

FORMATION DES BÉNÉVOLES

LE GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE

RAVIT'EAUX

SAINTE-CROIX / SAINT-ÉDOUARD / LÉVIS



L'ÉQUIPE DU GRAND DÉFI



**MARIE-PHILIP
ROY-LASELLE**

Directrice Logistique



ALLYSON VALLÉE

**Coordonnatrice du parcours
La Boucle**



ANNICK ALMÉRAS

**Coordonnatrice Ravit'eau
La Boucle**

LE GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE

MISSION

Encourager les Québécois
à adopter de saines
habitudes de vie sur une
base régulière de façon à
ce que les choix santé
deviennent la norme pour
les générations de demain.

CERTAINS PROJETS DU GRAND DÉFI

LA GRANDE
MARCHE

CUBES
énergie

LA
COURSE

1000M



La Tournée
des écoles





Dévoilement de la nouvelle mouture du 1000 KM 2024



Share



Watch on  YouTube

L'ÉVÉNEMENT DE LA BOUCLE VIDÉOTRON



Défi accessible



Samedi
15 juin 2024



12e édition



6e étape du
1000 KM



6000 cyclistes



Circuit fermé de
135 KM



Vitesse entre 22 et
30 km/h



Sans chronomètre



Vélos électriques
bienvenus



7 municipalités
impliquées



PHOTOS DE LA BOUCLE



HORAIRE DE

LA BOUCLE

Samedi 15 juin 2024

6 h 30

Début des animations sur le site de départ

8 h à 9 h

Départ de La Boucle (en 3 vagues)

8 h à 16 h

Passage des cyclistes dans les municipalités sur le parcours
** Horaire précis à venir*

13 h à 16 h

Arrivée des cyclistes au site d'arrivée à l'Université Laval



Horaire sujet à changements sans préavis jusqu'au jour de l'événement.



