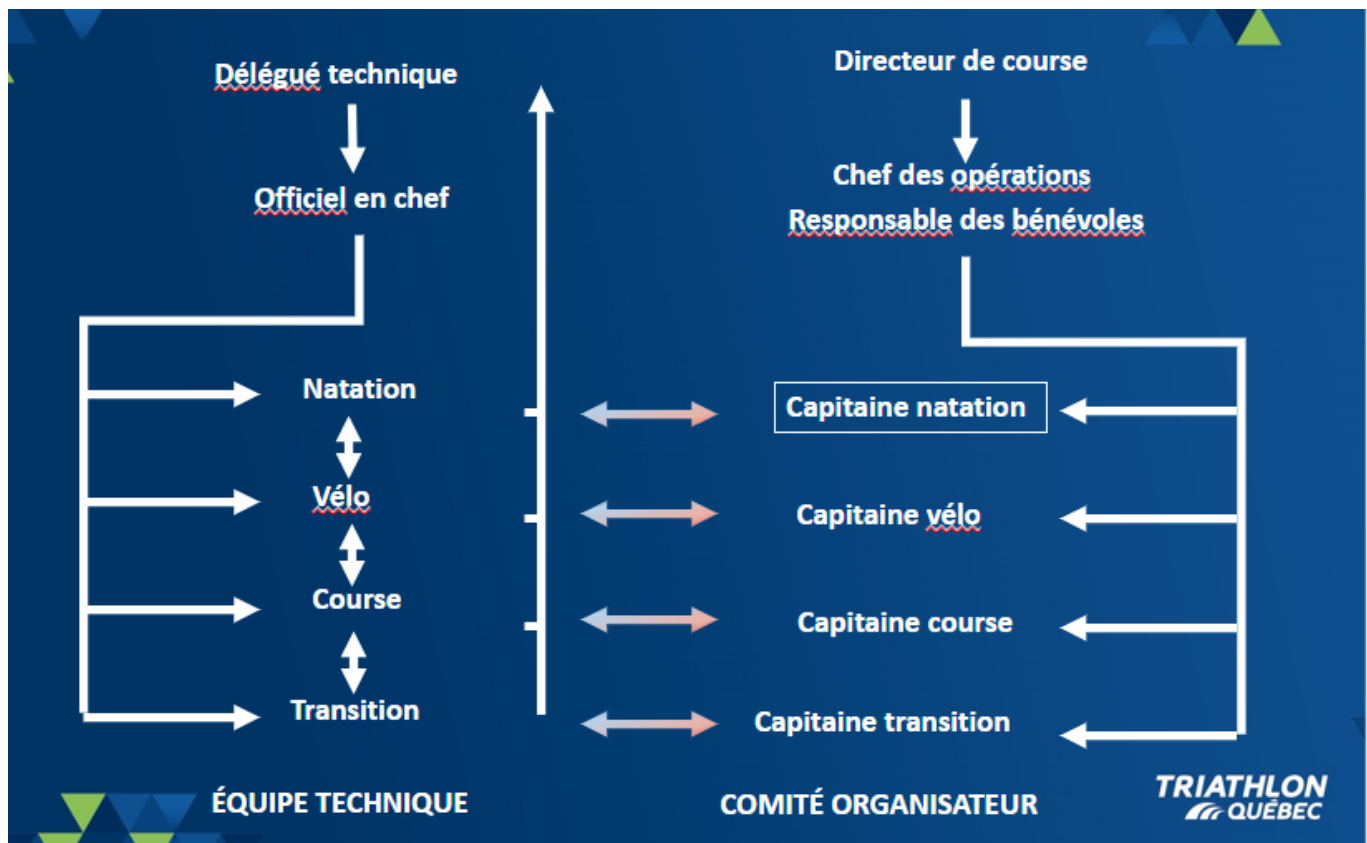


Plan de Contingence

Plan Organisationnel

Qui est chargé de prendre les décisions ?

Il est très important de savoir avant le début de l'événement qui est chargé de quoi et qui prend les décisions finales. Pour clarifier le tout, il est important d'en discuter durant la rencontre technique entre le comité organisateur, triathlon québec et le délégué technique. Cet organigramme est un modèle. Prendre note que chaque événement utilise différent terme et différent organigramme. (Juste bien communiquer la chaîne)



Cet organigramme ci-dessus, démontre une chaîne de communication avec les différentes responsabilités de chacun. Les officiels formés chez triathlon québec, ont connaissance de ce tableau. La collaboration est un facteur clé pour la réussite et la sécurité des participants.

