

GUIDE DU BÉNÉVOLE NOMADE

PROPULSÉ PAR



[intact]



TABLE DES MATIÈRES

Jeunes musiciens du monde	3
Responsabilité des bénévoles	4
Itinéraire	5
Horaire Jour 0	6
Horaire journée typique (Jour 1-2-3-4)	7
Matériel à apporter avec vous	8
Hébergement	9
Responsables des différentes équipes de bénévoles	10
Contacts et liens utiles	11





JEUNES MUSICIENS DU MONDE

Jeunes musiciens du monde a pour mission de favoriser le développement personnel d'enfants et d'adolescent.e.s issu.e.s de milieux comportant des facteurs de risque au moyen d'activités musicales offertes gratuitement.

Jeunes musiciens du monde aspire à ce que chaque élève développe son appartenance sociale, son estime personnelle et son autonomie dans le but de trouver la motivation dont il ou elle a besoin pour réaliser ses rêves et participer de façon constructive à quelque chose de plus grand que soi.

En relevant le Défi, vous allez permettre à Jeunes musiciens du monde de poursuivre son action. Vos efforts auront un impact concret au sein de la communauté.

Pour plus d'informations : jeunesmusiciensdumonde.org





RESPONSABILITÉS DES BÉNÉVOLES

Afin d'assurer le bon déroulement tout au long du défi, le ou la bénévole s'engage à :

- Adhérer à la mission et aux valeurs de l'organisme;
- Se conformer aux objectifs du service;
- Assurer de façon efficace son activité et ses tâches, sur la base des horaires et disponibilités choisis;
- Exercer son activité dans le respect des convictions et opinions de chacun et chacune;
- Considérer que les participants sont au centre de toute l'activité de l'organisme, donc être à leur écoute, à tous les égards possible;
- Collaborer avec les autres acteurs de l'organisme : chef d'équipe, équipe technique et logistique et les autres bénévoles;
- Respecter les consignes sanitaires mises en place.

ITINÉRAIRE

Mercredi 6 août



**Arrivée
des participants
à Montréal**
Port de Montréal
Face au 9657, rue Bellerive
Montréal, QC H1L 3T2

Jeudi 7 août



59 KM

**Grand départ
Port de Montréal**
Départ des kayakistes : 8 h

Verchères
Rue Madeleine
Verchères, QC J0L 2R0
accessible via la route
Marie-Victorin

Lunch : vers 12 h

Sorel-Tracy
5, rue Saint-Pierre
Sorel—Tracy, QC J3P 3S2

Arrivée : vers 17 h

Vendredi 8 août



64 KM

Sorel-Tracy
Départ des kayakistes : 8 h

Louiseville
75, rang Lac Saint-Pierre Est
Louiseville, QC J5V 2L4

Lunch : vers 12 h

**Mi-chemin
Port de Trois-Rivières**
Parc de l'île Saint-Quentin
150 place de la Rosalie
Trois-Rivières, QC G9A 5K2

Arrivée : vers 17 h

Samedi 9 août



66 KM

**Mi-chemin Port de
Trois-Rivières**
Départ des kayakistes : 8 h

Batiscan
1500 rue Principale
Batiscan, QC G0X 1A0

Lunch : vers 12 h

Portneuf
100, rue du Quai
Portneuf, QC G0A 2Y0

Arrivée : vers 17 h

Dimanche 10 août



61 KM

Portneuf
Départ des kayakistes : 8 h

Neuville
745, rue Vauquelin
Neuville, QC G0A 2R0

Lunch : vers 12 h

**Arrivée épique
Port de Québec**
1225, Boul. Champlain,
Québec, QC G1K 0A2

Arrivée : vers 16 h 30

HORAIRE JOUR 0

Mercredi 6 août 2025

Bénévoles de Québec

- Départ en autobus de Québec vers Montréal
- Heure : 14 h
- Point de rencontre à 13 h : Stationnement QSL
- Stationnement pour voiture : Stationnement QSL, 961, Boul. Champlain, Québec, QC, G1K 4J7

Bénévoles de Montréal

- Horaire : 13 h 30 à 19 h
- Lieu : Port de Montréal, face au 9657, rue Bellerive, Montréal, QC, H1L 3T2
- Stationnement pour voiture : 7000 Av. Marien, Montréal-Est, QC, H1B 1A2

On encourage à venir en transport en commun directement au parc Bellerive car les places de stationnement sont limitées.

Responsabilités :

- Aider à l'accueil des kayakistes
- Aider à la distribution du matériel aux kayakistes

Le transport entre chaque site se fera en autobus grâce à notre partenaire Fleur de Lys.

Nos encourageons vivement les bénévoles à ne pas prendre de voiture car il n'y a pas d'espace de stationnement sur les sites.