La Boucle

> VIDÉOTRON

QUÉBEC

ARRIVÉE
VILLAGE DU 1000 KM,
UNIVERSITÉ LAVAL

DÉPART
PONT DE QUÉBEC

QUÉBEC

LÉVIS

SAINT-ANTOINE-DE-TILLY

ISSOUDUN

SAINTE-CROIX

LOTBINIÈRE

SAINT-ÉDOUARD-DE-LOTBINIÈRE

LÉGENDE

RAVITAILLEMENTS • 40^e KM • 70^e KM • 110^e KM

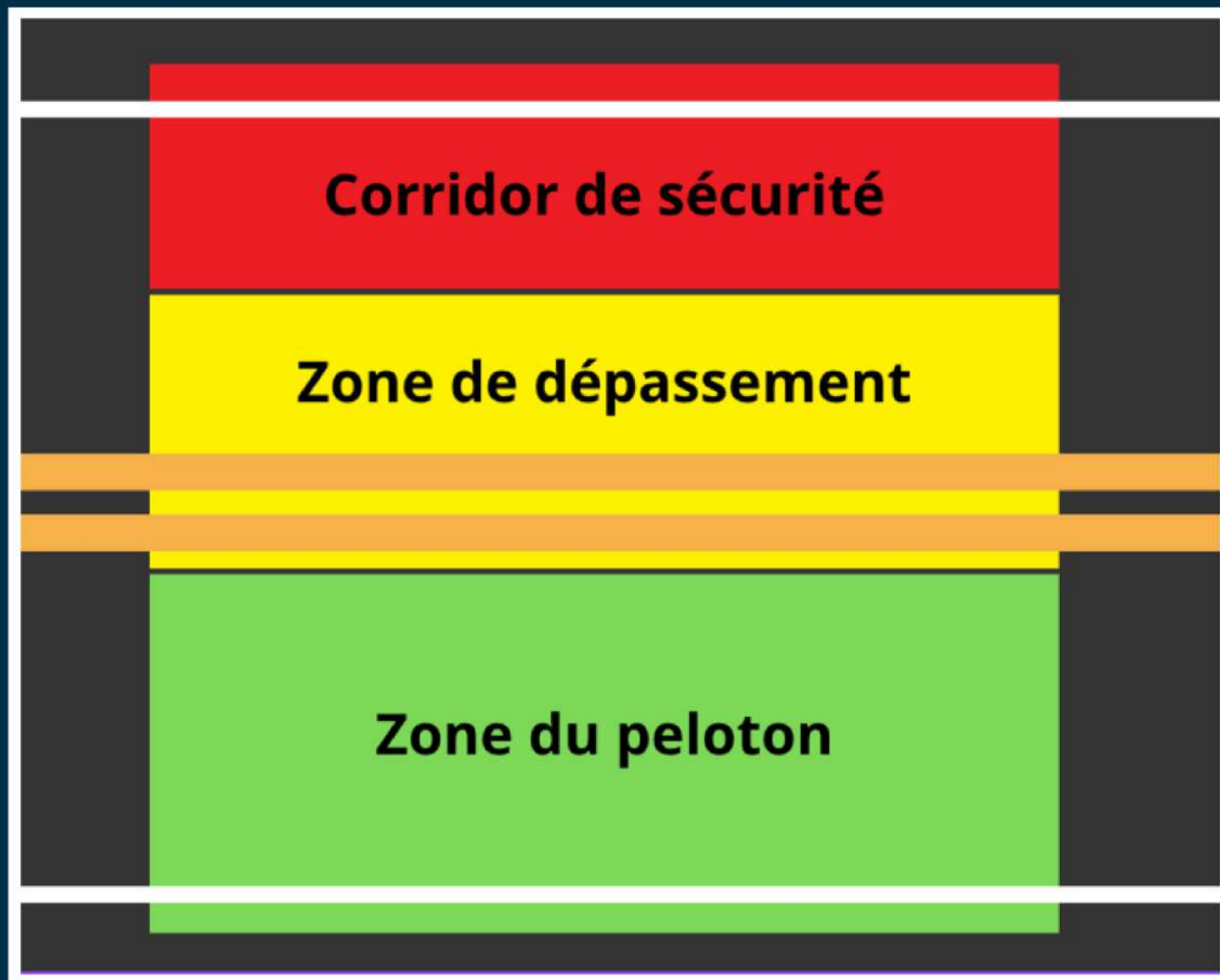
ÉDITION 2024

LA BOUCLE

PARCOURS

LE CONVOI SUR LA ROUTE

ROUTES FERMÉES



LES VÉHICULES

90 véhicules d'escorte : polices, motos, premiers soins, ...



- | | |
|-------------------|---|
| Préconvoi | Tous les véhicules avant le véhicule de tête |
| Convoi | Tous les véhicules qui accompagnent les cyclistes |
| Postconvoi | Tous les véhicules après le véhicule balais |

QU'EST-CE QU'UN

RAVIT'EAU?

Une pause *express* de **maximum 15 minutes**, pour se ravitailler et pour aller aux toilettes.

Plusieurs services y sont offerts :

- Distribution de nourriture (ex. bananes, dattes, barres de sésame, jujubes, etc.)

