

le grand  
**DÉFI**  
PIERRE LAVOIE

**BÉNÉVOLES**



**GUIDE GÉNÉRAL  
DES BÉNÉVOLES**



## MESSAGE DES COFONDATEURS



Chers bénévoles,

Si vous pouviez lire tous les témoignages de reconnaissance que nous recevons des participants à nos événements, que ce soit des cyclistes, des jeunes coureurs, des marcheurs, des enseignants ou des enfants, vous seriez aussi touchés que nous, car c'est grâce à vous si ces gens peuvent vivre une expérience aussi marquante.

Par votre enthousiasme, votre sourire, votre prévenance et votre efficacité, vous faites de chaque rassemblement une grande fête qui, en plus d'être réglée au quart de tour, laisse à chacun des souvenirs indélébiles. Mieux encore, vous contribuez à faire du Québec une société où les saines habitudes de vie gagnent du terrain d'année en année et où la recherche sur les maladies orphelines reçoit enfin le soutien dont elle a tant besoin.

Votre engagement est louable. Merci du fond du cœur et au plaisir de vous croiser au cours de cette quatorzième édition du Grand défi Pierre Lavoie.

Sincèrement,

Germain Thibault et Pierre Lavoie  
*Cofondateurs du Grand défi Pierre Lavoie*



## NOTRE MISSION AU GRAND DÉFI

Créer une culture en santé préventive au Québec en amenant les gens à adopter de saines habitudes de vie. Nous sommes déterminés à continuer de développer le mouvement de mise en forme et de faire grandir la prévention en santé.

Plusieurs événements majeurs et rassembleurs sont mis sur pied chaque année afin de produire un changement durable au sein de la population de tous les âges !



## NOS VALEURS

### Respect

Pour une organisation dont le succès repose sur l'implication et le dévouement de milliers de personnes, le respect mutuel est une valeur fondamentale.

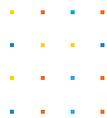
### Audace

Il faut de l'audace pour ambitionner de rentrer dans les écoles et les maisons du Québec dans le but de changer les habitudes de vie. Il faut des moyens tout aussi audacieux pour y parvenir.

### Passion

Pour relever le défi des saines habitudes de vie personnellement et collectivement, nous croyons qu'il est essentiel de nous entourer de gens animés par un désir réel de s'investir, voire de se surpasser pour changer les choses.





## LE CODE DU BÉNÉVOLE RESPONSABLE

Parce que vous êtes souvent le premier point de contact avec les participants et le grand public, vous devez faire preuve de professionnalisme, car vous êtes l'image du Grand défi.

- Assurer votre sécurité ainsi que celle des autres
- Assister aux réunions et aux formations proposées
- Être ponctuel et aviser le responsable de tous changements
- Respecter son engagement et les consignes de fonctionnement
- Exécuter les tâches avec sérieux et plaisir
- Collaborer avec les autres bénévoles et le comité organisateur
- Rester disponible pendant ses heures de bénévolat
- Faire preuve d'adaptation pour les changements de dernière minute
- Accepter les temps morts et les périodes d'attente
- En tout temps, être poli et respectueux
- Éviter d'écouter de la musique, de parler ou de texter avec le téléphone cellulaire
- Utiliser les photos et les vidéos prises durant les événements de manière respectueuse
- Avoir une bonne hygiène corporelle
- Porter votre chandail ou dossard de bénévoles pour bien vous identifier
- Garder le sourire et avoir du plaisir !

Si vous n'êtes plus en mesure d'être présent, assurez-vous de nous l'indiquer le plus rapidement possible, car tous les bénévoles ont un rôle précieux dans le succès de l'événement. Nous comptons sur vous !

# INFORMATIONS IMPORTANTES



## AVANT L'ÉVÉNEMENT

### FORMATION DES BÉNÉVOLES

Vous pourriez être convié à une formation afin de vous informer de tous les détails nécessaires pour bien remplir votre mandat.

En fonction de votre mandat la formation se déroulera :

- quelques jours à l'avance
- le jour même

Cette information vous sera précisée par courriel au moment opportun.

Il est important d'aviser l'organisation s'il vous est impossible d'être présent à la formation des bénévoles.

## PENDANT L'ÉVÉNEMENT

### HALTE DES BÉNÉVOLES

La journée de l'événement, vous devez vous rendre à la halte des bénévoles, à l'heure de votre mandat.

Vous y trouverez un endroit où laisser vos effets personnels. Il est recommandé de ne pas laisser vos objets de valeur à cet endroit (portefeuille, tablette électronique, ordinateur, etc.). Le Grand défi Pierre Lavoie ne sera pas tenu responsable des bris et/ou vols.

➤ Vous devez avoir en tout temps votre carte d'assurance maladie.