Pour les événements ayant plus que deux officiels, ceux-ci sont assignés à une tâche spécifique sur le terrain. Ils ont également la responsabilité de prendre contact avec le

capitaine de son secteur afin de savoir avec qui communiquer en cas d'urgence ou tout autre situation. On encourage le capitaine à faire de même, en prenant connaissance de l'officiel responsable de son secteur et des autres officiels présents.

La chaîne de commande parmi les officiels est la suivante :

1. **Délégué Technique-** Il est l'intermédiaire entre les officiels et le directeur de course. C'est pour cela qu'il a deux radios ; une pour être en contact avec les officiels et une autre avec l'équipe de l'événement. Le délégué technique devrait presque tout savoir de ce qui se passe sur le terrain afin de pouvoir transmettre les bonnes informations et de réagir rapidement.

Le Délégué Technique est responsable de veiller au bon fonctionnement de la journée. Il travaille sur l'événement plusieurs semaines à l'avance. Ses tâches consistent à :

- a) Être présent à la rencontre technique 1 mois avant l'événement.
- b) Vérifier la conformité des parcours et de l'installation du système de chronométrage.
- c) Apporter les changements nécessaires aux parcours.
- d) Animer les réunions d'avant-course
- e) Assurer le suivi de l'horaire ou le modifier en fonction des problèmes encourus.
- f) Donner son accord pour chaque départ
- g) Veiller à la sécurité et à l'équité de tous les participants

2. **Officiel en Chef-** Il est l'officiel responsable de tous les officiels de secteur (sur le terrain). Il transmet les informations nécessaires avec le Délégué Technique. Il est l'intermédiaire entre le Délégué Technique et le reste des officiels. Prendre note que pour les plus petits événements, le rôle de délégué technique et officiel en chef peut être rempli par la même personne.

Voici sa liste de responsabilité :

- a) Distribuer les rôles et le matériel nécessaire entre les officiel.le.s.
- b) Superviser les officiel.le.s dans leurs tâches.
- c) S'assurer que tout le monde est à son poste durant l'événement.
- d) Prendre les décisions concernant les pénalités/disqualifications et les rapporter au Délégué Technique.
- e) Approuver les résultats de la course avant l'affichage.

3. **Officiel de Secteur** - L'officiel de secteur est responsable de la zone/tâche que lui a assigné l'Officiel en chef. Dépendant du nombre d'officiels et de la grandeur de l'événement, un officiel de secteur peut être assigné à une tâche très précise (zone de transition, vélo, natation, ligne d'arrivée, etc...) ou peut remplir plusieurs tâches tout au long de l'événement.

Voici sa liste de responsabilité (Générale) :

- a) Prendre contact avec le capitaine de son secteur le matin de l'événement.
- b) S'assurer que tout est en place et sécuritaire (dans sa zone) avant le premier départ.
- c) Faire respecter les règles de compétition.
- d) Rapporter les pénalités/disqualifications à l'officiel en chef.
- e) Communiquer tout problème pertinent au reste de l'équipe.
- f) Participer au bilan de fin de journée.

Important : L'officiel et le capitaine du même secteur doivent discuter des attentes qu'ils ont l'un envers l'autre. S'assurer de connaître les étapes à suivre en cas d'urgence ainsi que la chaîne de communication.

Évaluation des Risques

Cette étape est cruciale pour une bonne compréhension et préparation de son événement. La veille de l'événement ou le matin même peut être difficile pour le comité organisateur, car il y a beaucoup de choses à penser. C'est pour cette raison que l'évaluation des risques fait à l'avance peut grandement vous aider s'il y a un changement à apporter puisque vous avez déjà le document prêt pour toute situation. Pour vous aider à faire l'évaluation des risques de votre document, référez-vous à l'annexe A.