- Eau et boisson pour sportif
- Installations sanitaires
- Premiers soins

- Services mécaniques
- Animation
- Autobus récupération



Objectif : Ravitailler 6000 cyclistes en 2 h 30





PHOTOS D'UN RAVIT'EAU



PRÉSENTATION DES

RESPONSABLES

GDPL



***Amélie Bertrand
&
Élodie Lamarre-
Croteau***

RESPONSABLES
RAVIT'EAU SAINTE-
CROIX



***Anne-Charlotte
Thibault***

RESPONSABLE
RAVIT'EAU
SAINT-ÉDOUARD



Roselyne Pilon

RESPONSABLE
RAVIT'EAU LÉVIS

ÉQUIPE RAVIT'EAU LÉVIS

RESPONSABLES GDPL : ROSELYNE PILON

SERVICES DES
COLLATIONS

ZONE 1 : JENNY SIROIS

16 BÉNÉVOLES

ZONE 2 : ALEXANDRA WHITTON-BOUTIN

16 BÉNÉVOLES

RÉPONDANTS
SITE

MIREILLE ET
CLÉMENT GOSSELIN

ÉQUIPE CIRCULATION

GENEVIÈVE PRUNEAU

18 BÉNÉVOLES

ÉQUIPE POLYVALENTE

MARIE-HÉLÈNE DROLET

15 BÉNÉVOLES

RÉPONDANTE
VILLE

FABIENNE MERCIER

ZONE CONVOI

LINDA LAVOIE

10 BÉNÉVOLES

**HORAIRE DU
RAVIT'EAU**

LÉVIS

Samedi 15 juin 2024

8 h 10

Arrivée des bénévoles ravit'eau

8 h 10 à 9 h 10

Accueil des bénévoles et répartition des tâches

9 h 10 à 11 h 55

Période de montage

11 h 15 à 11 h 45

Dîner des bénévoles

11 h 55

Ravit'eau prêt pour les cyclistes

12 h 10

Passage du premier cycliste au ravit'eau

12 h 10 à 15 h 40

Service des cyclistes au ravit'eau

15 h 25

Arrivée du dernier cycliste au ravit'eau

15 h 40

Fermeture du ravit'eau

15 h 40 à 18 h 10

Période de démontage

18 h 10

Fin du mandat des bénévoles ravit'eau



Horaire sujet à changements sans préavis jusqu'au jour de l'événement.

