

Vélo-mélangeur : Guide d'utilisation et entente

Le programme d'emprunt du vélo-mélangeur a été mis sur pied pour promouvoir une alimentation saine et l'activité physique dans les écoles et lors d'événements communautaires tenus dans les districts de Nipissing et de Parry Sound. Les écoles et les organismes à but non lucratif peuvent emprunter le vélo-mélangeur et le matériel d'accompagnement. Le mouvement effectué pour pédaler permet de mélanger des aliments et des boissons, tels que des smoothies.

Transport du vélo

Il faut au moins deux personnes pour déplacer le vélo-mélangeur. Celui-ci ne peut pas être transporté dans une voiture ordinaire; il faut un véhicule plus grand, comme une fourgonnette, un VUS ou un camion. Il mesure 60 po (152 cm) de long, 42 po (107 cm) de haut et 30 po (76 cm) de large. Le vélo-mélangeur pèse environ 80 lb (36 kg). Des roues permettent de déplacer le vélo facilement sur des surfaces plates; elles pivotent vers le bas de manière à toucher le sol lorsqu'on soulève l'arrière du cadre. Veuillez noter que vous êtes responsable de venir chercher le vélo-mélangeur à notre bureau à North Bay ou à Parry Sound et de le rapporter.



Installation

- Avant d'utiliser le vélo, inspectez-le et faites-en l'essai pour vous assurer qu'il fonctionne bien; vérifiez toutes les vis et serrez-les au besoin.
- Vérifiez la pression du pneu. Lorsque vous serrez le pneu entre votre pouce et votre index, il devrait y avoir un peu de jeu. Utilisez une pompe à air pour ajuster la pression du pneu si elle est basse.
- Installez toujours le vélo-mélangeur sur une surface plane et stable.

Sécurité

- Deux ou trois personnes doivent être disponibles pour superviser les cyclistes et faire fonctionner le vélo-mélangeur. Si de jeunes enfants utilisent le vélo, il est recommandé que quelqu'un agisse comme accompagnateur et aide les jeunes participants à monter sur le vélo, à en descendre et à pédaler. Cette personne peut également être responsable de régler la hauteur du siège pour chaque cycliste. Une ou deux personnes peuvent déposer les ingrédients dans le mélangeur, l'installer, préparer les échantillons pour le groupe et aider les participants à se laver les mains avant d'y goûter.

- Pour pouvoir utiliser le vélo, les participants doivent mesurer entre 3 pi 8 po (112 cm) et 6 pi 3 po (191 cm).
- Réglez la hauteur du siège en soulevant le levier argent situé sous le siège. Assurez-vous d'abaisser le levier une fois que la hauteur du siège aura été réglée. Ne réglez pas le siège pendant que le cycliste est sur le vélo.
- Lorsque le cycliste se tient debout à côté du vélo-mélangeur, le siège devrait lui arriver à la hauteur de la hanche. Lorsque le cycliste est assis, le genou de la jambe qui est située sur la pédale du bas devrait être légèrement plié.
- Les pédales doivent être placées à l'horizontale et non pas à la verticale.
- Ne permettez pas aux cyclistes de se tenir debout sur les pédales. Il arrive souvent que les enfants veuillent le faire pour prendre de l'élan en pédalant, mais cela pourrait occasionner des blessures. Leurs pieds pourraient glisser et les pédales pourraient frapper leur tibia.
- Chaque participant doit porter des chaussures appropriées (p. ex. des espadrilles).
- Enlevez tous les bijoux, les cordons, les foulards et les autres articles qui risquent de rester pris dans le vélo.
- Gardez les mains éloignées des pièces mobiles du mélangeur et du vélo.
- N'utilisez pas le vélo-mélangeur pour préparer des aliments chauds comme de la soupe. La vapeur produite par les liquides chauds pourrait faire projeter le couvercle du mélangeur en l'air.



