



BIENVENUE! RENCONTRE PRÉPARATOIRE DES BÉNÉVOLES
2025



DÉROULEMENT DE LA RENCONTRE

- Mot de bienvenue
- Présentation du comité, de la Fondation et des encadreur
- Partenaires
- Les tâches des bénévoles
- Fonctionnement des pelotons
- Présentation des trajets
- Informations sur la fin de semaine
- Utilisation du walkie-talkie
- Questions





Comité organisateur

- Nathalie Wilson, bénévole
- Joël Bélanger, encadreur chef
- Alain Veilleux, encadreur chef
- Lionel De Matos, encadreur
- Jocelyn Millaire, encadreur
- Marie-Andrée Martin, bénévole
- Marie-Claude Major, bénévole
- Dr Olivier Haeck, CISSS de Laval
- Marilou Caty, Desjardins
- Nadia Balti, Desjardins
- Isabelle Lepage, Fondation
- Steve Côté, Fondation

Fondation Cité de la Santé

- André Malacket, Directeur général
- Étienne Lalonde, Directeur général adjoint
- Samira Gouzi, Directrice du développement philanthropique
- Pierre-Luc Brault, Directeur dons majeurs et planifiés
- Nathalie Talbot, Comptable
- Édith Hakimian, Conseillère principale aux communications
- Isabelle Lepage, Conseillère événements et communications
- Max Corbeil, Agent développement
- Gnahié Brayann Tébili, Coordonnateur aux communications
- Marie-Andrée Tremblay, Adjointe administrative
- Steve Côté, consultant événementiel

Nos encadreurs

Nom	Groupe
Stéphane Rousseau (Lead)	1
Mathieu Cyr	1
Michel Patry	1
Lionel De Matos	1
Joel Bélanger (chef) / Samedi	1
Alain Veilleux (chef) / Dimanche	1
Daniel Rheume (Lead)	2A
Olivier Haeck	2A
Jocelyn Millaire	2A
Caroline Leclerc	2A

Nom	Groupe
Richard Arpin (Lead)	2B
Harold Sylvain	2B
Nicolas Paquin	2B
Alexandre Gauvin	2B
Yanick Gaudet (Lead)	3
Stephane Lavoie	3
Richard Lapierre	3
Alain Veilleux (chef) / Samedi	3
Joel Bélanger (chef) / Dimanche	3

Notre commissaire : Henry Levy



MERCI à nos partenaires



Présenté par



En collaboration avec



**Subaru
de Laval**

ainsi qu'à nos nombreux commanditaires

QUILICOT
Bicycles

 **PHYSIOTHÉRAPIE
UNIVERSELLE**
Pour une vie active

KRONO
NUTRITION

henri

Lesters
Depuis - Since 1931

DÖSE


CONTANT
SOUFFLEUSE

Tim Hortons

 **DUUS**

 **Groupe
Beaulieu-Angelo**
Entreprise familiale depuis 1955

sports
experts
 **ATMOSPHERE**

 **QUINTAL**
IGA

 **YVES LÉGARÉ**
Complexes funéraires
Avec vous

 **Signel**
SERVICES INC.



LE RÔLE DES BÉNÉVOLES

- Offrir une belle expérience aux cyclistes tout au long de la fin de semaine
- Offrir un encadrement sécuritaire
- Être un point de repère

VOITURE SUIVEUSE / AUTOBUS BALAI

Première voiture à suivre le peloton.

S'arrête pour embarquer le cycliste qui arrête

Gestion du vélo à la prochaine pause

Apporte les petits sacs des cyclistes

VOITURE FLÈCHE

Deuxième / Troisième véhicule dans le convoi

Ne doit jamais s'arrêter et doit toujours fermer le peloton, empêcher les véhicules d'entrée dans le convoi.

ATTENTION

Certains cyclistes peuvent s'exprimer de manière brusque ou directe. Veuillez ne pas le prendre personnellement.



LE RÔLE DES BÉNÉVOLES



COMMISSAIRE

Encadre le 300 km pour la VIE

Assure que la gestion du temps soit respectée

Sécurité, encadrement et règlements



MÉCANO ET PHYSIO

Se rend directement aux arrêts de ravitaillement pour offrir le service.



