

Devenez bénévole pour "La Ruée contre l'AVC" le dimanche 2 avril 2023



Défendre une belle cause, c'est avant tout une grande mobilisation d'énergies. Nous vous proposons différentes missions au sein de l'organisation (voir verso).

Un domaine vous intéresse particulièrement ! Cochez la case correspondante.

Vous voulez être bénévole sans envie particulière, pas de soucis, inscrivez-vous !

**"Seul on va vite, ensemble on va loin, ensemble contre l'AVC".**

---

### FORMULAIRE D'INSCRIPTION DU BÉNÉVOLE

Nom ..... Prénom .....

Téléphone ..... Email .....

#### Les missions

- Accueil / Buvette / Logistique (besoin 5 personnes)
- Gestion des dossards /Inscriptions / Déchets (besoin 4 personnes)
- Ravitaillements arrivée / mi-parcours (besoin 4 personnes)
- Signaleurs courses (besoin environ 20 personnes)



## Détails des missions

### ✓ Accueil / Buvette / Logistique

#### Missions :

- Tenir les points d'informations divers (coureurs, bénévoles etc)
- Mise en place et rangement du matériel du village départ/arrivée
- Organisation et aide pour la buvette
- Encouragement
- Nettoyage de la zone

### ✓ Gestion des dossards / Inscriptions / Déchets

#### Missions :

- Accueil des sportifs
- Remises des dossards pour coureurs
- Remise gants et matériel pour ramassage des déchets
- Mise en place et rangement du matériel
- Préparation des sacs de récompenses, prix et lots

### ✓ Ravitaillements arrivée / mi-parcours

#### Missions :

- Mise en place et rangement du matériel
- Préparation des assiettes, verres, service de l'eau et des boissons
- Mise en place des produits alimentaires pour les coureurs
- Service et accueil des coureurs
- Encouragement
- Nettoyage de la zone

### ✓ Signaleurs courses

#### Missions :

- Avant la course :
  - S'équipez : gilet, badge, arrêté, plan, N° utiles, crayon et papier (fournis par l'organisation)
  - Installation du dispositif 20 minutes avant 1<sup>er</sup> passage coureur
  - Rendre compte au PC course
- Pendant la course :
  - Indiquez systématiquement le sens du circuit aux coureurs en tendant la main
  - À l'approche d'un véhicule : agitez le bras pour attirer l'attention du conducteur en vue, soit de le faire ralentir ou de l'arrêter. Dans les deux cas, faites patienter en parlant calmement, le temps du passage du ou des coureurs
  - Si le flux de coureurs le permet, laissez passer les véhicules au compte-gouttes
  - En cas d'incident (insulte, passage forcé, accident de personne ou matériel) : rendez compte immédiatement au PC course, annoncez : "POSTE N° X : demande intervention urgente des secours suite à ...."
- Après la course :
  - 15 minutes après vélo balai, rangez le matériel, toutes signalétiques
  - Rendez compte au PC course, annoncé : "Poste N° X fermé"