Voici une liste des risques à prendre en considération :

Risques naturels :

- Tonnerres et Éclairs
- Vents très forts et/ou tornades
- Chaleur Extrême
- Chutes d'arbres
- Inondations
- Feu de forêt et fumée

Risques Médicaux :

- Accidents
- Malaises
- Maladies

Risques Humains :

- Accidents : Collisions avec autos/piétons/cyclistes
- Acte Intentionnel : Trouble à l'ordre public, alerte à la bombe
- Passages de Véhicules d'Urgence

Risques Externe :

- Panne d'électricité
- Manque de matériel
- Clé perdue
- Manque de Bénévoles
- Feux

Mesures pour atténuer les risques

Voici des Recommandations de Triathlon Québec pour les risques les plus fréquents. Dans tous les cas il faut évaluer l'appel d'une ambulance (voir avec votre équipe médicale à ce sujet.)

CHALEUR EXTRÊME

Le document de World Triathlon est une bonne référence pour ce qui est des recommandations pour contrer la chaleur pour les athlètes lors d'événements.

[HTB_v11.pdf \(triathlon.org\)](#)

- En cas de cas de chaleur extrême d'un participant, asseoir celui-ci dans une piscine d'enfant sur une chaise longue avec de l'eau et de la glace. Asperger la personne de l'eau froide afin de réduire la température de son corps.
- S'assurer d'avoir suffisamment de glace
- S'assurer que le comité organisateur et l'équipe médicale soient équipés et sensibilisés sur les signes et symptômes des maladies liées à la chaleur (Mettre vidéo éducative).
- Augmenter les points de ravitaillement sur le parcours
- Avoir suffisamment de verres et d'eau
- Éduquer et Sensibiliser les participants avant l'épreuve (Guide de l'athlète- Vidéo-rencontre d'avant course)
- Contacter et rencontrer la Santé Publique

Autres idées

- Avoir des éponges dans de l'eau froide disponible pour les athlètes
- Des serviettes immergées dans de l'eau glacé
- Des boissons sportives rafraîchissantes
- Avoir un comité médical disponible pour appel
- Un endroit frais pour les participants
 - Avec des ventilateurs
 - Air climatisé

Catégories de Risques de Chaleur (P.72- Règlements de Compétitions- World Triathlon)

WBGT Risk Categories					
Flag Colour	Black	Red	Orange	Blue	Green
WBGT Index (°C)	> 32.2	30.1-32.2	27.9-30.0	25.7-27.8	< 25.7
Risk	Extreme	Very High	High	Moderate	Low

*Pour pouvoir utiliser ce tableau de façon efficace, il faut un outil spécial. Triathlon Québec a cet outil, mais il ne peut être utilisé sur tous les événements.

- 1) World Triathlon utilise cette charte de couleurs pour indiquer l'indice de chaleur sur l'événement en affichant un drapeau sur le site. Lorsque le drapeau est noir, toute la compétition doit être annulé ou reporté à une autre date.
- 2) Dans le cas où le drapeau est rouge les conditions suivantes s'appliquent :
 - a) La distance olympique est réduite à la distance sprint.

- b) La distance sprint et moins peuvent continuer avec les mêmes distances.
- 3) Pour les distances moyenne et longue distance, une rencontre doit être faite entre le comité organisateur, l'équipe médicale et le Délégué Technique lorsque l'index est au niveau 'Very High' et 'Extreme' pour clarifier les changements à apporter.
- 4) Prendre en compte les conseils de l'équipe médicale sur place et toute recommandation apportée.

FROID

- Prévoir un endroit chaud pour les athlètes pour se réchauffer
- Prévoir un endroit pour les athlètes pour se changer après la nage
- Avoir des couvertures d'aluminium en grande quantité.
- Sensibilisation sur les signes et symptômes d'hypothermie auprès des bénévoles, du Comité Organisateur, et des athlètes. (Vidéo éducative).

ORAGES ET VENTS VIOLENTS

!!! IMPORTANT !! Lorsqu'il y a des éclairs à moins de 13 km (8 miles), il faut arrêter l'événement. Des applications sont disponibles pour traquer ces éclairs.

S'il y a un éclair durant une course en cours, il faut arrêter l'événement. Il faut attendre 30 minutes après l'orage avant d'accepter le retour des athlètes sur le parcours, s'il y a continuité de l'événement.

Points Importants :

- Faire comprendre aux athlètes que c'est de leur responsabilité de trouver un abri en cas d'orage.
- Avertir dans la réunion d'avant-course qu'il y a possibilité d'arrêt dû à un orage.
- Sensibiliser les athlètes à ce sujet pour éviter le chaos
- Mettre en place un document de procédures à suivre pour le Comité organisateur et Officiels à suivre dans cette situation avec une chaîne de communication (Voir annexe B pour exemple).