RAVITAILLEMENT

Deux véhicules pour les pauses de ravitaillement. Les deux véhicules s'alternent afin de voir tous les cyclistes.





GESTION DES URGENCES

Équipe médicale sur la route



1. Nous devons les contacter avec la radio
Et mentionner quel peloton nous sommes. Grâce à une tablette de localisation, l'équipe pourra vous retrouver.
2. L'équipe de la voiture suiveuse devra assurer un minimum de soutien au cycliste blessé en attendant les renforts.
3. Si la condition du cycliste est alarmante, contacter le 911 et aviser l'équipe médicale (**Steve, Isabelle** sont à l'écoute sur le même canal)



Si Steve ou Isabelle ne sont pas sur les lieux



1. Informer de la situation lorsque cette dernière sera réglée (retour en voiture ou gestion d'une ambulance).
2. Dans le cas de l'ambulance, informer du nom du cycliste à Steve ou Isabelle qui devra contacter le contact d'urgence.

En cas d'ambulance



1. Le bénévole (non conducteur) ira dans l'ambulance pour assurer une présence et soutien (nous irons vous chercher !)



FONCTIONNEMENT DES PELOTONS

ENCADREMENT ET RAVITO :

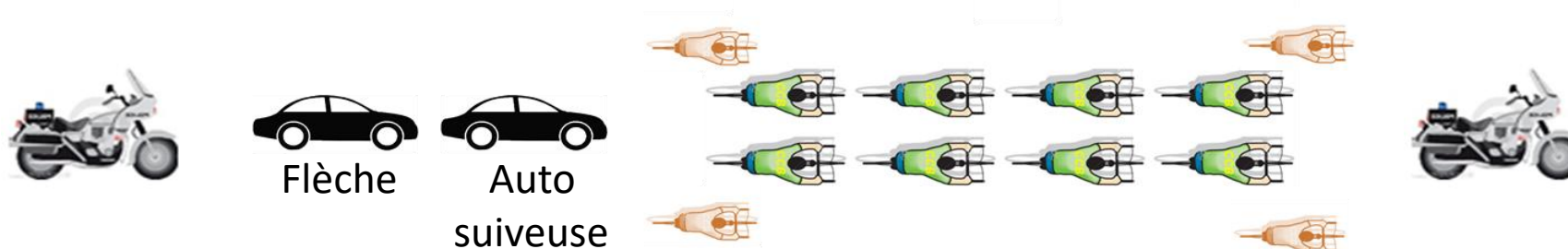
4 pelotons (3 groupes de vitesse). Chaque peloton est accompagné par:

- Des motards (Police de Laval ou de la Sûreté du Québec) qui ouvrent et ferment la voie
- 4 cyclistes-encadreur, qui gèrent la vitesse, communiquent des informations aux participants, les encouragent
- Une auto suiveuse accompagne les cyclistes si incident, bri / abandon. **Pas de réparation sur place.**
- Une auto flèche : **Ne quitte jamais le peloton**

Moyen de communication avec les encadreur, auto-suiveuses, premiers soins et organisation : RADIO

Autres véhicules: le commissaire, camion Quilicot, 2^e mécano, premiers soins, physiothérapie, bus-balai, les toilettes

Ravitos mobiles : Pas dans le convoi, se placeront à l'avance aux points de ravitaillement



CONVOI

Samedi à partir du CICL – 4 pelotons

SUR LA ROUTE

RAVITO A

RAVITO B

REMORQUE
TOILETTES

Secouriste

Mécano X 2

PHYSIO X 2

		Flèche 1	Auto suiveuse 1	Cyclistes Groupe 1	
	Flèche A	BUS BALAI	Auto suiveuse 2A	Cyclistes Groupe 2A	
		Flèche 2B	Auto suiveuse 2B	Cyclistes Groupe 2B	
	Flèche 3	BUS BALAI	Auto suiveuse 3	Cyclistes Groupe 3	

