

FRANÇAIS	ENGLISH
<p>FORMULAIRE DE RECONNAISSANCE ET ACCEPTATION DES RISQUES CarpeDiem Aventures – 2021</p>	<p>RISK ACKNOWLEDGEMENT AND ACCEPTANCE FORM CarpeDiem Aventures – 2021</p>
<p>En acceptant les articles mentionnés ci-dessous, vous acceptez les risques inhérents aux activités proposées par CarpeDiem Aventures et vous reconnaissez les modalités suivantes :</p>	<p>By agreeing to the items listed below, you accept the risks inherent in the activities offered by CarpeDiem Aventures and acknowledge the following terms:</p>
<p><u>1) CONFIRMATION DES RENSEIGNEMENTS ET ACCEPTATION DES RISQUES</u></p>	<p><u>1) CONFIRMATION OF INFORMATION AND ACCEPTANCE OF RISKS</u></p>
<p>J'atteste que les renseignements consignés dans la présente fiche sont exacts, et ce, au meilleur de ma connaissance. Je certifie ne pas avoir délibérément omis de renseignements sur mon état de santé, qu'ils soient pertinents ou non. Je suis conscient(e) que l'information contenue dans la présente fiche est confidentielle et vise à mieux planifier et encadrer la sécurité des activités auxquelles je participerai et qu'elle permettra à CarpeDiem Aventures de dresser un profil de sa clientèle. Je suis conscient(e) que les activités offertes par CarpeDiem Aventures se déroulent dans des milieux semi-naturels ou naturels possiblement accidentés qui, conséquemment, sont plus éloignés des services médicaux. Cet état de fait pourrait entraîner de longs délais lors d'une urgence nécessitant une évacuation et, par conséquent, une possible aggravation de mon état ou de ma blessure. Ayant pris connaissance de ces risques et ayant eu l'occasion d'en discuter avec une personne responsable de l'activité, je reconnais avoir été informé(e) sur les risques inhérents aux activités et je suis en mesure d'entreprendre l'activité ou le séjour en TOUTE CONNAISSANCE DE CAUSE ET EN ACCEPTANT LES RISQUES que peut comporter ce séjour ou cette activité. Je m'engage aussi à jouer un rôle actif dans la gestion de ces risques en adoptant une attitude préventive à mon égard ainsi qu'à l'égard des autres personnes m'entourant. Le guide se réserve le droit d'exclure toute personne qu'il juge représenter un risque pour elle (ou lui) ou pour le reste du groupe. Je comprends qu'il m'est possible de quitter la présente activité pour un motif ou pour un autre.</p>	<p>I certify that the information on this form is accurate to the best of my knowledge. I certify that I have not deliberately omitted any information about my health status whether relevant or not. I am aware that the information contained in this form is confidential and is intended to better plan and supervise the safety of the activities in which I will participate and that it will allow CarpeDiem Aventures to draw up a profile of its clientele. I am aware that the activities offered by CarpeDiem Aventures take place in semi-natural or natural environments that may be rugged and, consequently, are further away from medical services. This could result in long delays in the event of an emergency requiring evacuation and, consequently, a possible worsening of my condition or injury. Having been informed of these risks and having had the opportunity to discuss them with a person in charge of the activity, I acknowledge that I have been informed of the risks inherent to the activities and that I am able to undertake the activity or stay IN FULL KNOWLEDGE OF THE FACTS AND ACCEPTING THE RISKS that may be involved in this stay or activity. I also agree to play an active role in the management of these risks by adopting a preventive attitude towards myself and the other people around me. The guide reserves the right to exclude any person he/she deems to be a risk to him/her or to the rest of the group. I understand that I may leave this activity for any reason.</p>
<p><u>2) ÉTAT DE SANTÉ</u></p>	<p><u>2) HEALTH CONDITION</u></p>

FRANÇAIS	ENGLISH
<p>Vous reconnaissez que vous n'avez pas de problèmes de santé physique, émotionnelle ou comportementale qui, directement ou indirectement, vous limiteraient dans la pratique de l'activité à laquelle vous allez participer ; que vous n'êtes pas enceinte et que vous ne prenez pas de médicament. Dans un cas contraire, vous devez en informer l'entreprise.</p>	<p>You acknowledge that you do not have any physical, emotional or behavioural health problems that would directly or indirectly limit you from participating in the activity in which you are going to participate; that you are not pregnant and that you are not taking any medication. If you are not, you must inform the company.</p>
<p><u>3) DROGUES ET ALCOOL</u></p>	<p><u>3) DRUGS AND ALCOHOL</u></p>
