à l'horizontal, d'accepter de s'engager dans l'eau à différentes vitesses en unifiant l'espace d'action et l'espace de vision. Lors de l'entrée dans l'eau par la tête, il faut être capable de se perdre pour se retrouver ensuite. Même situation lors du virage en culbute ou d'une galipette (action similaire terrestre).

Demander à un nageur de s'aligner ou de se durcir n'a que peu d'impact sur sa posture. Une expérience vécue est plus efficace qu'un discours abstrait ou qu'une consigne verbale.

“Nous sommes arrivés à Villejuif natation il y a trois ans et depuis nos filles Tessa, Naïa et Mahina bénéficient de cours de grande qualité.

L'équipe encadrante est très professionnelle, à l'écoute des enfants et des parents. Nous voulions que nos filles ne fassent qu'un avec l'élément aquatique et développent leur aisance afin d'être en complète autonomie. L'objectif est aujourd'hui déjà atteint ! Tessa et Naïa sont dans le groupe Vert, après une année dans le groupe Jaune et une autre dans le groupe Orange. Mahina évolue dans le groupe Avenir et découvre les compétitions dans un cadre bienveillant.

Nos trois filles viennent avec beaucoup de plaisir et ne veulent louper aucune séance.

Nous avons le sentiment d'avoir rejoint une grande famille et nos filles s'y sentent comme chez elles, dans un environnement sain. En plus, elles y côtoient aussi de grands champions, dont Kacper, champion de France !”

**Sandra et Mathieu, parents de Tessa, Naïa et Mahina, adhérentes de Villejuif Natation.**

# STAGE AISANCE AQUATIQUE

PAR ALBAN, RESPONSABLE DE L'APPRENTISSAGE ET DU LOISIR

Cette année encore, Villejuif Natation s'engage dans la lutte contre les noyades et a organisé un stage bleu d'Aisance Aquatique du lundi 15 au vendredi 19 avril dernier, pour les enfants non adhérents d'un club de natation, de Villejuif ou d'ailleurs. En tout, 71 enfants ont participé au dispositif. Une belle réussite et de grands progrès pour ces enfants découvrant le milieu aquatique.



Le plan aisance aquatique a été lancé en avril 2019 par le ministère chargé des sports. Il fait suite à une concertation de l'ensemble des acteurs de l'apprentissage de la natation au niveau national et vise à transformer en profondeur la relation des concitoyens au milieu aquatique. L'objectif principal est la baisse du nombre de noyades accidentelles chez les très jeunes enfants, qui est en augmentation chaque été et la première cause de décès chez les enfants de moins de 6 ans.

Outre une action décisive concernant la lutte contre les noyades, la construction par l'enfant de « l'aisance aquatique » durant ce stage participe de façon plus transversale à son éducation. La démarche d'enseignement proposée est propice au développement d'une plus grande autonomie. Elle favorise davantage de coopération et de responsabilisation au sein du groupe. De même elle renforce la créativité de l'enfant, la confiance en sa capacité à agir et son plaisir d'agir. Cela participe également à une pratique sportive bénéfique au développement de l'enfant et à sa santé.

L'enseignement de l'aisance aquatique auprès de groupes d'enfants est porteur de transformations profondes et représente le socle à une éducation aquatique pour une meilleure culture de l'eau. Les stages répondent à deux grands principes pédagogiques : l'apprentissage en grande profondeur uniquement et la pratique sans matériel de flottaison. Le plus rapidement possible, les enfants sont mis en situation dans l'eau en grande profondeur. Dès la fin de la première séance tous les enfants doivent s'être engagés dans le milieu aquatique.

Le volet formation associé à ce stage bleu propose aux éducateurs sportifs un accompagnement dans sa mise en œuvre d'une démarche d'enseignement adaptée à « l'aisance aquatique ». Cette formation est destinée à tous les encadrants des activités aquatiques mais aussi au personnel de l'éducation nationale. Ces formations ont pour vocation à être pluridisciplinaire.

La notion de groupe est importante : les interactions entre les enfants sont permanentes et aussi importantes que les interactions avec les enseignants :

- La répartition des groupes ne se fait pas par niveau, mais en fonction du développement physique de l'enfant (taille) ou de manière aléatoire
- 3 à 4 éducateurs par groupe d'enfants



**BRIGITTE COULAUDON**  
RETAIRE GÉNÉRALE DU SECOURS POPULAIRE DE VILLEJUIF

“Le comité de Villejuif du Secours Populaire a été contacté par le club de Villejuif Natation pour mettre en place un stage d'Aisance Aquatique pendant les vacances de printemps pour les enfants de 5 à 9 ans accompagnés par le Secours Populaire. Après plusieurs échanges, nous nous engageons et en informons les familles.

33 enfants sont concernés par le dispositif. La majorité a terminé le stage diplômée au regard de l'évolution de leurs compétences !

Maintenant, les enfants attendent la suite avec impatience !”