COMMISSAIRE

Steve

Isabelle

SUR LA ROUTE

CONVOI

Dimanche à partir du Trois-Rivières – 4 pelotons

SUR LA ROUTE

RAVITO A

RAVITO B

REMORQUE
TOILETTES

Secouriste

Mécano X 2

PHYSIO X 2

	Flèche 3	Auto suiveuse 3	Cyclistes Groupe 3		
	Flèche 2B	BUS BALAI	Auto suiveuse 2B	Cyclistes Groupe 2B	
	Flèche 2A	Auto suiveuse 2A	Cyclistes Groupe 2A		
	Flèche 1	BUS BALAI	Auto suiveuse 1	Cyclistes Groupe 1	

COMMISSAIRE

Steve

Isabelle

SUR LA ROUTE



CONVOI

Dimanche à partir de l'école Ulric-Debien - Tous ensemble

Les voitures autres que sur le schéma quittent directement vers le CICL



Cyclistes - 3 de large - pas de relais

COMMISSAIRE

Secouriste

BUS BALAI

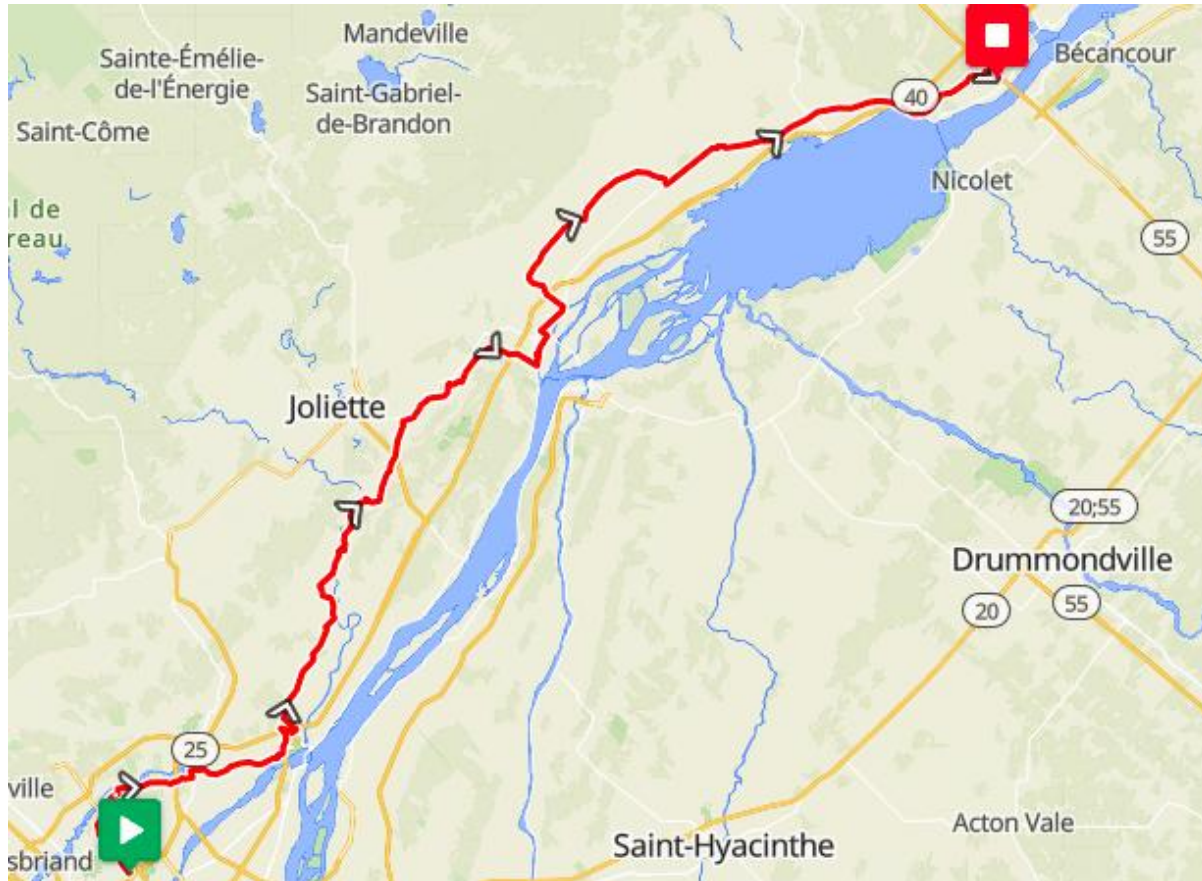
BUS BALAI

Mécano

Flèche 1



TRAJET DE LA FIN DE SEMAINE



Samedi

- Km 33 Changement de policiers
- Km 58 Ravito St-Gérard-Majella / École Gareau
- Km 95 Dîner Berthierville
- Km 132 Ravito Louiseville
- Km 163 Arrivée Holiday Inn Trois-Rivières

TRAJET DE LA FIN DE SEMAINE



Dimanche

Km 39 Ravito Louiseville

Km 69 Dîner Berthierville

Km 102 Ravito Bleuetière

Km 129 Changement des policiers

