



Plan d'Action d'Urgence AS GATINEAU

Date d'entrée en vigueur : 1er septembre 2019

AS GATINEAU

Introduction

Un plan d'action d'urgence (PAU) est un plan conçu pour aider le professeur/entraîneur ou d'autres personnes à agir d'une manière responsable et efficace si jamais une situation d'urgence se produit. Vous devriez disposer d'un PAU pour les installations ou le site où se déroulent habituellement vos séances d'entraînement et pour tout site ou installation où vous tenez régulièrement des matchs ou des compétitions. Lors de compétitions à l'extérieur, demandez une copie du PAU en vigueur à l'équipe hôte ou au responsable du site hôte. Un PAU peut être simple ou encore très élaboré, mais il comporte au minimum sept éléments, que vous réunirez en suivant ces conseils :

1. Déterminez à l'avance qui est la **personne responsable** si une situation d'urgence se produit (*il est fort possible que ce soit vous*).

2. Ayez en votre possession un **téléphone** cellulaire chargé. Si ce n'est pas possible, repérez un téléphone que vous pouvez utiliser en tout temps. Assurez-vous d'avoir de la monnaie dans vos poches au cas où vous devriez utiliser un téléphone payant.

3. Ayez avec vous les **numéros de téléphone utiles en cas d'urgence** (responsable des installations, concierge, service des incendies, police, ambulance, sécurité publique) ainsi que la liste des personnes à joindre que vous auront remis vos participants (par exemple : père et mère, tuteurs, proches parents, médecin de famille).

4. Ayez sous la main la **fiche médicale de chaque athlète** de manière à pouvoir fournir l'information nécessaire au personnel médical d'urgence. Il est important de joindre à cette fiche un formulaire de consentement signé par le parent ou le tuteur qui autorise tout traitement médical en cas d'urgence.

5. Dressez une liste des **instructions à fournir** aux responsables du service d'urgence afin qu'ils puissent parvenir le plus rapidement possible au lieu de l'entraînement ou de la compétition. Identifiez le quartier, l'intersection principale la plus près, et les rues permettant de se rendre au site (clarifiez s'il s'agit de sens uniques). Indiquez également tout point de repère particulier pouvant être utile au repérage rapide du site.

6. Ayez en tout temps en votre possession une **trousse de premiers soins** complète. *Les professeurs/entraîneurs sont fortement encouragés à suivre une formation en premiers soins.*

7. Déterminez à l'avance une « **personne responsable des appels** » qui aura comme tâches de communiquer avec les autorités médicales et, au besoin, d'assister la personne responsable. Assurez-vous que la personne responsable des appels puisse donner des instructions précises au service d'urgence (voir point n° 5 ci-dessus).

Note : Conservez les informations dont il est fait mention aux points 3, 4 et 5 dans un registre à l'épreuve de l'eau que vous pourrez amener avec vous lors des séances d'entraînement ou des compétitions à l'extérieur du dojo.

Informations sur les personnes à contacter

*Inclure la fiche médicale de chaque participant(e) et de chaque membre du personnel d'entraîneur(e)s
(en annexe au Plan d'Action d'Urgence)*

N° de téléphone en cas d'urgence	911 pour tous types d'urgences	
N° de téléphone cellulaire de responsable (entraîneur chef)		
N° de téléphone cellulaire de l'assistant(e)		
N° de téléphone de l'installation sportive locale	(819) 243-2392	
N° de téléphone du DG ou DT	873-376-0344	
Adresse de l'installation sportive locale,	Association Soccer Gatineau 100 rue de Morency Gatineau, QC, Canada J8V 2A1 Téléphone: (819) 243-2392	
Adresse de l'hôpital le plus près	Hôpital de Gatineau <u>Adresse</u> : 909 Boulevard La Vérendrye, Gatineau, Quebec J8P 7H2 <u>Téléphone</u> : (819) 966-6100	
	NOM	TÉLÉPHONE
1^e Personne en charge ➔		
Autre ➔		
Autre ➔		
1^e Personne responsable des appels ➔	Gérant(e) Nom	Prénom
Autre ➔		
Autre (Parent) ➔		

Instructions pour se rendre à l'Hôpital

100 rue Morency à gauche vers Boulevard La Vérendrye et ensuite l'urgence de l'hôpital à gauche

Marche à suivre en cas de blessure

Note : il est suggéré de simuler une situation d'urgence à l'entraînement afin de vous exercer à mettre en œuvre les étapes ci-dessous.

