FICHE TEST JUSQU'AU 15/06/2020

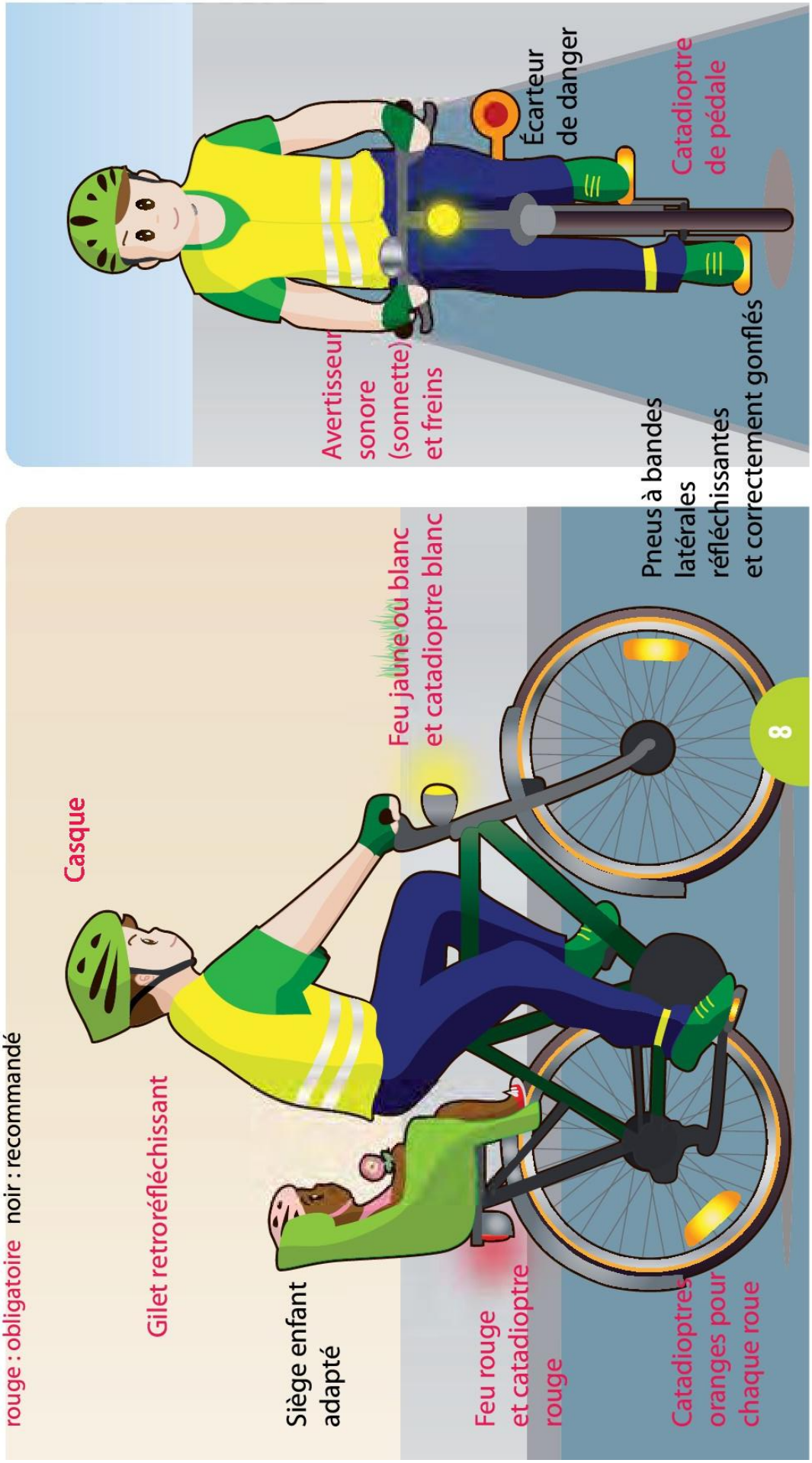
CHECK-LIST A REMPLIR LORS D'UN DÉPLACEMENT A VELO

Je suis responsable d'un déplacement à vélo donc :