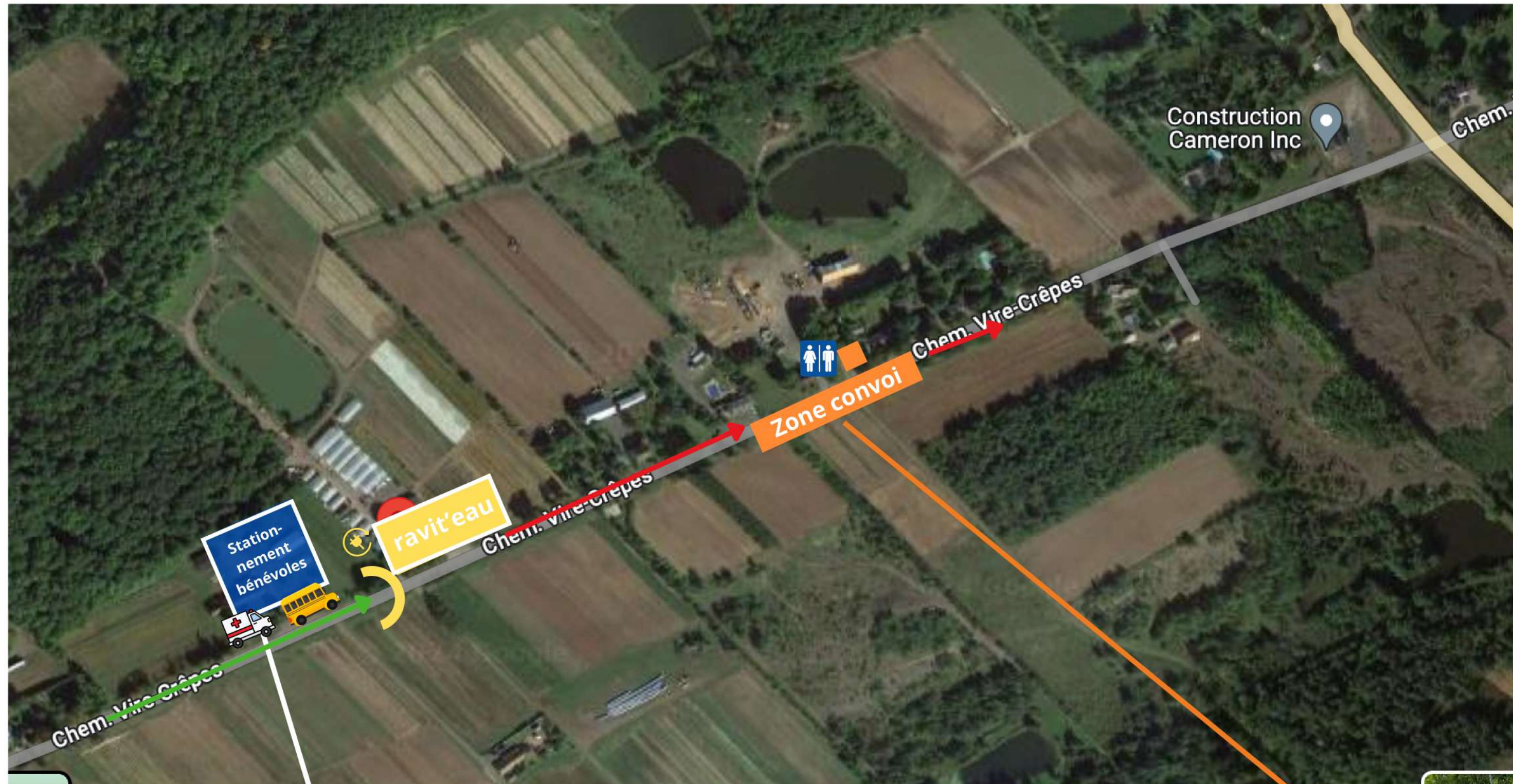
Ravit'eau 3 : LÉVIS

+/- 111 KM

Ferme Gosselin

Adresse : 1344, ch. du Vire-Crêpes

Lévis, G7A 2N3



Stationnement des bénévoles
Adresse : 1370, ch. du Vire-Crêpes
Lévis

Zone convoi, à 335 m du ravit'eau
Adresse : 1296, ch. du Vire-Crêpes
Lévis / à confirmer