Mode d'emploi du mélangeur

- Assurez-vous que la base du contenant du mélangeur (où se trouvent les lames) est bien assemblée. Le joint d'étanchéité gris doit être bien fixé au bas du contenant du mélangeur.
- Placez les ingrédients dans le contenant avant de fixer le mélangeur au vélo, puis assurez-vous que le couvercle est bien mis sur le contenant.
- Si vous utilisez des fruits ou des légumes surgelés, il est préférable de les faire décongeler partiellement et de les couper en petits morceaux.
- Lorsque vous placez les ingrédients dans le mélangeur, mettez d'abord les petits ingrédients mous (p. ex. banane, bleuets, yogourt). Ajoutez ensuite les ingrédients plus gros et plus fermes (p. ex. morceaux de fruits surgelés). Ajoutez les liquides en dernier.
- Placez le contenant sur la plateforme du mélangeur (disque noir sur le devant du vélo) en vous assurant que la base du contenant est bien ancrée sur la cheville de métal qui fera tourner les lames.
- Vérifiez le mélangeur et le couvercle pour vous assurer qu'ils sont bien installés. Utilisez les courroies élastiques noires pour garder le contenant en place.
- Une fois que tout est bien installé, le cycliste peut commencer à pédaler; il doit pédaler assez rapidement et assez longtemps pour mélanger les ingrédients. Lorsque vous utilisez le vélo auprès d'un groupe, nous vous suggérons de permettre à chaque cycliste de pédaler pendant une durée déterminée (p. ex. 10 secondes) pour donner l'occasion à plus de personnes de pédaler. Vous pourriez utiliser un compte à rebours : « 5, 4, 3, 2, 1! » avec une bonne main d'applaudissement quand le



cycliste a fini son tour.

- Assurez-vous que la roue du vélo a complètement arrêté de tourner avant de retirer le mélangeur.

Manipulation sécuritaire des aliments

Lors de l'utilisation du vélo-mélangeur, il devra y avoir sur place au moins une personne certifiée dans la manipulation d'aliments. Pour vous renseigner sur la certification en manipulation sécuritaire d'aliments, veuillez consulter notre [site Web](#) (en anglais seulement).

Si vous organisez un événement communautaire, veuillez remplir le formulaire [Demande de permis et avis concernant les événements communautaires et les marchés fermiers](#) et le remettre au Bureau de santé 15 jours avant la tenue de l'événement. Une fois que nous aurons reçu votre demande, l'inspecteur de la santé publique affecté à votre région communiquera avec vous. Les écoles ne sont pas obligées de remplir cette demande.

Pour réduire les risques de maladies d'origine alimentaire, il y a des pratiques de base pour la manipulation sécuritaire des aliments qui doivent être respectées :

- Toute la préparation alimentaire doit être faite dans une cuisine qui a été inspectée par le Bureau de santé.
- Toutes les personnes qui manipulent les aliments doivent avoir de bonnes pratiques d'hygiène personnelle, c'est-à-dire se laver souvent les mains, s'abstenir de fumer, porter des vêtements propres et se couvrir les cheveux.
- Il doit y avoir un poste de lavage des mains réservé à cet usage. Ce poste doit être doté d'eau potable, de savon liquide dans un distributeur et d'essuie-tout.
- Une méthode appropriée de lavage de la vaisselle doit être utilisée pour laver, rincer et désinfecter tous les ustensiles et l'équipement.
- Il doit y avoir de l'eau potable pouvant servir à la préparation des aliments.
- Les aliments doivent être conservés dans des contenants fermés ou couverts pour les protéger contre une contamination possible.
- Tous les aliments périssables doivent être conservés, transportés et mis à l'étalage à une température :
 - de -18 °C (0 °F) ou moins dans le cas des aliments congelés;
 - de 4 °C (40 °F) ou moins dans le cas des aliments réfrigérés.
- Les produits alimentaires et l'équipement servant à leur préparation doivent être entreposés à 15 cm au-dessus du sol.
- Toutes les surfaces avec lesquelles les aliments entrent en contact doivent être lavées à l'eau savonneuse, puis désinfectées avec un désinfectant approprié (p. ex. un mélange d'eau de Javel et d'eau à 200 ppm). La concentration du désinfectant doit être vérifiée à l'aide des bandelettes réactives appropriées avant l'utilisation.
- Un auvent doit être utilisé pour protéger les aliments qui sont entreposés ou préparés en plein air.

Allergies alimentaires

Comme différents partenaires communautaires utilisent le mélangeur, nous ne pouvons pas garantir que l'appareil ne contienne aucun allergène. Assurez-vous de demander aux participants s'ils ont des allergies avant qu'ils ne goûtent à la nourriture préparée avec le vélo.

Saine alimentation

L'emprunteur doit utiliser le vélo-mélangeur pour promouvoir la santé et le bien-être en faisant des recettes qui favorisent une alimentation saine. Les idées de recettes comprennent des smoothies faits avec des légumes ou des fruits, des vinaigrettes, des sauces (p. ex. du pesto) et des trempettes à base de haricots (p. ex. du houmous). Vous pouvez vous procurer des recettes en envoyant un courriel à nfvp@healthunit.ca ou en téléphonant au 1-800-563-2808, poste 5376.