Dans la communication spécifique à votre mandat vous serez informé sur la manière de vous y rendre et sur la disponibilité de stationnement.



# INFORMATIONS IMPORTANTES



## PENDANT L'ÉVÉNEMENT

### TENUE VESTIMENTAIRE

Nous vous remettons un chandail ou un dossard bénévole, ainsi qu'un bracelet bénévole, qui devront être portés en tout temps durant votre mandat.

Consultez la météo afin de choisir des vêtements adéquats et des accessoires appropriés tel qu'un imperméable, un chandail chaud, de la crème solaire, une casquette, etc. Les sites sont vastes, donc pensez à porter des chaussures **CONFORTABLES!**

## PENDANT L'ÉVÉNEMENT

### REPAS ET COLLATIONS

Lors de l'événement, nous vous offrons un repas et/ou des collations.

Apportez votre gourde d'eau réutilisable et votre tasse pour les breuvages chauds. Il n'y aura pas de distribution de bouteilles d'eau.

Pour les personnes ayant des restrictions ou allergies alimentaires, prévoyez un repas et des collations appropriés selon vos besoins. Vous pourrez vous servir dans les collations et lunchs s'ils vous conviennent, mais nous préférons que vous soyez autonomes, au cas où ils ne correspondent pas à vos besoins.





## LES TYPES D'URGENCE POSSIBLES

1. Participant blessé ou victime d'un malaise
2. Enfant ou participant égaré ou perdu
3. Incendie
4. Conditions climatiques extrêmes
5. Situations extraordinaires (ex. : acte criminel)

## PROCÉDURES EN CAS D'URGENCE

1. Analyser calmement la situation sans se placer en danger
2. Utiliser votre radio ou celle d'un collègue à proximité
3. Contacter la base de coordination et l'informer de l'urgence en mentionnant votre nom, votre position, la nature de l'urgence et le nombre de personnes impliquées
4. Recevoir les indications par la base de coordination et les appliquer
5. En l'absence de radio, utilisez votre cellulaire

Nous vous demandons de toujours prioriser la communication par radio par l'entremise de la base de coordination avant d'utiliser le cellulaire.



## EN CAS D'ÉVACUATION DU SITE

1. Suivre les indications de son chef bénévoles
2. Collaborer avec le chef bénévoles selon les procédures d'évacuation reçues par la base de coordination
3. Porter assistance à toutes les personnes dans le besoin lors de l'évacuation
4. S'assurer que le site est évacué dans le calme
5. Se rassembler à l'endroit indiqué par son chef bénévoles
6. Attendre les services d'urgence ou les consignes de son chef bénévoles





## LA BOUTIQUE DU GRAND DÉFI

La Boutique du Grand défi pourrait être présente sur les sites d'événement du Grand défi Pierre Lavoie. Les informations (emplacement et horaire) vous seront communiquées avant l'événement.



## SOIRÉE DE RECONNAISSANCE

Une soirée festive est organisée afin de souligner le travail ainsi que l'implication des bénévoles dans nos événements. Nous serons honorés de vous compter parmi nous pour cette fête, qui se veut à la hauteur de notre reconnaissance à votre égard.

Les détails vous seront communiqués par courriel durant l'été.

**Au plaisir de vous y retrouver !**



**Toute l'équipe du Grand défi tient à vous remercier pour votre immense contribution au succès de nos événements !**



Pour toutes questions, n'hésitez pas à communiquer avec nous :

Par courriel: [benevole@legdpl.com](mailto:benevole@legdpl.com)

Par téléphone: 450 641-6669, poste 243



## TÉMOIGNAGES

**Manon C.**

« Faire du bénévolat pour le Grand défi est facile, grâce à une équipe formidable, dynamique et professionnelle je me sens appréciée et impliquée, peut-on demander mieux ! C'est pourquoi les différents événements font partie de mon calendrier annuel. »

**Alexe L. et Paul L.**

« Mon père et moi avons choisi La Boucle au début de notre activité annuelle de bénévolat père-fille. Une superbe journée passée avec mon papa à travailler fort pour une belle cause. Nous en sommes à quatre événements La Boucle et ce n'est pas fini ! »

**Josée M.**

« Ça fait plus de 5 ans que je fais du bénévolat pour le Grand défi (La Course, La Grande récompense, le 1000 KM, La Boucle, La Grande marche). L'atmosphère positive de l'organisation et des bénévoles, l'entraide et la bonne humeur des participants font partie des raisons pour lesquelles je reviens chaque année. »

**Denis T.**

« Ma femme Ginette et moi sommes impliquées depuis plusieurs années au soutien des bénévoles lors des divers événements du Grand Défi ; c'est notre façon de nous investir pour aider à changer les choses. Venez vous joindre à l'équipe ! »