Étape 1 : Contrôlez l'environnement afin d'éviter d'aggraver la situation

- > Demandez à tous les autres participant(e)s/athlètes de suspendre leurs activités.
- > Protégez-vous si vous pensez qu'il y a risque de saignement (mettez des gants).
- > Si vous êtes à l'extérieur, abritez la personne blessée et protégez-la de la circulation.

Étape 2 : Faites une première évaluation de la situation

Si la personne blessée :

- ne respire plus;
- n'a plus de battements cardiaques;
- saigne abondamment;
- a perdu connaissance;
- est blessé au dos, au cou ou à la tête;
- a un traumatisme majeur évident à un membre;
- est incapable de bouger un bras ou une jambe ou n'a plus de sensations dans ces membres

Si la personne blessée ne montre pas les signes précédents, passez à l'étape 3.

**Mettez
le PAU
en marche !**

Étape 3 : Faites une seconde évaluation de la situation

- > Recueillez des informations en posant des questions à la personne blessée ou à des témoins.
- > Demeurez avec la personne blessée et tentez de la calmer; votre ton de voix et votre langage corporel se ront ici très importants.
- > Si possible, demandez à la personne blessée de se déplacer par elle-même hors de la surface d'entraînement ou de compétition; ne tentez pas de déplacer une personne blessée.

Étape 4 : Évaluez la blessure

Faites en sorte qu'une personne ayant une formation en premiers soins puisse évaluer la blessure et déterminer les mesures à prendre. Si cette personne n'est pas certaine de la gravité de la blessure ou si personne n'a une formation en secourisme, mettez votre PAU en marche. Si la personne ayant une formation en secourisme est certaine que la blessure est sans gravité, passez à l'étape 5.

**Mettez
le PAU
en marche !**

Étape 5 : Contrôlez le retour à la pratique d'activités sportives

Avant que la personne ayant subi une blessure mineure ne pratique à nouveau une activité sportive, assurez-vous qu'il n'y a pas :

- d'inflammation, d'enflure ou de déformation du membre blessé;
- de saignements;
- de diminution de l'amplitude de mouvement;
- de douleurs lorsque la partie du corps qui a été blessée est sollicitée.

Étape 6 : Remplissez un rapport d'accident et informez les parents

RÔLES et RESPONSABILITÉS

PERSONNE EN CHARGE

- Prévenir les risques additionnels de blessures en rendant sécuritaire le lieu où se trouve la personne blessée et en la protégeant contre les intempéries ou l'environnement.
- Désigner la personne qui aura la responsabilité de superviser les autres participant(e)s/athlètes; si aucune autre personne ne peut se charger de cette tâche, arrêter les activités et s'assurer que les autres participant(e)s/athlètes sont dans un environnement sécuritaire.
- Se protéger elle-même, p. ex. en portant des gants si elle est en contact avec des liquides corporels ou le sang de la personne blessée.
- Évaluer les signes vitaux de la personne blessée : s'assurer qu'elle respire et que les voies respiratoires ne sont pas obstruées, que le coeur bat et qu'il n'y a pas de saignements abondants.
- Demeurer auprès de la personne blessée jusqu'à l'arrivée des services médicaux d'urgence et jusqu'à ce que ces derniers aient pris la situation en charge.
- Remplir un rapport d'accident.

PERSONNE RESPONSABLE DES APPELS

- Appeler l'aide médicale d'urgence.
- Fournir les informations permettant une intervention rapide et efficace des services médicaux d'urgence (endroit où se trouve la personne blessée, nature de la blessure, mesures de premiers soins déjà effectuées, allergies ou problèmes médicaux particuliers de la personne blessée).
- S'assurer que l'accès au lieu où se trouve la personne blessée est libre avant que les services médicaux d'urgence arrivent.
- Attendre l'arrivée des premiers secours près de l'entrée ou de la voie d'accès permettant de rejoindre la personne blessée et diriger les services médicaux d'urgence au bon endroit à leur arrivée sur les lieux.
- Informer la personne identifiée comme étant le contact en cas d'urgence ou de blessure.

AUTRES INFORMATIONS UTILES