



GUIDE DU CAPITAINE DE ROUTE

Mission du capitaine

- 1) Assurer la sécurité des membres du club de vélo lors des sorties.
- 2) Appliquer les directives de sécurité issues des instances du club de vélo.
- 3) Créer un environnement qui favorise le plaisir pour tous.
- 4) Être le représentant du club de vélo auprès des membres lors des sorties.
- 5) Être un agent de changement pour améliorer l'expérience des membres.

Tâches du capitaine

Avant la sortie :

- 1) Prendre connaissance de la route le vendredi ou samedi avant de se rendre au point de départ (incluant la sauvegarde de la route sur son téléphone Ride with GPS).
- 2) S'assurer d'avoir les coordonnées des autres capitaines et responsables en cas d'urgence. Une carte de référence vous sera fournie.
- 3) Se présenter à 8h30 au point de départ (prêt à partir).
- 4) Participer à la réunion des capitaines à 8h45.
- 5) Rencontrer son groupe pour expliquer le fonctionnement de la journée ainsi que les particularités de la sortie de vélo (distance, dénivelé, vitesse moyenne recherchée, principaux arrêts, consignes spéciales de sécurité, etc...).

Pendant la sortie :

- 1) Appliquer les consignes de sécurité du club.
- 2) Partir lentement
- 3) Suivre le code de la route et chacun pour soi aux intersections (ne pas prendre la responsabilité de l'engagement dans l'intersection)
- 4) Garder votre cellulaire en fonction également aux É.-U. (problèmes, accidents, etc.)
- 5) Respecter les paramètres de la sortie (i.e. distance, parcours, vitesse moyenne).
- 6) S'adapter à la situation au niveau de la conduite de la sortie pour assurer la sécurité et le plaisir des membres de son groupe.
- 7) Garder une certaine cohésion au niveau du groupe et minimiser le nombre de sous-groupes.

- 8) Être à l'écoute des membres.
- 9) Observer le groupe à partir de multiples positions dans le peloton.
- 10) Intervenir rapidement en cas d'incident et suivre les procédures établies.
- 11) Communiquer avec les autres capitaines et responsables en cas d'incident retardant l'arrivée du groupe.

Après la sortie :

- 1) Sonder les membres du groupe pour des commentaires.
- 2) Donner un rapport au chef des capitaines concernant la vitesse moyenne et les incidents pendant la sortie.
- 3) Proposer des suggestions d'amélioration si applicable.

Procédure en cas d'incident

- 1) En cas de pépin mécanique mineur, le capitaine doit s'assurer de coordonner sa correction pour remettre le groupe sur la route le plus rapidement possible.
- 2) En cas de pépin mécanique majeur ne pouvant être réparé sur le champ, le capitaine doit trouver une façon de permettre au groupe de continuer avec supervision tout en s'assurant que la personne affectée ait les moyens de rentrer au bercail (voiture-balai, Taxi Vélo, ou autre).. Il doit tenir compte du temps restant et décider de la route à suivre pour le retour.
Étant donné la complexité mécanique et l'utilisation d'outils spécifiques pour les réparations, Les problèmes mécaniques des vélos assistés (crevaisin et autre) ne seront pas réparés en route à cause des délais associés. La voiture-balai ou un taxi vélo devra être contacté.
- 3) En cas d'accident engendrant des blessures, le capitaine doit suivre le protocole établi :
 - 1-Contacter le 911 indiquer la position géographique et rester en ligne, expliquer les circonstances.
 - 2- Utiliser le groupe pour sécuriser l'emplacement (route arrêter la circulation complètement un sens, deux sens).
 - 3- Sécuriser les personnes blessées (maintenir la tête, ne pas déplacer).
 - 4-Ne rien donner (eau et autres)
 - 5-Donner accès aux ambulanciers et décrire brièvement la situation.

****chaque capitaine aura une carte protocole avec lui***

Lors d'accident vous devez gérer la situation, rester calme et garder le contrôle de votre groupe. Il n'y a pas place à l'improvisation. Vous devez suivre le protocole. Les chutes à vélo en route sont considérées comme des chutes à haute vélocité et les impacts à la tête sont fréquents. Vous devez rester vigilant, car l'état du blessé peut se détériorer rapidement. Il ne faut pas donner d'eau ou autre substance. Si la personne refuse le transport par ambulance, elle le fera avec les ambulanciers. Ce n'est pas votre responsabilité.

Position géographique : adresse civique la plus proche, croisement le plus prêt.

Expliquer les circonstances : exemple : chute avant à 25 km, chute par dérapage, emportiérage, malaise, étourdissement, serrement à la poitrine.

Gestion du groupe : faites-vous aider par les membres du groupe en donnant des tâches précises. Assurez-vous que la personne a bien compris et confirme votre demande.

N'oubliez pas votre groupe. Les personnes seront anxieuses. Attention aux accidents secondaires (par exemple : rester sur la route sans protection après le départ des ambulanciers). Vous devez gérer le retour. Contactez Marie-Hélène Simard 514-237-3015 et Alex Emond 514-927-9511 pour les informer de la situation. Si nécessaire un transport sera organisé pour récupérer les membres (quelques délais). Contactez le balai.