

SECOURISTE D'ÉQUIPAGE



Ce livret est fait pour te faciliter la tâche. Tu vas y trouver les outils utiles à ta fonction et tu pourras le compléter en imprimant les fiches qui te seront nécessaires au fur et à mesure de son utilisation.

Quelle est ta fonction ?

Bien que soigner puisse être fort utile et représenter une source de satisfaction personnelle, jamais, enfin je l'espère, tu n'auras à arrêter une hémorragie grave. Il vaut mieux prévenir que guérir et cela exige une solide formation qui ne s'acquière pas simplement parce que l'on a choisi d'être Secouriste d'Équipage ! Souvent, cette fonction est prise par défaut alors qu'elle est très importante, surtout si l'on sait comment bien l'aborder. Pour t'aider à mieux la cerner, voici quelques pistes.

VOICI TES MISSIONS !

- 1 Soigner les bobos
- 2 Alerter et mettre en sécurité
- 3 Gérer la trousse de secours
- 4 Avoir les numéros de téléphone utiles en cas d'urgence, savoir chercher de l'aide et du conseil
- 5 Être au courant des règles de sécurité et veiller à celles-ci (code de la route, feux...)
- 6 Tenir un carnet de suivi des soins, connaître les allergies, les traitements en cours de ton Équipage
- 7 Veiller à la bonne hygiène corporelle des membres de l'Équipage
- 8 S'assurer de la propreté du matériel, de la vaisselle
- 9 Garantir la bonne gestion des poubelles



Bienvenue à toi !

Si ton seul rôle est de poser un sparadrap ou d'enlever une écharde, tu passes à côté. Un.e Secouriste est quelqu'un sur qui on doit compter à tout moment. Il.elle a des compétences indispensables à la sécurité et l'hygiène de l'Équipage et sait aussi bien prévenir que soigner. Si, parfois, tu es perçue comme « pénible » parce que tu exiges de l'eau auprès du feu ou que l'on se couvre quand il fait froid, tu le fais gentiment et seulement si c'est justifié. Tu le vois, être Secouriste de ton Équipage est une grande responsabilité.

Quelles sont tes compétences ?

Secours

- Être formé au PSC1¹
- Réfléchir et anticiper doivent devenir des automatismes
- Être capable d'alerter les secours
- Rester calme, ne pas prendre de risque inutile
- Savoir réagir et protéger ses camarades
- Faire et gérer la trousse de secours de l'Équipage, que tu ne quittes jamais
- Avoir le secret pour remonter le moral, être à l'écoute de tes camarades

Hygiène

- Connaître les règles de base d'une bonne hygiène en camp
- Connaître la prévention liée aux risques alimentaires
- Se soucier que les règles de sécurité soient connues et respectées par tous.tes
- Apporter des solutions pratiques améliorant l'hygiène du coin d'Équipage (poubelles, trou à eau sale, déchets, recyclage...)

PREMIERS SOINS

- J'aime porter assistance et secourir
- Je connais les numéros de téléphone des principaux organismes de secours
- Je sais nettoyer et panser une plaie superficielle

Je sais ce que contient une trousse à pharmacie d'Équipage
J'entretiens la trousse de premier secours de mon Équipage
Je sais faire un bras en écharpe à l'aide de mon foulard
Je sais faire les gestes lors de petite brûlure, d'écharde, d'ampoule, de piqûre
Je sais ce qu'il faut faire en cas de saignement et enlever une tique
Je sais faire un brancard de fortune
Je connais les différents points de compression et sait stopper une hémorragie
Je sais faire une libération des voies aériennes et mettre un blessé en PLS
Je connais le principe du massage cardiaque et de la respiration artificielle
Je sais les règles d'hygiène nécessaires avant toutes interventions
Je suis détenteur du PSC1, où je suis sa formation
J'assure ou j'ai assuré la fonction d'infirmier dans mon Équipage

Mon chef d'œuvre :

- Quelle action valide ma capacité à transmettre mes C&C PREMIERS SOINS :
- Quelle action démontre que j'ai utilisé ces compétences autrement :

Liens QR code : <http://www.cook.coage.fr/je-me-forme/Particuliers/Les-6-grandes-de-base>

RESSOURCE

La fiche compétence **PREMIERS SOINS** du **PISTES**, le nouveau carnet de progression personnelle de la branche éclé.e.s, peut te permettre de compléter tes connaissances avec les fiches **DÉBROUILLARDISE, VÉLO, SAC...** et t'aider dans ta fonction de Secouriste d'Équipage.

- (1) Drive éclé.e.s : <https://drive.google.com/drive/folders/1XfPek-tzuVQqZPWR8EbWWei67d1bxVcY?usp=sharing>
- (2) Pour envoyer un article et le faire paraître dans l'Équipée, envoie-le à cette adresse : editions@eedf.asso.fr

- ## ET DES CONSEILS !
- Vérifie régulièrement le contenu de ta pharmacie.
 - Fais une fiche inventaire détaillée de son contenu.
 - Applique pour toi ce que tu peux exiger des autres.
 - Trois règles de base : protéger, alerter, secourir.
 - Au-delà du soin tu dois garder ton calme, rassurer.
 - L'hygiène est une partie importante de ton rôle. Bien gérée elle évite souvent bien des soins.

Fais de ta mission ce que tu veux qu'elle soit !

Comme pour les autres fonctions, un minimum de compétences est nécessaire pour bien remplir ton rôle. Tu peux aussi approfondir certains domaines, tels que : te former au PSC¹, monter un Catakit (kit premiers secours et catastrophes développé par la Croix Rouge) pour ton Équipage, le tri sélectif, les règles d'hygiène en camp... Mais aussi les comportements à risque, la sécurité en rando, en mer, en montagne, à vélo. Tu vois, selon les projets de ton Équipage et tes envies de progresser, une foule de compétences peut se greffer autour de ta fonction et te permettre de prendre ta responsabilité avec plus de confiance. Le meilleur moyen pour se sentir heureux, utile et apprécié dans sa mission !

(1) PSC1 : Prévention et secours civiques de niveau 1. Cette formation t'apprend à réagir face à des situations de la vie quotidienne: malaise, traumatismes, perte de connaissance, arrêt cardiaque, etc. Tout au long de la session, tu alternes entre théorie, pratique et mises en situation.