Ravit'eau 3 : LÉVIS

+/- 111 KM

Ferme Gosselin

Adresse : 1344, ch. du Vire-Crêpes
Lévis, G7A 2N3



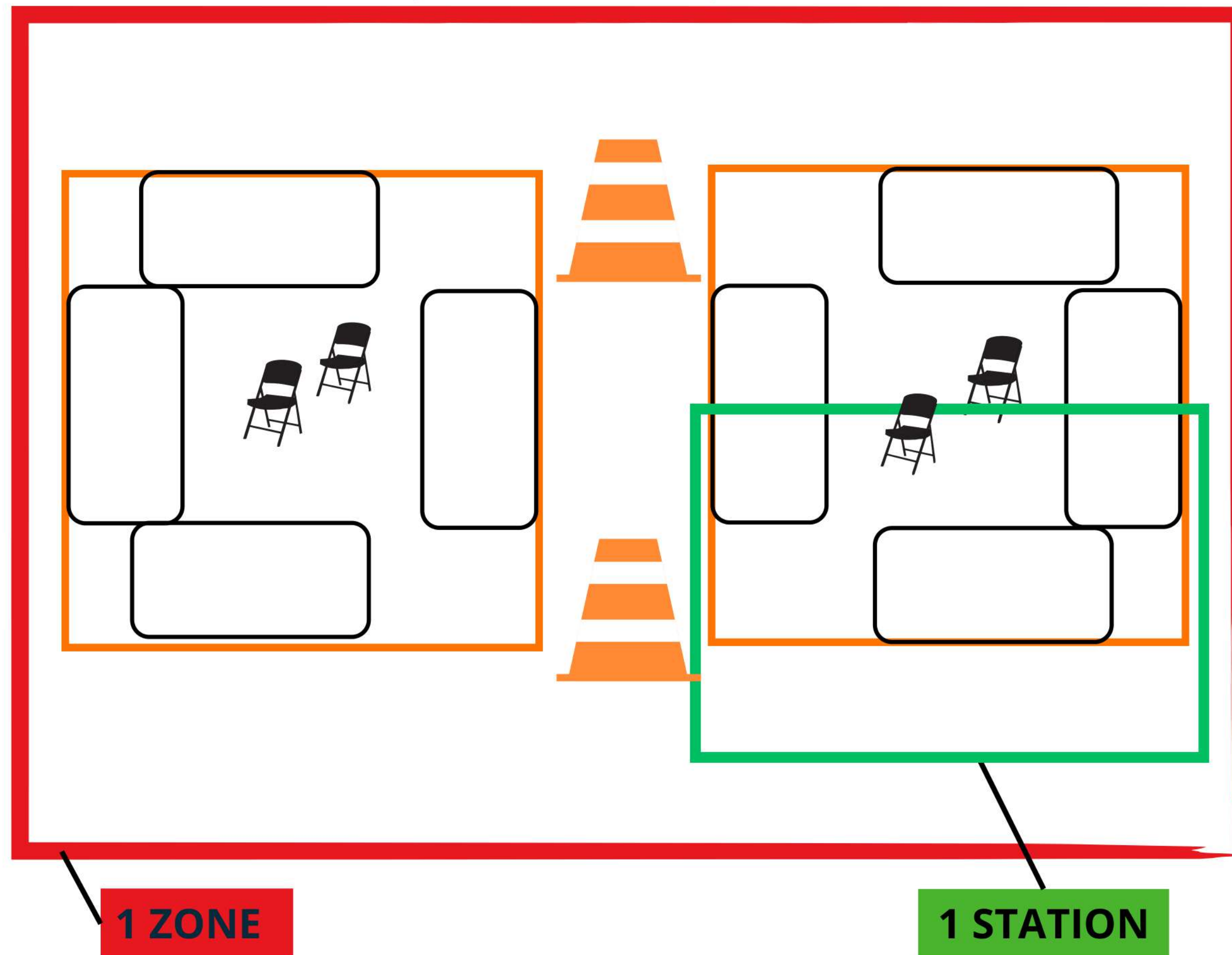
SERVICE DES COLLATIONS



RÔLE / TÂCHES

- Monter et démonter les stations de ravitaillement (tentes, tables, matériel et nourriture)
- Préparer les fruits (les pré-couper)
- Positionner les items sur les tables
- Préparer et distribuer les breuvages et les collations aux cyclistes
- Encourager les cyclistes et répondre à leurs questions

Plan d'aménagement d'une zone de Ravit'eau, comprenant 4 stations identiques
Il y a 17 bénévoles par zone.