<p>Je m'engage à ne pas consommer, ne pas avoir en ma possession ni être sous l'effet de toutes drogues, substances illicites ou médicaments (sous ordonnance ou non) qui ne seraient pas mentionnés au point 2) du présent formulaire. Je confirme également ne pas être sous l'effet de l'alcool / être en dessous de la limite d'alcoolémie de 80 mg par 100 ml de sang (communément appelée « point zéro huit ») et de le demeurer pour toute la durée (de l'activité / du voyage / du séjour). Je suis conscient(e) que tout manquement à ces règles de ma part pourrait me voir être expulsé(e) sans préavis, et ce, sans possibilité de remboursement.</p>	<p>I agree that I will not use, possess or be under the influence of any drug, illegal substance or medication (prescription or not) that is not mentioned in point 2) of this form. I also confirm that I am not under the influence of alcohol/under the blood alcohol limit of 80 mg per 100 ml of blood (commonly known as "point zero eight") and that I will remain so for the duration of the activity/travel/stay. I am aware that any breach of these rules on my part may result in my expulsion without notice and without the possibility of a refund.</p>
<p><u>4) RISQUES INHÉRENTS AUX ACTIVITÉS</u></p>	<p><u>4) RISKS INHERENT TO THE ACTIVITIES</u></p>
<p>Je reconnais avoir été informé(e) sur les risques inhérents aux activités qui font partie du programme de CarpeDiem Aventures. Les risques des activités nautiques (canot, kayak et planche à pagaie en eau calme, apnée), des activités terrestres (cyclotourisme, hébertisme, randonnée pédestre, raquette) et des activités relatives à l'hébergement insolite auxquelles je vais participer sont, de façon plus particulière, mais non limitative :</p>	<p>I acknowledge that I have been informed of the risks inherent to the activities that are part of the CarpeDiem Aventures program. The risks of the nautical activities (canoeing, kayaking and paddle boarding in calm water, apnea), of the land-based activities (cycling, hebertism, hiking, snowshoeing) and of the activities related to the unusual lodging in which I will participate are, in a more particular way, but not limited to:</p>
<p><i>Cette liste a été élaborée à titre indicatif et ne prétend pas être exhaustive ou limitative : selon le contexte et la gestion du risque qui a été effectuée, les risques peuvent varier.</i></p>	<p><i>This list is indicative and is not intended to be exhaustive or limiting: depending on the context and the risk management that has been carried out, the risks may vary.</i></p>
<p>Risques inhérents à la clientèle, PEU IMPORTE L'ACTIVITÉ</p>	<p>Risks inherent to the clientele, REGARDLESS OF THE ACTIVITY</p>
<p><i>Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire d'activités de plein air. Normes, exigences et procédures. Conseil québécois du loisir. Dernière mise à jour : 15 août 2006</i></p>	<p><i>Guide to the safe practice and supervision of outdoor activities. Standards, requirements and procedures. Conseil québécois du loisir. Last update: August 15, 2006 (in French).</i></p>
<p>Stress causé par un horaire serré, alcool et drogue, attitude macho et pression à performer, mésententes de communication (compétences langagières), altercation entre individus</p>	<p>Stress caused by a tight schedule, alcohol and drugs, macho attitude and pressure to perform, communication misunderstandings (language skills), altercations between</p>

FRANÇAIS	ENGLISH
(participants et personnel), émeute lors de visite de célébrité ou de VIP, tendances suicidaires, incompréhension des consignes, manque de connaissances, euphorie excessive, inexpérience, hystérie, fatigue, ampoules (aux mains ou aux pieds), blessure à la tête suite à une chute, blessure au corps suite à une mauvaise manœuvre, ecchymose, étirement ou faiblesse musculaire (insuffisance physique pour terminer le parcours), complications médicales causées par le stress et la peur, essoufflement chronique.	individuals (participants and staff), riots during celebrity or VIP visits, suicidal tendencies, misunderstanding of instructions, lack of knowledge, excessive euphoria, inexperience, hysteria, fatigue, blisters (on hands or feet), head injury from a fall, body injury from an improper maneuver, bruising, muscle strain or weakness (physical failure to complete the course), medical complications from stress and fear, chronic shortness of breath.
Risques inhérents aux conditions météorologiques	Risks inherent to the weather
Malaises causés par le soleil (coups de soleil, coups de chaleur, déshydratation), malaises causés par le froid (hypothermie, engelures), vents, foudre, orages, précipitations (pluie, grain, grêle), saisons (printemps), noirceur, blessures causées par des chutes au sol, blessures causées par un chavirage.	Sun-related discomfort (sunburn, heat stroke, dehydration), cold-related discomfort (hypothermia, frostbite), wind, lightning, thunderstorms, precipitation (rain, squall, hail), seasonal (spring), darkness, injuries caused by falling to the ground, injuries caused by capsizing.
Risques inhérents à l'environnement	Risks inherent to the environment
Piqûres d'insectes (abeilles, guêpes, moustiques, mouches à chevreuil, etc.), coupure par débris laissé par le vandalisme ou par branches qui dépassent, herbes à puces, rencontre d'animaux sauvages.	Insect bites (bees, wasps, mosquitoes, deer flies, etc.), cuts from debris left by vandalism or overhanging branches, poison ivy, wildlife encounters.
