# Risques inhérents à la pratique du rabaska

### I. Risques inhérents aux conditions météorologiques

1. Malaises causés par le soleil (coups de soleil, coups de chaleur, déshydratation)
2. Malaises causés par le froid (hypothermie, engelures)
3. Vents
4. Foudre
5. Précipitations (pluie, grêle)
6. Saisons (printemps)
7. Difficulté d’évaluation des rapides due à une luminosité trop faible

#### II. Risques inhérents à l’environnement

1. Chutes, cascades
2. Embâcles
3. Débris dans l’eau (troncs d’arbre, etc.)
4. Passoires
5. Rouleaux
6. Siphons
7. Rappels
8. Courants
9. Obstacles de nature humaine (pilier de pont, débris de construction, etc.)
10. Obstacles naturels (rochers à fleur d’eau)

### III. Risques inhérents à la pratique de l’activité sur l’eau

1. Participant entraîné dans les rapides après être tombé à l’eau
2. Participant coincé (sous une roche, entre l’embarcation et un rocher, etc.)
3. Hydrocution
4. Noyade
5. Chavirement de l’embarcation
6. Cravate
7. Blessures superficielles (ampoules, ecchymoses)
8. Blessures graves aux articulations (dislocation de l’épaule, foulure d’un poignet, etc.)
9. Étirements et faiblesses musculaires
10. Complications médicales causées par le stress ou la peur
11. Submersion de l’embarcation due à une trop grande charge
12. Blessures occasionnées par du matériel mal attaché ou mal arrimé dans l’embarcation
13. Difficulté d’accès à un participant ayant besoin d’aide
14. Fatigue

### IV. Risques inhérents à la manipulation et au transport de l’embarcation

1. Chute de l’embarcation sur les participants
2. Chute du matériel sur les participants
3. Chute d’un participant dans la rivière
4. Entorses et chutes sur un terrain accidenté
5. Piqûres d’insectes (abeilles, guêpes, moustiques, mouches à chevreuil, etc.)
6. Coupures causées par des bouteilles de vitre brisées (vandalisme)
7. Herbe à puce
8. Fatigue

**V**. **Risques inhérents à la clientèle**

1. Manque de planification du matériel ou du parcours
2. Manque de connaissances
3. Mauvais nageur
4. Incompréhension des questionnaires (questionnaire médical, formulaire d’acceptation des risques)
5. Vêtement de flottaison individuel mal ajusté

**Référence :** CONSEIL QUÉBÉCOIS DU LOISIR. *Guide de pratique et d’encadrement sécuritaire d’activités de plein air. Normes, exigences et procédures*, 2005.

Cette liste a été élaborée à titre indicatif et ne prétend pas être exhaustive ou limitative.

Le contexte et la gestion du risque peuvent varier en fonction de différents facteurs.