ZONE 1

STATIONS 1 À 4

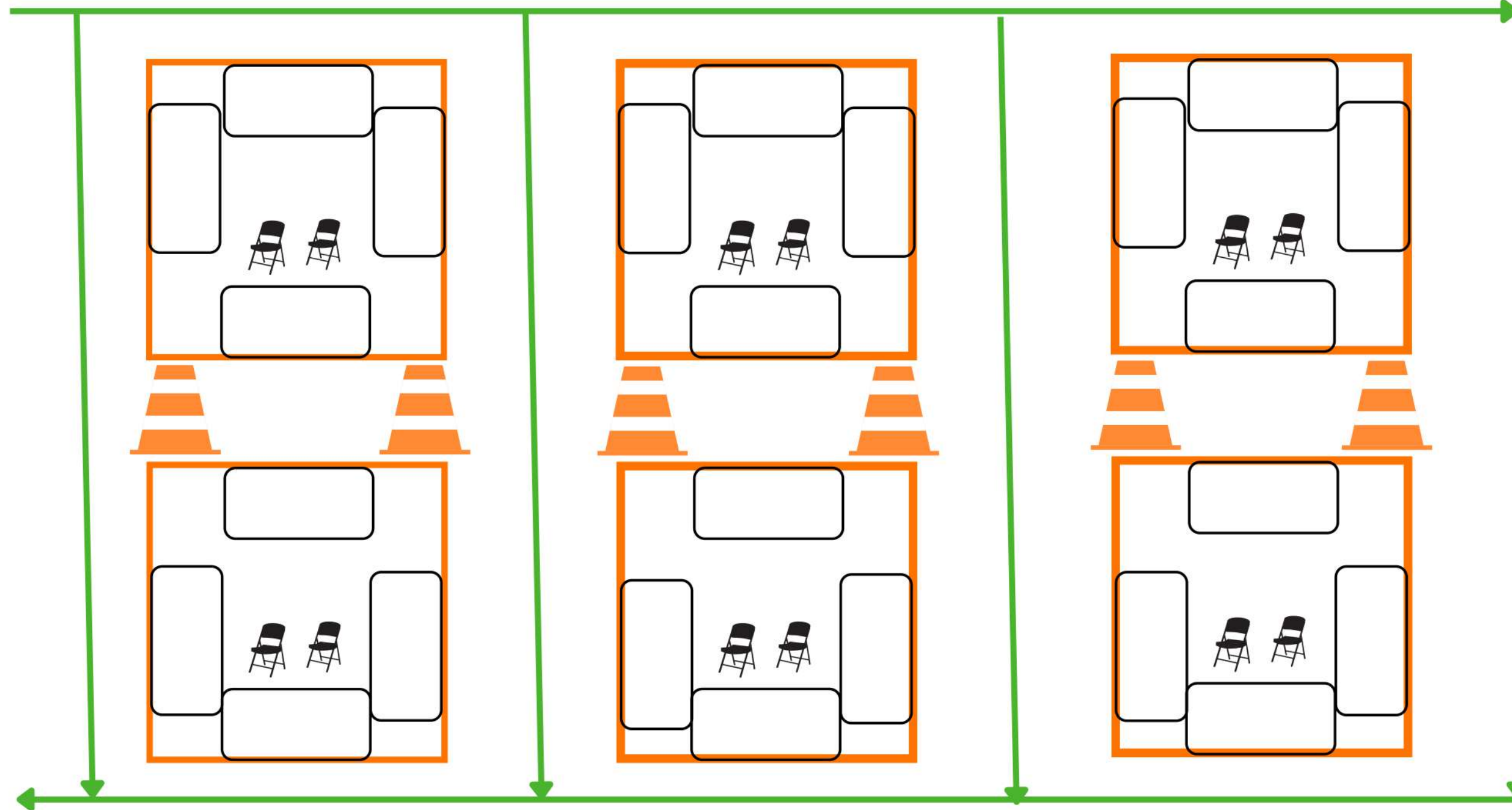
ZONE 2

STATIONS 5 À 8

ZONE 3

STATIONS 9 À 12

CIRCULATION DES CYCLISTES



17 BÉNÉVOLES PAR ZONE

17 BÉNÉVOLES PAR ZONE

17 BÉNÉVOLES PAR ZONE

ÉQUIPE CIRCULATION



RÔLE / TÂCHES

- Positionner les cônes et le ruban
- Orienter les cyclistes vers les stations de ravitaillement et les autres zones du Ravit'eau
- Assurer la fluidité de la circulation sur le site
- Favoriser la réinsertion des cyclistes sur le parcours
- Monter et démonter l'arche

ÉQUIPE CIRCULATION



COMMENT MONTER UNE ARCHE



[LIEN GUIDE DE MONTAGE](#)

ÉQUIPE POLYVALENTE



RÔLE / TÂCHES

- Monter et démonter les zones animation / médical / mécanique
- Gérer les matières résiduelles (poubelles, recyclage, compost)
- Superviser le triage
- Assurer le bonne gestion des stations d'eau
- Être en soutien aux gens des différentes zones au besoin

ZONE CONVOI



RÔLE / TÂCHES

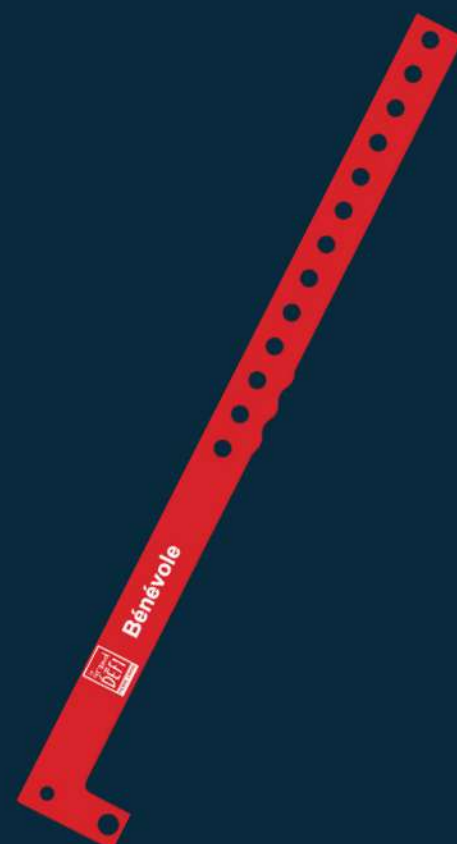
- Monter et démonter les différentes installations
- Aménager votre station (table et la nourriture)
- Préparer et distribuer les breuvages et les collations aux personnes du convoi
- Assurer la fluidité de la circulation