Km 152 Regroupement des cyclistes (École Ulric-Debien)

KM 158 Arrivée Cité De La Santé

Total fin de semaine : 321KM



HORAIRE PAUSES & REPAS

Lors des arrêts

- Se rendre au fond du stationnement
- Pause de 15 minutes sauf changement de policiers le dimanche (10 min)
- S'hydrater, manger et composter
- Se préparer à repartir

Lors du dîner

- Se rendre au fond du stationnement
- Pause de 40 minutes
- Penser à son groupe, il reste beaucoup de km
- Se préparer à repartir

INFORMATIONS SUR LA FIN DE SEMAINE

Procédure de départ

Arrivée des cyclistes : 6 h 30

Stationnement du CICL : Gratuit pour les cyclistes et bénévoles
L'entrée est situé sur René-Laennec (sud de l'hôpital – Bloc G)

Dès votre arrivée :

1. Accueil et présence
2. Bagages personnels dans le camion cube jusqu'à Trois-Rivières
3. Vêtements et accessoires dans un petit sac bien identifié dans votre voiture flèche
4. Visitez le photobooth Desjardins

7 h : Réunions des encadreur et distribution des radios

7 h 15 : Photo équipe des encadreur

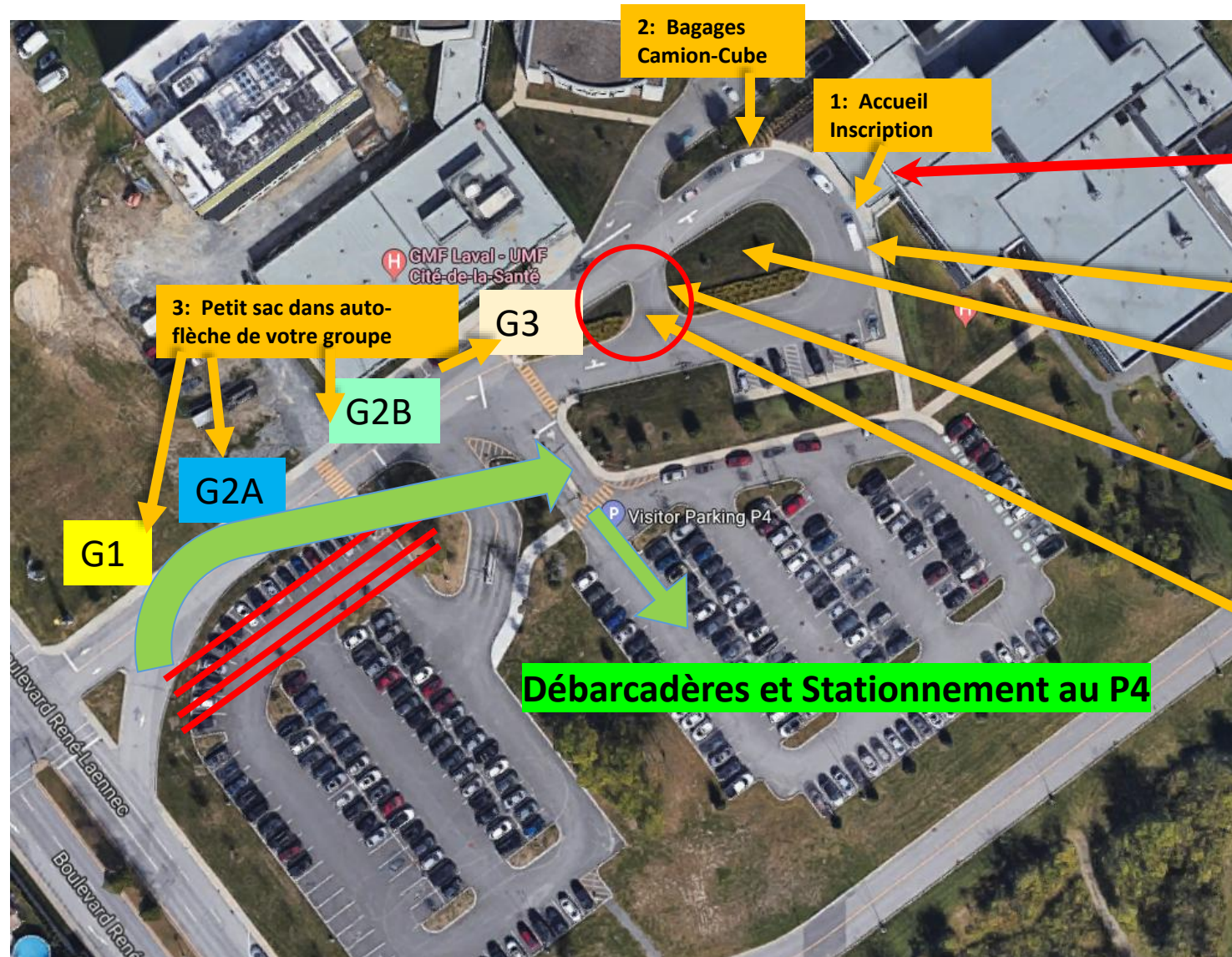
7 h 30 : Photo de groupe tous ensemble !