QUALITÉ DE L'AIR ([La qualité de l'air et la sécurité dans les sports de plein air: une question à éclaircir | SIRC | SIRCuit](#))

La cote air santé

À ce stade, vous vous demandez peut-être ce que vous pouvez faire pour protéger les sportifs de la pollution atmosphérique. La réponse est que vous pouvez surveiller la qualité de l'air au niveau local et prendre des décisions éclairées sur la sécurité de la pratique des sports de plein air. Pour ce faire, vous pouvez [utiliser la CAS](#).

La CAS a été créée pour aider les personnes à comprendre et à prendre des décisions concernant la sécurité de l'air qui les entoure. La CAS présente le risque relatif pour la santé associé aux effets combinés des polluants atmosphériques, notamment le dioxyde d'azote, l'ozone troposphérique et les particules. La CAS est présentée sur une échelle de 1 à 10+, subdivisée en quatre catégories de risque sanitaire allant d'un risque faible (1 à 3) à un risque très élevé (10+).



Vous trouverez ci-dessous quelques lignes directrices générales sur la manière dont la CAS peut être utilisée pour planifier une activité de plein air. En tant qu'entraîneur, responsable sportif ou dirigeant, il vous appartient d'évaluer les besoins de vos participants ainsi que les conditions environnementales afin de déterminer si la pratique d'un sport en plein air est sans danger.

- Lorsque le risque pour la santé est faible (CAS 1 à 3), c'est le moment idéal pour organiser et pratiquer des sports et des activités physiques en plein air.
- Lorsque le risque sanitaire est modéré (CAS 4 à 6), les activités de plein air peuvent être maintenues. Il convient toutefois d'accorder une attention particulière aux participants souffrant de troubles médicaux préexistants tels que l'asthme.
- Lorsque le risque pour la santé est élevé (CAS 7 ou plus), les activités en plein air doivent être annulées, reportées ou déplacées à l'intérieur dans la mesure du possible.

Pour consulter la CAS, visitez le site AirHealth.ca ou téléchargez l'application WeatherCAN sur Google Play ou dans l'App Store.

Parcours alternatifs

Un parcours alternatif préparé d'avance peut réduire votre stress considérablement et vous aider à réagir rapidement en cas d'une situation. Lorsqu'on pense à un parcours alternatif, il faut penser également si cela affecte l'horaire de la journée ou la quantité de gens sur le parcours en même temps.

NATATION

L'eau est de mauvaise qualité et nous devons annuler la nage :

- Est-ce que je peux changer mon triathlon en duathlon ?
- Est-ce que je peux partir tout le monde en même temps ou dois-je faire des vagues ?
- Comment communiquer l'information aux athlètes ?

Voici les règlements de compétition sur la Qualité de l'eau pris du document de World Triathlon p.68.

La qualité d'eau :

(i) Des échantillons de l'eau prélevés à trois endroits différents sur le parcours de natation seront être analysés séparément et les résultats les plus mauvais détermineront si la natation peut durer lieu. La baignade sera autorisée si les valeurs suivantes sont inférieures au niveau de tolérance aux différents types d'eau :

Eaux de mer et de transition :

- PH entre 6 et 9 ;
- Entérocoques pas plus de 100 pour 100 ml (ufc/100 ml) ;
- Escherichia coli E. Coli pas plus de 250 pour 100 ml (ufc/100 ml) ;
- Absence de preuve visuelle positive de la prolifération d'algues à marée rouge.

Eaux intérieures :

- PH entre 6 et 9 ;
- Entérocoques pas plus de 200 pour 100 ml (ufc/100 ml) ;
- Escherichia coli E. Coli pas plus de 500 pour 100 ml (ufc/100 ml) ;
- La présence de proliférations/écumes d'algues bleu-vert (cyanobactéries) pas plus supérieure à 100 000 cellules/ml. Ce test n'est requis qu'en cas de résultat visuel positif preuve de prolifération d'algues bleu-vert. En raison du potentiel de rapidité formation d'écume, une inspection sanitaire quotidienne est obligatoire par le LOC Medical Directeur dans les deux semaines précédant la compétition dans la zone sujette aux formation d'écume. Là où aucune écume n'est visible, mais où l'eau est forte décoloration verdâtre, turbidité et transparence inférieure à 0,5 m le test des cyanobactéries doit être effectué.