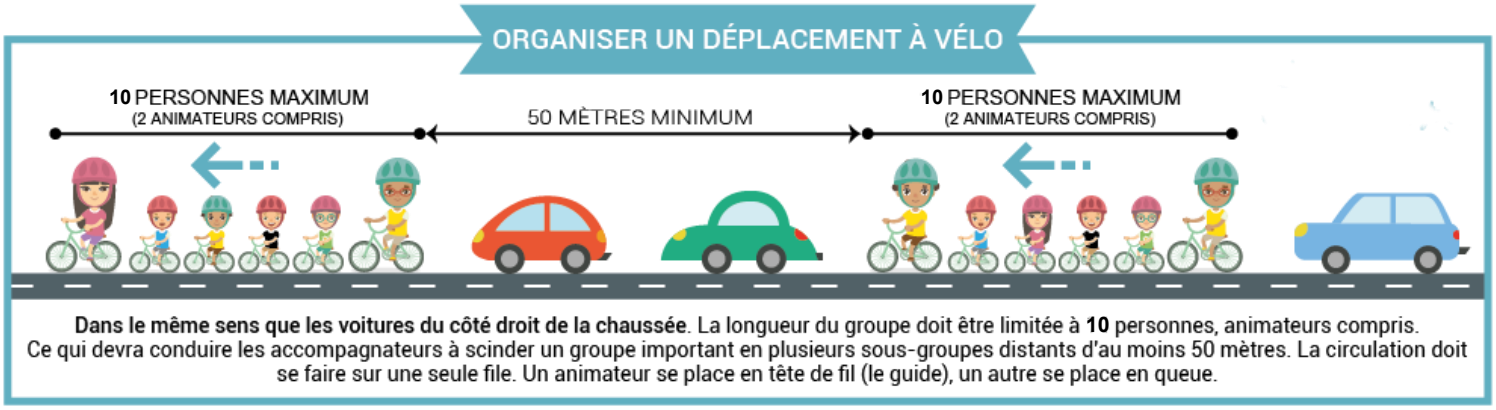
- ☐ **j'ai lu toute cette fiche**.
- ☐ **j'ai préparé mon activité en amont : (organisation d'ateliers :** vérification de la maîtrise du vélo par chacun des participants, rappel du code de la route et de la sécurité routière, petites réparations sur le vélo (crevaison, câble de frein,…))
- ☐ **j'ai défini l'itinéraire** et **je l'ai fait valider** par le directeur d'ACM et/ou le responsable référent du groupe (Akéla, CT/Ccie, RR)
- ☐ **j'ai défini** avec chaque encadrant son **rôle lors du trajet.**
- ☐ **j'ai vérifié** les **moyens de communication** (2 portables (chargés, allumés et avec forfait) par équipe)
- ☐ **j'ai distribué** en double exemplaire la fiche de rappel des **consignes de sécurité + procédure en cas d'urgence** à chaque équipe et **je me suis assuré** qu'elle est lue (pages 4 et 5 à imprimer recto/verso et à remplir).
- ☐ **j'ai donné** au directeur ou au référent désigné la **liste des numéros** de chaque équipe, ainsi que sa composition (nom et prénom de chaque personne de l'équipe) et leur itinéraire écrit
- ☐ **j'ai vérifié** que chaque équipe a une **trousse de secours complète** (!!! VERIFIER LE CONTENU DE LA TROUSSE!)
- ☐ **j'ai vérifié** que **l'animateur responsable du suivi sanitaire** lors du déplacement a pris connaissance des **fiches sanitaires** de chaque personne qui participe au déplacement et a noté les points essentiels.
- ☐ **j'ai vérifié** que chaque participant soit dans les **conditions adéquates** pour effectuer le déplacement (casque / habillement / chaussures /eau / état de santé)
- ☐ **j'ai prévu** une **collation** au cas où la sortie dure plus longtemps que prévu (fruits secs, biscuits...) et **je l'ai répartie** entre les responsables/par équipe.
- ☐ **j'ai vérifié** que tout le **matériel** est en **bon état** et au complet (vélo, casque, gilets, éclairage,...)
- ☐ **j'ai vérifié** que chaque groupe a le matériel adéquat pour réparer les **crevaisons.**
- ☐ **j'ai vérifié que chaque participant sait se déplacer à vélo et peut effectuer l'itinéraire prévu**

Les mineurs, quels que soient leurs âges, ne peuvent pas se déplacer en autonomie à vélo. Chaque groupe doit être encadré par deux animateurs minimum positionnés à l'avant et à l'arrière du groupe.

FICHE TEST JUSQU'AU 15/06/2020



FICHE TEST JUSQU'AU 15/06/2020



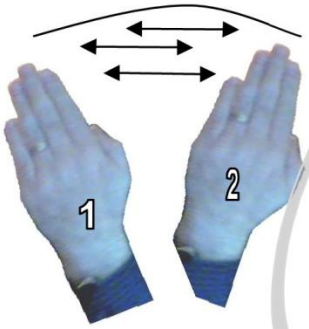
Comment communiquer durant le parcours : (exemple de signaux de communication qui n'ont rien d'officiel…)

L'idéal est d'utiliser des talkies entre les animateurs. Si ce n'est pas possible l'animateur de queue peut-être muni d'un sifflet. Il l'utilise en cas de soucis pour informer la tête de file. A chaque intersection, il convient de rassembler le groupe.

Voici quelques signes que vous pouvez utiliser pour communiquer avec les cyclistes qui se trouvent derrière vous et informer les autres usagers de la route.

Poing fermé en l'air = Arrêt du groupe avec pied à terre. Pour un stop par exemple…. Ou avant une intersection pour rassembler le groupe.
Geste fait au-dessus de la tête le bras légèrement fléchi.

ATTENTION : Information sur un changement de direction
Main tendue au-dessus de la tête puis basculement vers la direction à emprunter.