Nettoyage du vélo

Avant et après l'utilisation du vélo-mélangeur :

- lavez, rincez et désinfectez toutes les surfaces du vélo (y compris le siège, les poignées du guidon et le cadre);
- lavez le mélangeur et l'équipement connexe dans l'eau chaude et savonneuse, rincez-les et désinfectez-les puis laissez-les sécher à l'air sur une surface propre.

Coûts

L'emprunteur doit acheter les ingrédients et tous les articles nécessaires pour servir les recettes. Le vélo-mélangeur est seulement mis à la disposition des organismes sans but lucratif. Il ne peut pas servir à générer un profit.

Dépannage

Consultez le site Web de Rock the Bike pour trouver la solution à d'autres problèmes qui pourraient survenir, par exemple, si vous devez démêler la chaîne du vélo, installer la roue, ajuster la plateforme du mélangeur et débloquer les lames (en présence d'un bruit grinçant) :

<https://rockthebike.com/troubleshooting-tips/> (en anglais seulement)

Domages au vélo

Le vélo-mélangeur appartient au Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound. Toute personne qui emprunte le vélo doit le retourner, ainsi que tous les accessoires et tout l'équipement, dans le même état qu'il était quand elle l'a reçu, compte tenu d'une usure raisonnable. L'emprunteur convient d'entreposer le vélo-mélangeur dans un lieu sûr jusqu'à ce qu'il le retourne au propriétaire. En cas d'accident ou d'incident impliquant le vélo-mélangeur, l'utilisateur doit signaler les détails de l'accident dès que possible au propriétaire, par courriel à nfvp@healthunit.ca ou par téléphone au 1-800-563-2808, poste 5369. En attendant les résultats d'un examen des dommages, l'emprunteur peut être tenu de payer des frais pour les dommages.

Assurance responsabilité civile

L'emprunteur doit avoir une assurance responsabilité civile pour pouvoir emprunter le vélo-mélangeur. Pendant la durée de la présente entente, l'emprunteur doit maintenir en vigueur une assurance responsabilité civile générale d'un montant minimum de 2 000 000 \$ par événement. Une telle assurance nommera le Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound comme assuré additionnel, mais seulement en ce qui a trait à la présente entente.

L'assurance responsabilité civile générale comprend au moins les éléments suivants :

produits et travaux terminés;

lésions corporelles;
recours entre coassurés;
responsabilité civile assumée par contrat.

Indemnisation mutuelle

Le Bureau de santé s'engage à indemniser, à défendre et à dégager de toute responsabilité l'emprunteur du vélo-mélangeur pour toute perte, tout coût, toute dépense, tout jugement ou tout dommage résultant de blessures corporelles, y compris le décès ou les dommages matériels, causés de quelque façon que ce soit par la négligence du Bureau de santé, de ses préposés, agents ou employés et liés aux programmes ou autres questions auxquels cette entente se rapporte ou en découlant, et pour tous frais juridiques et coûts engagés par l'emprunteur du vélo-mélangeur en vue de défendre toute action légale concernant ce qui précède.

L'emprunteur du vélo-mélangeur s'engage à indemniser, à défendre et à dégager de toute responsabilité le Bureau de santé pour toute perte, tout coût, toute dépense, tout jugement ou tout dommage résultant de blessures corporelles, y compris le décès ou les dommages matériels, causés de quelque façon que ce soit par la négligence de l'emprunteur du vélo-mélangeur, de ses préposés, agents ou employés et liés aux programmes ou autres questions auxquels cette entente se rapporte ou en découlant, ainsi que pour tous frais juridiques et coûts engagés par le Bureau de santé en vue de défendre toute action légale concernant ce qui précède.

Entente

- En tant qu'emprunteur du vélo, je m'engage à respecter les conditions d'utilisation décrites ci-dessus.
- J'accepte de fournir une preuve d'assurance responsabilité civile laquelle atteste que le Bureau de santé est désigné comme un assuré additionnel.
- Je confirme qu'au moins un des superviseurs du vélo-mélangeur est certifié dans la manipulation sécuritaire d'aliments.
- Comme il s'agit d'un événement public, j'ai soumis une [Demande de permis et avis concernant les événements communautaires et les marchés fermiers](#). Ce n'est pas nécessaire pour les événements tenus dans les écoles.

Nom de l'organisme :

Personne-ressource :

Signature :

Date :