7 h 45 : Position de départ et consignes

Départ des groupes

8 h ? Groupe 1 | 8 h 02 ? Groupe 2A | 8 h 07 ? Groupe 2B | 8 h 10 ? Groupe 3

DÉROULEMENT DU DÉPART (SAMEDI)





ARRIVÉE À TROIS-RIVIÈRES

Arrivée approximative à Trois-Rivières :

14 h 51 – Groupe 1

15 h 16 – Groupe 2A

15 h 21 – Groupe 2B

16 h 06 – Groupe 3

Récupérer ses effets personnels dans les autos flèches
et au lobby de l'hôtel

Patienter pour accueillir le peloton 3

Équipe du peloton 1 :

Possibilité d'aller rejoindre le groupe 3 dès l'arrivée à
l'hôtel

TOUS AU HOLIDAY INN

Accès à la piscine intérieure

Vélos dans les chambres

SVP les essuyer avant d'entrée dans l'hôtel (si pluie)





SOIRÉE À TROIS-RIVIÈRES

Horaire final à confirmer

17 h : Départ en autobus de l'hôtel pour la salle de réception
Le Centre d'Événements et de Congrès Interactifs (CECi)

17h45 : Souper buffet style méchouis

20 h environ : Premier départ de la salle pour l'hôtel

***** SOUPER de type buffet inclus seulement
pour les participants et les bénévoles.*****

INVITÉ à ajouter - **Plus d'info à venir**

Service de bar sur place (à vos frais)
DJ sur place





DÉROULEMENT DU DIMANCHE

Déjeuner à l'hôtels dès 6 h 30 – Priorité dans l'ordre des départs (GROUPE 3 – 2B- 2A- 1)

6 h 45: Camion-cube disponible pour bagage

**Départ des groupes
et déjeuner**

	Départ	Dejeuner debut
Groupe 3	07:45	06:30
Groupe 2B	08:30	07:15
Groupe 2A	09:00	07:45
Groupe 1	09:30	08:15