**Brigitte, secrétaire générale du Secours Populaire de Villejuif**

## STAGES D'ÉTÉ POUR TOUS

Comme l'an passé, Villejuif Natation organise des stages gratuits d'une semaine lors du mois de juillet 2024.

- 4 - 6 ans, du 08/07 au 02/08
- 7 - 11 ans, du 08/07 au 02/08
- 12 - 15 ans, du 08/07 au 02/08
- 16 - 18 ans, du 01/07 au 02/08
- Adultes, du 01/07 au 02/08

Plus d'informations en juin sur notre site internet et nos réseaux sociaux.

# DATES A RETENIR

PAR MORGANE, PRESIDENTE DE VILLEJUIF NATATION



JUIN

**10**

Lancement de la période de réinscription en ligne et sur place.

Chaque adhérent recevra un courriel informatif quelques jours avant.



JUIN

**22**

A l'initiative du Territoire du Grand-Orly Seine Bièvre, gestionnaire du Stade Nautique de Villejuif, une journée portes ouvertes sur le thème des Jeux Olympiques.

Pas d'activités club ce jour-là.



JUIN

**29**

Initialement prévue le 22 juin, la fin des activités club a été décalée d'une semaine. Les activités se termineront donc le samedi 29 juin.



JUIN

**29**

Moment de convivialité incontournable de la fin de saison sportive, la FETE DU CLUB se déroulera sur la journée complète.

Structures gonflables dans les bassins et dans le jardin, nous vous attendons nombreux !



JUILLET

**1**

Comme chaque été, Villejuif Natation organise des stages gratuits de découverte et d'apprentissage pour tous, dès 5 ans, du 1er juillet au 2 août.



“L’année sportive n’est pas terminée et notre club Villejuif Natation continue ses actions afin de vous proposer des activités et des temps forts de partage et d’apprentissage.

Que ce soit pour les enfants apprenant à nager, les adolescents et adultes en perfectionnement, en situation de handicap ou non, l’équipe professionnelle est toujours au rendez-vous pour permettre à tous et toutes de progresser et de s’épanouir dans son activité.

Ainsi, cette année encore, nous avons accueilli une compétition de sport adapté, organisé un stage d’aisance aquatique pour les enfants de Villejuif et nous accompagnons toujours plus d’adultes désireux de progresser dans la pratique de la natation dans une ambiance conviviale et bienveillante.

Nos trois académies, d’Apprentissage, de Compétition et de Haut-Niveau suscitent un tel engouement que vous êtes aujourd’hui plus de 1700 adhérents à nous faire confiance.

Cette dynamique, nous la devons à un travail collaboratif sérieux mené depuis des années avec les partenaires locaux. Ainsi, pouvons-nous compter sur le soutien de l’Etablissement Public Territorial du Grand-Orly Seine Bièvre, gestionnaire de la piscine, nous permettant également l’organisation d’événements sportifs et associatifs au sein de cette belle structure qu’est le Stade Nautique Youri Gagarine.

Nous remercions bien sûr la municipalité de Villejuif ainsi que tous les acteurs des services des sports, de l’enfance et de l’Office Municipal des Sports avec qui nous menons des échanges constructifs tout au long de l’année afin que les enfants, familles et citoyens de Villejuif accèdent à des activités de qualité, quels que soient leurs revenus et leurs compétences dans l’eau.

Afin de donner du sens à notre projet pédagogique et tisser des liens entre nos adhérents et la Fédération Française de Natation, Villejuif Natation a opté pour une politique « 100% Licences ». Cela permet au club de s’inscrire dans une stratégie d’évolution de la natation française guidée par la Ligue Ile de France de Natation, notre interlocuteur principal au niveau régional. Ce travail en collaboration nous a permis d’obtenir le « label argent » mettant en avant notre qualité d’enseignement et de structuration.

Villejuif Natation est aujourd’hui reconnu pour l’accompagnement de tous et toutes dans l’apprentissage de la natation mais également au niveau de l’Elite française. En effet, nous pouvons être fiers d’avoir au sein de notre club des athlètes de haut niveau représentant notre sport d’un point de vue national et international.”

**Morgane, présidente de Villejuif Natation.**



## REJOIGNEZ-NOUS !

Parce qu'il est important de créer une communauté forte autour de la natation villejuifoise afin de garantir son développement et de favoriser la pratique pour tous, n'hésitez plus à rejoindre nos réseaux sociaux Facebook et Instagram !

Et c'est nouveau, vous pouvez désormais suivre la chaîne **Villejuif Natation** sur WhatsApp et découvrir toute l'actualité de votre club !



**Facebook** : <https://www.facebook.com/villejuif.natation.1>

**Instagram** : <https://www.instagram.com/villejuifnatation/>



**Chaîne WhatsApp** :

<https://www.whatsapp.com/channel/0029Va8uzqB6mYPOoxjeIq01>