Mouvement en balayette : décaler vers la gauche (si main gauche), vers la droite (si main droit). Bras tendu au-dessus de la tête.

Ce geste indique un trou, ou une difficulté sur la route (nid de poule, objet dangereux…). Il est fait dans le dos pour le cycliste suivant. Il est répété par chacun des cyclistes passant près de l'obstacle.

RÔLES DES RESPONSABLES LORS D'UNE SORTIE A VELO

Conditions d'encadrement :

- Chaque chef est responsable du groupe de cyclistes avec lequel il se déplace.
- Un groupe de cycliste est composé de 10 personnes maximum dont 2 responsables minimum.
- Chaque groupe de cycliste doit être espacé d'au moins 50 mètres et chaque vélo du groupe doit être espacé d'environ 1,5m du vélo suivant.

- **Le chef « tête de file »** :
  - respecte l'itinéraire prévu,
  - prévient les suivants des dangers potentiels (véhicule arrivant en face, obstacle sur la chaussée, etc…).
  - s'arrête à chaque intersection et attend que le groupe soit réuni avant de traverser ou de changer de direction.
  - porte un gilet de sécurité.

- **Le chef « fin de file »** :
  - vérifie que les cyclistes restent bien en file indienne et respectent les distances de sécurité
  - prévient les personnes devant lui des dangers potentiels
  - porte un gilet de sécurité, visible de dos (sur le sac à dos si besoin).

- Le reste des chefs joue le rôle de **chef « milieu de file »**. :
  - vérifie que les cyclistes restent bien en file indienne et respectent les distances de sécurité.
  - fait passer les informations de la tête de la file à la queue et vice versa.
  - s'il y a plusieurs chefs, ils se répartissent au milieu des cyclistes.

Un chef « assistant sanitaire » :

- Connait les éventuels soucis de santé des participants à la sortie (allergie, fatigue,….),
- vérifie le contenu de la trousse de secours et l'emmène
- est joignable en continu par téléphone si les groupes de cyclistes ne roulent pas ensemble.
- en cas de soleil, propose des haltes régulières, à l'ombre pour que chacun puisse s'hydrater et se reposer
- vérifie que chacun soit protégé du soleil (tête, corps : pas de torse nu, mettre de la crème solaire si besoin)
- en cas de pluie, vérifie que chacun soit protégé correctement
- fais attention lors des orages de respecter les consignes de sécurité : ne pas se regrouper sous un arbre isolé, descendre de vélo et marcher calmement jusqu'à un abri, rester groupés.

CONSIGNES DE SECURITE LORS DES SORTIES CYCLISTES

Conditions de déplacement :

- **Toujours rester ensemble et vérifier régulièrement que le groupe est au complet**
- Respecter **l'itinéraire prévu**
- Respecter le **code de la route** (passage piéton, signalisation,...)
- Déplacement **en file indienne, par groupe de 10 max**.
- Deux personnes minimum avec un **gilet de sécurité visible** : en début de file (gilet sur soi) et en queue de file (gilet sur le sac à dos).
- **Traversée de route :** toujours à une intersection. Si pas d'intersection, mettre pied à terre et traverser sur une portion de route droite (JAMAIS dans un virage ou au sommet d'une côte!), tous groupés et en une seule fois.
- **Un seul moyen de locomotion** : le vélo. Pas de stop, de déplacement dans un véhicule, MÊME EN CAS D'URGENCE, sauf autorisation expresse du directeur.
- **Téléphones toujours joignables (pas en mode « avion » ou silencieux),** volume de sonnerie réglé au maximum + vibreur
- Chaque cycliste a une paire de **chaussures fermées et des chaussettes ainsi qu'un casque**.

Conditions climatiques :

- **SOLEIL** : Chaque personne met de la crème solaire, a une gourde remplie et boit régulièrement.
- **PLUIE** : chaque personne a un vêtement bien imperméable (ciré, coupe-pluie, Kway,...), une gourde remplie et boit régulièrement.

En cas de problème, je reste avec mon équipe et j'appelle le directeur ou le responsable référent du déplacement

EN CAS D'URGENCE :

Problème d'itinéraire :

- Si l'itinéraire prévu n'est pas réalisable (carte fausse, erreur de parcours, blessé ou fatigue, conditions climatiques,…), j'appelle le directeur pour lui demander les consignes à suivre ou l'autorisation de changer d'itinéraire.

Problème de santé :

- J'appelle selon la chaîne d'alerte et je suis les consignes données.

Chaîne d'alerte :

j'appelle le n°1. Si pas de réponse : n°2. Si pas de réponse : n° 3 :

1. Directeur :

2. Chef responsable :

3. Secours (appeler le numéro utile suivant les circonstances) :

    a. Pompiers (si accident ou incident sur la voie publique) : **18**

    b. Police (si incident sur la voie publique, sans blessé) : **17**

    c. SAMU (si urgence médicale grave) : **15**