**Service Physiothérapie
disponible le matin,
SVP y aller par priorité de départ**



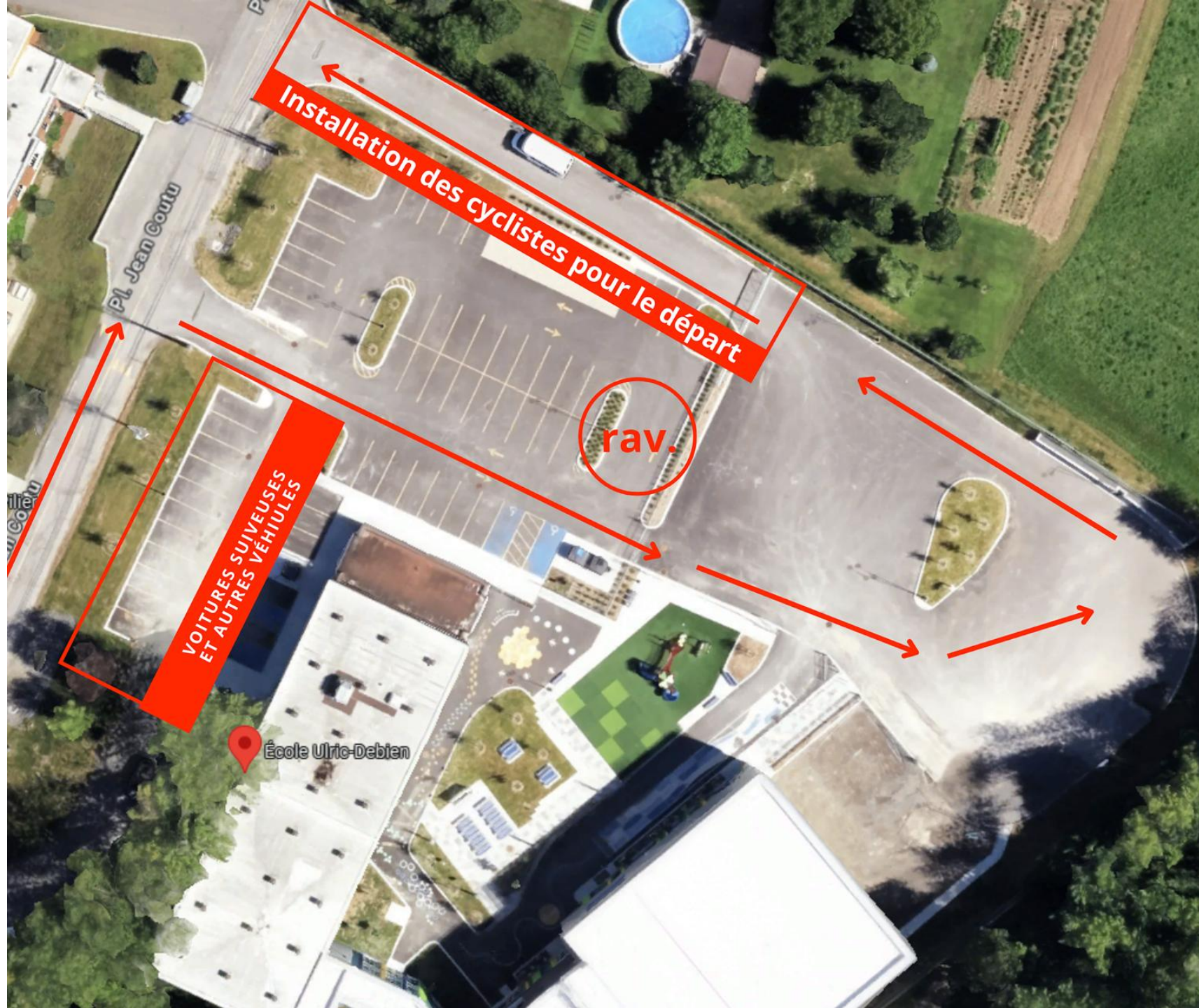
RAPPEL : Pas de dépassement de groupe et maintenir une distance sécuritaire

Après l'arrivée à l'école Ulric-Debien (6 km), tout le monde se rend au CICL avant les cyclistes pour sortir les choses de la voiture y compris les radios et pour se stationner (*sauf 1^{er} soins, mécano Quilicot et autobus)