<u>Activités nautiques</u>	<u>Nautical activities</u>
Embâcles, débris dans l'eau (troncs d'arbre, etc.), glace, courant, obstacles de nature humaine (pilier de ponts, débris de construction, etc.), obstacles naturels (rochers ou troncs à fleur d'eau).	Ice jams, debris in the water (tree trunks, etc.), ice, current, man-made obstacles (bridge pillars, construction debris, etc.), natural obstacles (rocks or trunks at water level).
<u>Activités terrestres</u>	<u>Land-based activities</u>
Collision avec un véhicule en mouvement ou stationné, collision avec d'autres personnes.	Collision with a moving or parked vehicle, collision with other people.
Risques inhérents à l'activité CANOT, KAYAK et PLANCHE À PAGAIE en eau calme	Risks inherent to CANOEING, KAYAKING and PADDLE BOARDING in calm water
<u>Risques inhérents à la pratique de l'activité sur l'eau</u>	<u>Risks inherent to the practice of the activity on water</u>
Participant coincé (sous une roche, entre l'embarcation et un rocher, etc.), hydrocution, dessalage, noyade, blessures superficielles (à la tête, aux mains, aux genoux), blessures graves aux articulations (dislocation de l'épaule, foulure aux poignets, etc.), étirements et faiblesse musculaires,	Trapped participant (under a rock, between the boat and a rock, etc.), hydrocution, desalination, drowning, superficial injuries (to the head, hands, knees), serious joint injuries (shoulder dislocation, wrist sprain, etc.), muscle strain and weakness, medical complications caused by stress or fear, submersion of

FRANÇAIS	ENGLISH
complications médicales causées par le stress ou la peur, submersion de l'embarcation due à une trop grande charge, blessures dues à du matériel mal attaché ou mal arrimé dans l'embarcation, difficulté d'accès à un participant ayant besoin d'aide.	the boat due to too much load, injuries due to improperly secured equipment in the boat, difficulty accessing a participant in need of assistance.
<u>Risques inhérents aux portages</u>	<u>Risks inherent to portages</u>
Chute de l'embarcation sur les participants, chute du matériel sur les participants, chute d'un participant dans le lac, se faire écraser par un arbre ou une branche qui tombe, entorses et chutes sur terrain accidenté.	Fall of the boat on the participants, fall of the equipment on the participants, fall of a participant in the lake, being crushed by a falling tree or branch, sprains and falls on uneven ground.
Risques inhérents à l'activité CYCLOTOURISME, HÉBERTISME ET HÉBERGEMENT INSOLITE	Risks inherent to CYCLE TOURING, HEBERTISM AND UNUSUAL LODGING
<u>Risques inhérents à la pratique de l'activité sur terre</u>	<u>Risks inherent to the practice of the activity on land</u>
Bris mécanique (dérailleur, chaîne, freins, pédales, crevaison), collision avec un autre personne, coincement de pantalon dans dérailleur et chaîne, chute suite à une mauvaise manœuvre, chutes dues à l'inégalité du terrain de pratique.	Mechanical breakage (derailleur, chain, brakes, pedals, flat tire), collision with another person, getting your pants caught in the derailleur and chain, fall due to a bad maneuver, falls due to uneven terrain.
<u>Risques inhérents causés par la clientèle</u>	<u>Inherent risks caused by customers</u>
Incompréhension des panneaux de signalisation, prévoir une assurance médico-hospitalière, méconnaissance des signaux du cycliste, méconnaissance du code d'éthique du cycliste sur les pistes cyclables et sur la route.	Misunderstanding of traffic signs, providing medical-hospital insurance, misunderstanding of cyclist signals, misunderstanding of cyclist code of ethics on bike paths and roadways.
<u>5) DÉCHARGE DE RESPONSABILITÉ MATÉRIELLE</u>	<u>5) DISCHARGE OF MATERIAL RESPONSIBILITY</u>
Je soussigné renonce, par la présente, à toute réclamation, ainsi qu'à toute poursuite en dommage et intérêts pour tous dommages aux biens et matériel m'appartenant (usure normale, perte, bris, vol, vandalisme).	I, the undersigned, hereby waive any and all claims, as well as any and all lawsuits for damages to my property and equipment (normal wear and tear, loss, breakage, theft, vandalism).
<u>6) AUTORISATION À INTERVENIR EN CAS D'URGENCE</u>	<u>6) AUTHORIZATION TO INTERVENE IN CASE OF EMERGENCY</u>
Je soussigné autorise CarpeDiem Aventures à prodiguer tous les premiers soins nécessaires. J'autorise également CarpeDiem Aventures à prendre la décision dans le cas d'un accident à me transporter (par ambulance, hélicoptère, garde côtière ou autrement) dans un établissement hospitalier ou de santé communautaire, le tout, s'il y a lieu, à mes propres frais.	I, the undersigned, authorize CarpeDiem Aventures to provide any necessary first aid. I also authorize CarpeDiem Aventures to make the decision in the event of an accident to transport me (by ambulance, helicopter, coast guard or otherwise) to a hospital or community health facility, all at my own expense if necessary.