HORAIRE JOURNÉE TYPIQUE (JOUR 1-2-3-4)

ÉQUIPE MATIN (3 h - 10 h 30)

- Installer l'espace déjeuner
 - Aider à la préparation du repas
 - Faire le service des déjeuners
 - Laver la vaisselle du déjeuner
 - Nettoyer l'aire commune
 - Soutenir l'équipe de cuisine et l'équipe logistique
-

ÉQUIPE TERRE (8 h - 22 h)

*Des horaires précis seront établis afin de répartir le travail auprès des membres de l'équipe **TERRE**

- Être en soutien au montage des sites du soir (stations et espace cuisine)
 - Aide à la préparation des lunches du lendemain
 - Aide à la gestion des bagages dans les navettes
 - Gestion du bar
 - Servir le souper dans la bonne humeur et la musique!
 - Aider à laver la vaisselle (les plats de préparation des repas uniquement)
 - Faire le nettoyage de l'espace de souper (les kayakistes ramassent leurs effets personnels)
 - Mettre en place le matériel pour les déjeuners du lendemain matin
-

ÉQUIPE EAU (7 h - 18 h 30)

- Aider les kayakistes à mettre leur kayak à l'eau au départ du matin
- Aider pour les changements de kayak au besoin au départ du matin
- Monter les sites pour la pause lunch
- Offrir du soutien à la sortie de l'eau des kayakistes pour la pause lunch
- Distribuer les boîtes à lunch
- Offrir du soutien à la remise à l'eau des kayaks à la suite du lunch
- Nettoyer le lieu d'arrêt
- Aider les kayakistes à sortir et ranger leur kayak à leur arrivée en fin de journée

Pour joindre l'équipe **EAU**, il faut être en forme et être en mesure de soulever du matériel lourd. Vos muscles et votre bonne humeur seront essentiels! Une courte formation pour lever et transporter des kayaks est offerte sur place.

Les repas sont offerts aux bénévoles!

MATÉRIEL À APPORTER AVEC VOUS

**NOTE : vous êtes responsable de votre matériel et vous êtes également responsable de bien identifier tous les objets que vous apporterez.*

Obligatoire sur vous

- Crème solaire
- Chapeau ou casquette
- Souliers d'eau couvrant le dessus des pieds (les Crocs sont acceptés, les gougounes ne le sont pas) — équipe **EAU**
- Bouteille d'eau réutilisable
- Carte d'assurance maladie, argent comptant, cartes (débit/crédit)

Vêtements et effets personnels

- Souliers et sandales
- 4 ou 5 t-shirts
- 2 pantalons
- Tuque en laine
- Chaussettes
- Polar ou chandail de laine
- Imperméable
- Trousse de toilette
- Serviette
- Ibuprofène et/ou acétaminophène *
- Médicaments et Epipen (s'il y a lieu)*

**Le comité d'organisation ne pourra donner de produits médicamenteux.*

Hébergement

- Sac de couchage
- Oreiller
- Matelas
- Tente (éviter les grandes tentes)
- Lampe de poche ou lampe frontale

HÉBERGEMENT

Montage de votre site :

Vous préparer votre emplacement de camping lors de votre arrivée sur les sites en après-midi.

Démontage de votre site :

Équipe **MATIN** — après le service du petit-déjeuner (8 h)

Équipe **EAU** — dès votre réveil (6 h)

Équipe **TERRE** — dès votre réveil (7 h)

Entreposage du matériel :

Un autobus servira d'entreposage pour votre matériel de camping et vos effets personnels et assurera le transfert du matériel aux points de ravitaillement. Il sera très important de bien identifier votre matériel. Nous vous suggérons d'apporter le strict nécessaire, de laisser les objets de valeur à la maison et de placer le tout **dans un seul sac**. L'organisation du Défi kayak Desgagnés se dégage de toute responsabilité pour perte ou vol.

Toilettes et douches :

Des douches et salles de bain mobiles seront mises à la disposition des bénévoles, des participants et de l'équipe technique à chacun des points de ravitaillement.



RESPONSABLES DES DIFFÉRENTES ÉQUIPES DE BÉNÉVOLES

Danie pour MATIN



Jacynthe pour TERRE



Léna pour EAU



CONTACTS

Pour toute question, vous adressez à l'équipe d'Oxygène :

defikayak@oxygenemtl.com

LIENS UTILES

Nous vous invitons à consulter :

La [vidéo-souvenir du Défi kayak Desgagnés 2024](#) pour un aperçu des moments exceptionnels qui vous attendent.

Nos médias sociaux :

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[Youtube](#)

Photos pour ce document :

Le Cactus Bleu, Joana Bezeau, François Ozan et Sabrina Ann Lefebvre