Toutes les unités doivent être en cfu/100 ml ou en nmp/100 ml. (ufc : Unités Formant des Colonies ;nmp : nombre le plus probable)

(ii) Si le test de qualité de l'eau montre des valeurs hors des limites de tolérance indiquées ci-dessus, la baignade sera annulée.

L'eau est trop froide :

- Est-ce que je peux réduire la distance de nage dans l'eau ?
- Est-ce que je dois changer mon triathlon en duathlon ?

Dans le cas de température élevée ou basse, la distance de la nage peut être réduite ou complètement annulée en accordance de ce tableau :

Original swim distance	Temperature of water								
	Above 33.0°C	32.9-32.0°C	31.9-31.0°C	30.9-15.0°C	14.9-14.0°C	13.9-13.0°C	12.9-12.0°C	11.9-11.0°C	Below 11.0°C
Up to 300m	Cancel	Original distance							Cancel
750m	Cancel	Cancel	750m	750m	750m	750m	750m	Cancel	Cancel
1000m	Cancel	Cancel	750m	1000m	1000m	1000m	750m	Cancel	Cancel
1500m	Cancel	Cancel	750m	1500m	1500m	1500m	750m	Cancel	Cancel
1900m	Cancel	Cancel	750m	1900m	1900m	1500m	750m	Cancel	Cancel
2000m	Cancel	Cancel	750m	2000m	2000m	1500m	750m	Cancel	Cancel
2500m	Cancel	Cancel	750m	2500m	2500m	1500m	750m	Cancel	Cancel
3000m	Cancel	Cancel	750m	3000m	3000m	1500m	750m	Cancel	Cancel
3800m	Cancel	Cancel	750m	3800m	3000m	1500m	750m	Cancel	Cancel
4000m	Cancel	Cancel	750m	4000m	3000m	1500m	750m	Cancel	Cancel

*Prendre note qu'au moment que la température de l'eau est au-dessus de 22 degrés Celsius, les températures pour le Wetsuit et les distances de natation doivent être appliqués comme ils sont. Dans le cas où la température de l'eau est égale ou moins de 22 degrés Celsius et que la température de l'air est égale ou moins de 15 degrés Celsius, la valeur de la température de l'eau doit être ajustée selon le tableau suivant :

(*)		Air temperature (All values in °C)										
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
Water Temperature All values in °C	22	18.5	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	Cancel
	21	18.0	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	Cancel
	20	17.5	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	Cancel
	19	17.0	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	Cancel
	18	16.5	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel
	17	16.0	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel
	16	15.5	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel
	15	15.0	14.5	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	14	14.0	14.0	13.5	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel
	13	13.0	13.0	13.0	12.5	12.0	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel	Cancel

ZONE DE TRANSITION

La zone de transition est inondée et très difficile d'accès :

- Est-ce que je peux changer la zone de transition de place ?
- Est-ce que cela affecte cela ma zone de transition ou d'autres secteurs également ?
- Quelles sont mes alternatives ?

VÉLO

Une partie du secteur vélo n'est plus accessible pour une raison :

- Est-ce que je peux changer mon parcours vélo ?
- Est-ce que je peux réduire la distance du parcours vélo et faire plus de tours ?
- Est-ce que la possibilité de réduire la distance vélo est possible ?
- Dois-je changer l'épreuve de Triathlon en Aquathlon?
- Zone de non-dépassement possible ?
- Zone de réduction de vitesse ?

COURSE

Une partie de la course à pied n'est pas accessible :

- Est-ce que j'ai d'autres options/détour ?
- Est-ce que je dois changer mon triathlon en Aquavélo?

Il fait très chaud :

- Est-ce possible de réduire la distance de course ?
- Est-ce possible d'ajouter des points de ravitaillement ou de faire passer les athlètes plus régulièrement aux points de ravitaillement ?

Protocole pour la mise en œuvre du plan de contingence

Mettre en place le protocole de la mise en œuvre du Plan de Contingence.

Qui doit prendre la décision dans tel ou tel situation :

- Comité Médical
- Directeur de Course
- Délégué Technique

S'assurer que dans tous les cas, toutes les personnes qui doivent être impliqués dans la décision soit au milieu de la conversation.

