# Risques inhérents à la pratique du kayak de mer

### 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. Foudre
4. Précipitations (pluie, grêle)
5. Saisons (printemps)
6. Marées
7. Courants
8. Vents constants
9. Brouillard

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

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

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

1. Participant coincé (dans l’embarcation, sous une roche, entre l’embarcation et un rocher, etc.)
2. Hydrocution
3. Dessalage
4. Escamotage
5. Cravate
6. Noyade
7. Blessures superficielles (ecchymoses, ampoules)
8. Blessures graves aux articulations (dislocation de l’épaule, foulure d’un poignet ou d’un coude)
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
15. Mal de mer

### IV. Risques inhérents aux portages

1. Chute de l’embarcation sur les participants
2. Chute du matériel sur les participants
3. Blessures causées par la chute d’un arbre ou d’une branche
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.