MATÉRIEL ET ÉQUIPEMENTS

REMIS



POUR TOUS LES BÉNÉVOLES



POUR TOUS LES BÉNÉVOLES

PRÊTÉ



POUR LES CHEFS BÉNÉVOLES



POUR TOUS LES BÉNÉVOLES

LE JOUR DE L'ÉVÉNEMENT

Pour vous identifier



Pour être confortable

- Chaussures confortables
- Vêtements confortables
- Portez un ancien chandail du Grand défi sous votre dossard si vous en avez
- Sinon, portez un chandail uni sous votre dossard

Prévoir

- Apportez des items en fonction de la température annoncée :
- Chandail chaud
- Imperméable et bottes de pluie au besoin
- Crème solaire
- Gourde
- Soyez prêt pour dues températures variant entre -20 / +20



NOS ATTENTES



SÉCURITÉ

- Être sécuritaire en tout temps en présence des participants, bénévoles et intervenants qui participent à l'événement



RESPECT

- Être respectueux envers tout un chacun en tout temps malgré la fatigue, le stress et la recherche d'excellence



PONCTUALITÉ

- Être ponctuel pour assurer une bonne coordination des activités et respecter l'horaire qui sera transmis



ADAPTATION

- S'adapter aux différentes situations en faisant preuve d'ouverture d'esprit, de flexibilité et d'empathie



SOLIDARITÉ

- Garder en tête que toutes les décisions de l'organisation du Grand défi Pierre Lavoie sont prises dans le meilleur intérêt de tous ! Travailler en équipe.



PLAISIR

- Travailler ensemble pour atteindre un objectif commun : Vivre et faire vivre un événement de qualité à tous dans le plaisir et la bonne humeur !

Vous êtes l'image du Grand défi Pierre Lavoie !

PLUS GRANDES QUALITÉS D'UN BÉNÉVOLE

PONCTUALITÉ



BONNE HUMEUR



EFFICACITÉ ET
TRAVAIL D'ÉQUIPE



ENGAGEMENT JUSQU'À
LA FIN DU MANDAT



MESURES DE SÉCURITÉ



TYPES D'URGENCES POSSIBLES :

- Un participant se blesse ou est victime d'un malaise
- Enfant ou participant disparu ou perdu
- Incendie
- Conditions climatiques extrêmes
- Évacuation du site
- Situation extraordinaire (ex : acte criminel)

LA CHAÎNE DE COMMUNICATION

C'est votre chef d'équipe qui est votre répondant !

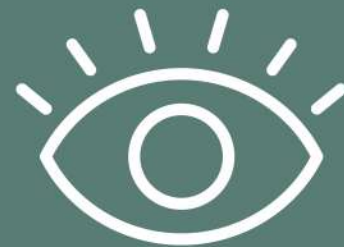


**Si la vie d'une
personne est en
danger, appeler
le 911**

Dans le cas où vous auriez une demande d'entrevue avec les médias au sujet de La Boucle, vous devez les référer à votre chef d'équipe!

LES MESURES DE SÉCURITÉ

Analyser la
situation



Trouver un chef détenant
une radio et
**communiquer avec la
responsable**



La responsable du ravit'au
communique avec la base de
coordination



Recevoir les
indications et
les appliquer.



Informez de l'urgence en mentionnant :

- Votre nom
- Votre position
- La nature de l'urgence
- Le nombre de personnes impliquées

**Si la vie d'une
personne est en
danger, appeler
le 911**

ACCUEIL DES BÉNÉVOLES

RAVIT'EAU LÉVIS



STATIONNEMENT :

- Adresse : 1370, chemin du Vire-Crêpes
- Favorisez le covoiturage



HALTE :

- Devant le kiosque
- Adresse : 1344, chemin du Vire-Crêpes
- Point de rencontre des bénévoles en arrivant
- La halte est disponible pour vous reposer, manger et boire. Un repas vous sera fourni.



LA DANSE DES BÉNÉVOLES



LES SOIRÉES RECONNAISSANCES

- **Quand** : Dans la semaine du 26 au 30 août 2024
- **Où** : à déterminer

Les détails vous seront communiqués par infolettre au cours de l'été !

MERCI

DES QUESTIONS?

