

Demi-Marathon de l'Acadie

Plan de sécurité et d'action en cas d'urgence

Le Comité organisateur du Demi-Marathon de l'Acadie veut assurer la sécurité de tous les coureurs et bénévoles qui sont présents sur le parcours de la course le premier dimanche de chaque mois.

Voici le plan à mettre en place en cas d'une urgence.

1. Personnel certifié en premiers soins.

Des efforts seront faits pour avoir du personnel certifié présent à chaque course mensuelle. La liste sera publiée une fois le personnel recruté. Le personnel aura accès à un défibrillateur cardiaque et d'une trousse de premiers soins.

2. Formulaire de consentement

Chaque participant devra remplir le formulaire de consentement en ligne en indiquant tous problèmes médicaux qui peuvent provoquer une situation d'urgence. Les informations médicales peuvent être indiquées au dos du dossard, incluant le nom de la personne contacte et son numéro de téléphone.

3. Appel au 911

Tous les bénévoles en place sont responsables d'identifier des situations d'urgences. En cas d'urgence, le directeur de la course devra en être informé immédiatement par cellulaire et la procédure à suivre établie sera mise en branle. L'appel au 911 doit se faire dans les plus bref délais.

4. Météo dangereuse

La course sera remise au dimanche suivant si les conditions météoriques sont dangereuses. Le directeur de la course évaluera les conditions et prendra la décision de rapporter la course avant 7h le matin de la course. Les coureurs en seront informés le plus tôt possible sur la page Facebook du DMA. Les conditions suivantes le matin de la course forceront le rapport de la course au dimanche suivant ou l'évacuation des coureurs du parcours :

- Température de 26 - 30 Celsius, plus ou moins (Voir tableau ci-dessous)
- Verglas ou tempête de neige
- Tempête de tonnerre pendant la course (évacuation immédiate)
- Inondation
- Grands vents
- Construction sur le parcours
- Toute autres conditions hors du contrôle des organisateurs.

5. Postes d'hydratation

Trois postes d'hydratation seront établis par des bénévoles vêtus d'un gilet de sécurité le long du parcours au 8 km, 14 km et 18 km. De l'eau sera disponible à l'arrivée et au départ.

6. Circulation automobile

Des affiches avertissant les automobilistes d'une course en cours seront installées le long du parcours.

- Au stop de l'intersection de la route menant à St-Isidore et Losier Settlement.
- Aux lumières de circulation à la Co-OP, Banque Nationale, MacDonald, Pharmacies et sortie de la voie d'évitement au 20 km.

Température froides extrêmes

Températures	Message publique	Actions
< -28 ° C	Course annulée /remise Niveau d'alerte : Noir Extrême	Annuler. Danger d'hypothermie
-23 ° C à -28 ° C	Communication avec les participants. Niveau d'alerte : Rouge Élevé	Recommander d'annuler ou le retrait volontaire. Conseiller les coureurs de s'habiller pour des conditions de froid extrême. Ajouter des véhicules sur le parcours afin de récupérer les coureurs qui doivent abandonner. Ajouter des premiers soins et des breuvages chauds à l'arrivée.
-18 ° C à -22 ° C	Communication avec les participants Niveau d'alerte : Jaune Modéré	Conseiller les coureurs de s'habiller pour des conditions de froid élevé. Ajouter des véhicules sur le parcours afin de récupérer les coureurs qui doivent abandonner. Ajouter des breuvages chauds à l'arrivée.
>-18 ° C	Rappel aux participants Niveau d'alerte : Vert faible	Procéder comme d'habitude

Températures Chaudes Extrêmes

Température avec humidex	Message publique	Actions
➤ 45 ° C	Annulation/ Remise Niveau d'alerte : Noir Extrême	Annuler. Danger de coup de chaleur
35 ° C à 45 ° C	Communication avec les participants Niveau d'alerte : Rouge Élevé	Malaise et effort importants doivent être évités. Recommander l'annulation et remise ou le retrait volontaire. Ajouter des postes d'hydratation sur le parcours à tous les 4 km. Offrir des éponges glacées aux coureurs au passage.
26 ° C à 34 ° C	Communication avec les participants Niveau d'alerte : Jaune Modéré	Conseiller aux coureurs d'être prudents vis-à-vis les coups de chaleur ; cadence ralentie. Avertir les coureurs des dangers de s'effondre en raison de la chaleur. Ajouter des postes d'hydratation sur le parcours à tous les 5 km. Offrir des éponges glacées aux coureurs au passage.
< 25 ° C	Rappel aux participants Niveau d'alerte : Vert faible	Procéder comme d'habitude. Ajouter des postes d'hydratation sur le parcours à tous les 5 km.