

## **NOTE D'INFORMATION**

### **PROTOCOLE CANICULE**

Compte tenu des températures élevées attendues durant l'épreuve, l'organisation met en place les recommandations suivantes afin de préserver la sécurité et les performances des pilotes. Ces mesures s'appliquent à l'ensemble des concurrents et équipes techniques pendant toute la durée de l'événement.

## **PROTOCOLE CANICULE**

### **CONSIGNES PILOTES**

Dans le cadre des conditions météorologiques de fortes chaleurs annoncées, nous demandons à l'ensemble des pilotes d'appliquer les mesures suivantes afin de limiter les risques liés au stress thermique et à la déshydratation.

#### **1. Hydratation**

- S'hydrater régulièrement tout au long de la journée, sans attendre la sensation de soif.
- Privilégier l'eau fraîche et les boissons favorisant la réhydratation.
- Prévoir une gourde ou une bouteille d'eau fraîche jusqu'à l'entrée en grille et avant chaque départ.

#### **2. Protection contre la chaleur**

- Rester autant que possible à l'ombre entre les séances et avant les départs.
- Éviter toute exposition prolongée au soleil.
- Utiliser casquettes, serviettes rafraîchissantes ou autres moyens de protection lorsque cela est possible.

#### **3. Préparation avant la mise en pré-grille**

- Il est recommandé de mouiller légèrement les sous-vêtements ignifugés ainsi que la combinaison avant l'accès à la pré-grille afin de favoriser le refroidissement corporel.
- Conserver la combinaison ouverte jusqu'au dernier moment lorsque les procédures le permettent.
- Maintenir une hydratation régulière jusqu'au départ.

#### **4. Organisation en pré-grille**

- Des parapluies ou parasols sont fortement recommandés afin de protéger les pilotes de l'exposition directe au soleil.
- Chaque équipe est invitée à prévoir de l'eau fraîche à disposition de son pilote jusqu'à la mise en grille de départ.
- Limiter les déplacements inutiles et rechercher les zones ombragées disponibles.

#### **5. Vigilance**

En cas de symptômes tels que :

- maux de tête,
  - vertiges,
  - nausées,
  - fatigue inhabituelle,
  - crampes ou sensation de malaise,
- prévenir immédiatement un membre de l'organisation ou l'équipe médicale.

La sécurité des pilotes est la priorité de tous. Merci de respecter ces consignes et de faire preuve de vigilance envers vous-même et les autres concurrents.

#### **Rappel important**

Les consignes relatives à l'hydratation, à la protection contre la chaleur et à la vigilance face aux signes de déshydratation ou de coup de chaleur ne concernent pas uniquement les pilotes.

Elles s'appliquent également à l'ensemble des personnes présentes sur le site : membres des équipes, officiels, commissaires, bénévoles, prestataires, accompagnants et spectateurs.

Chacun est invité à s'hydrater régulièrement, à rechercher les zones ombragées lorsque cela est possible et à signaler sans délai toute personne présentant des signes de malaise liés à la chaleur. La sécurité de tous repose sur la vigilance collective.