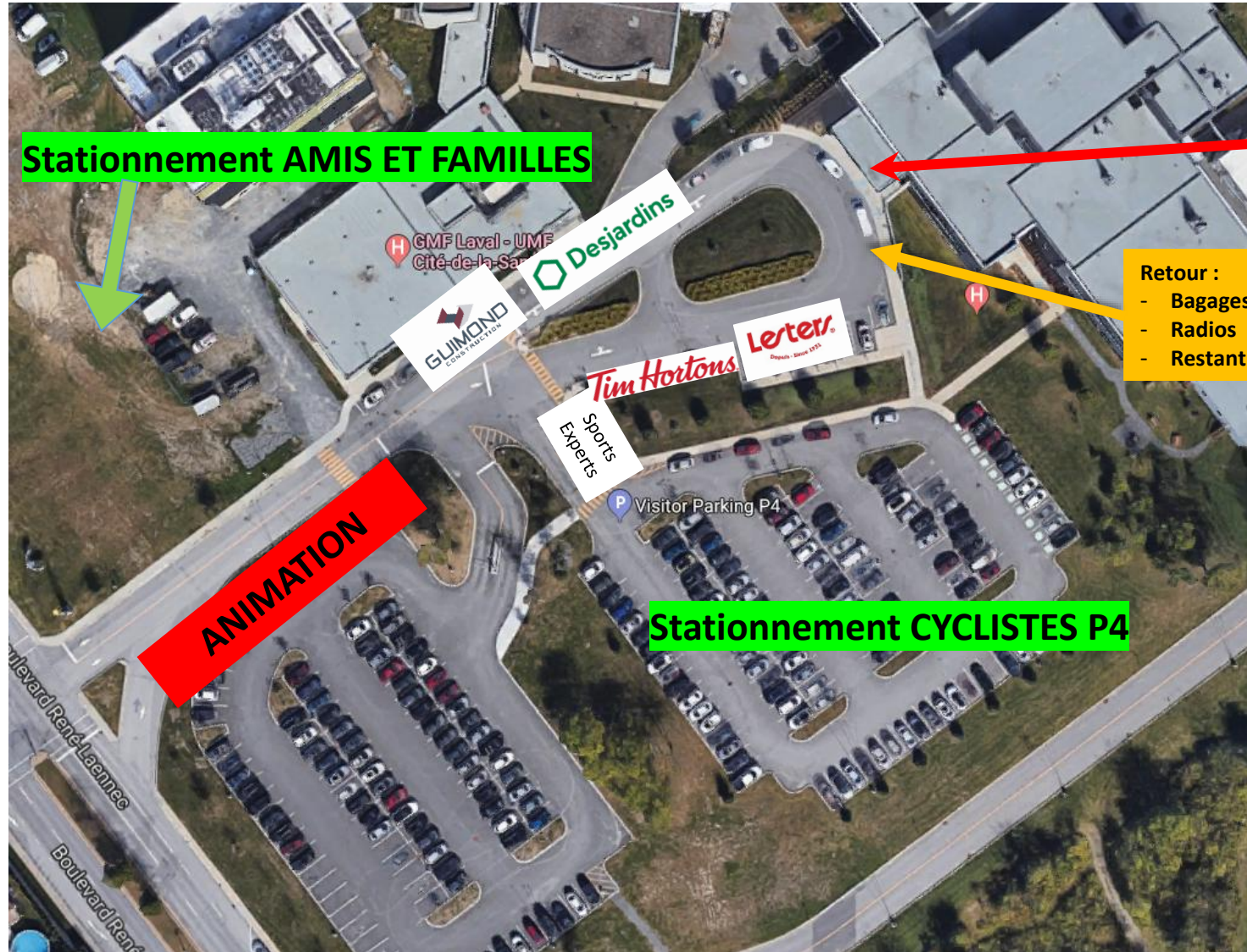
Arrivée des cyclistes au CICL : Autour de 16 h 20

Arrivée des membres de la famille et amis au CICL : Autour de 15 h30

École
Ulric-Debien



DÉROULEMENT DE L'ARRIVÉE (DIMANCHE)



Utilisation de la radio pour communication





PÉRIODE DE QUESTIONS