Communication des mesures de contingence

Une fois une décision prise et le protocole à suivre, s'assurer que les mesures de contingence soient bien communiquées à tous. Avoir une liste de qui doit communiquer l'information à qui :

Directeur de Course : Partage les informations avec son équipe de Responsable (ou le responsable attitré). Prendre en considérations suivantes :

- Comment partagez la bonne information à tous les bénévoles.
- Comment partagez la bonne information à tous les participants.
 - o Animateur sur place.
 - o Par l'entremise des responsables qui le partage aux bénévoles.
 - o Par les médias sociaux.
 - o Par l'entremise du Délégué Technique et de ses officiels.

Réflexion à avoir avant la communication des mesures de Contingence.

- Flots de transition
- Parcours différents
- Changement d'horaire
- Option piscine ?

Report de la course (ex : orage ou autre)

- Marge de manœuvre (30-60-120min ?)
- Moyen de communication

Annulation de la course en cours

- Marche à suivre
- Point de rassemblement ? / Évacuation

Annulation de la course (24h avant)

- Procédure de communication

Annexe A Évaluation des Risques

Voici un exemple de fichier à remplir en amont de l'événement.

Évaluation des risques

Catégorie 1				
Problème technologique-panne de courant (ordinateurs, internet, téléphones, photocopieur, tableaux d'affichage, chrono...)				
Description du risque	Épreuve ou zone affectée	Niveau d'impact (Faible/Moyen/Important)	Probabilité d'occurrence (1 à 5) ¹	Mesure(s) de mitigation
Catégorie 2				
Facteurs environnementaux : mauvaises conditions météorologiques (pluie, orage, vents forts, vague de chaleur, vague de froid) – qualité de l'eau (algue bleue, température...)				
Description du risque	Épreuve ou zone affectée	Niveau d'impact (Faible/Moyen/Important)	Probabilité d'occurrence (1 à 5)	Mesure(s) de mitigation
Catégorie 3				
Matériel ou équipement : bris, vol, détérioration				
Description du risque	Épreuve ou zone affectée	Niveau d'impact (Faible/Moyen/Important)	Probabilité d'occurrence (1 à 5)	Mesure(s) de mitigation
Catégorie 4				
Risques particuliers liés au site				
Description du risque	Épreuve ou zone affectée	Niveau d'impact (Faible/Moyen/Important)	Probabilité d'occurrence (1 à 5)	Mesure(s) de mitigation

(Voici 2 exemples pour un Plan de Contingence)

Date de l'événement : 27 juillet 2024

Équipe sur Place :

- Directeur de course + 7 responsables
- 60 Bénévoles
- Équipe Médicale Saint-Jean
- Équipe Triathlon Québec : 5 Officiels

Évaluation des Risques

Chaleur Extrême dû à la date du 27 juillet.

Responsable : Responsable de la Course à Pied

- Prévoir de la Glace.
- Accès facile à l'eau pour boire.
- Avoir une piscine d'enfant à la ligne d'arrivée avec une chaise longue et de l'eau pour les participants avec de la glace à proximité.
- Si plus de 24 degrés Celsius, nous allons ajouter un point de ravitaillement à l'emplacement X.

À préparer :

- Vérifier l'évolution de la température annoncée au cours de la semaine. Responsable de la course sera responsable de cet aspect.
- Rappeler aux participants l'importance de bien s'hydrater.
- Faire des publications sur Facebook et notre site internet pour sensibiliser les participants.
- Intégrer cet aspect dans notre Guides des athlètes.

Risque d'Orages

Responsable : Assistant Directeur

- Le responsable surveillera au cours de la semaine, la possibilité d'orage lors de l'événement.
- Avoir une application sur son cellulaire pour détecter les éclairs.
- Communiquer avec le Délégué Technique le risque d'orage le matin de l'événement pour que cela soit partagé avec les athlètes.

À préparer :

- Communiquer avec les responsables et officiels l'arrêt de l'événement.
 - Avertir nos responsables par radios l'arrivée de l'orage et la possibilité d'arrêt de l'événement.
 - Communiquer l'arrêt de l'événement.
 - On sonnera le klaxon trois fois de suite à la zone de transition pour signifier l'arrêt de l'événement.
- Vérifier notre marge de manœuvre pour repartir l'événement qui a été préparé à l'avance.
- Communiquer la décision de continuer plus tard l'événement avec l'équipe de responsables et le Délégué Technique. (Changement d'horaire)
- Partager l'information rendue selon notre chaîne de communication établie.