

Entraînement à la gestion d'incidents et d'accidents en kayak de mer

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/>

<https://www.kayakalo.fr/>

par Guy Lecointre – avril 2021

Il y a une multitude de façons de se former à la pratique du kayak de mer, et de s'entraîner régulièrement. Voici une proposition qui s'inspire pour beaucoup des connaissances acquises auprès de nos prédécesseurs, de nos expériences personnelles, et des outils - en accès libre – proposés sur ce site (vidéos et textes) : <https://www.sauvetage.kayakalo.fr/>

SOMMAIRE

- 1) Sélection de vidéos et visionnage : seul ou en groupe
- 2) Exercices sur, et dans l'eau
- 3) Séance - à terre, devant un tableau - de gestion d'incidents et d'accidents
- 4) Séance - sur l'eau, avec des scénarios - de gestion d'incidents et d'accidents
- 5) Intérêt des jeux de rôles : est-on capable ? qui sera référent ? qui sera leader ?
- 6) Entraînement par mer agitée

1) Sélection de vidéos et visionnage : seul ou en groupe

Le visionnage individuel permet de se remémorer certains gestes, ou d'en découvrir d'autres.

Le visionnage de vidéos en groupe est intéressant car chacun peut faire des commentaires, sur les gestes montrés à l'image, ou pour parler d'une situation vécue autour de cet exercice.

En fonction du programme de formation ou d'entraînement, retenir une série d'exercices à travailler. Par exemple :

Récupération basique

1 - Récupération première leçon

2 - Récupération d'un kayakiste loin de son kayak

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/recuperation-premiere-lecon/>

8 – Hypothermie prévention - récupération en eau froide

Récupération en eau froide = sortir rapidement le secouru de l'eau (les gestes de récupération en eau froide serviront aussi pour l'évacuation d'une zone dangereuse).

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/8-hypothermie-prevention/>

12a – Evacuation d'une zone dangereuse

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/evacuation-dune-zone-dangereuse/>

Ce qui caractérise ce type d'intervention, est qu'il est impossible d'effectuer la récupération sur le lieu du dessalage. Il faut sortir le kayakiste et le kayak de la zone de danger avant de réaliser une récupération classique.

4 – Transport d'un secouru par 2 kayakistes pagayant

Gestes utiles pour une intervention hypothermie avancée, et éventuellement profonde

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/transport-dune-personne-par-2-kayakistes-pagayant/>

2.4 - Récupération sur le champ

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/recuperation-sur-le-champ/>

10 – Hypothermie avancée

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/hypothermie-avancee/>

2.5 Récupération collective

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/recuperation-collective/>

Etc ...

2) Exercices sur, et dans l'eau

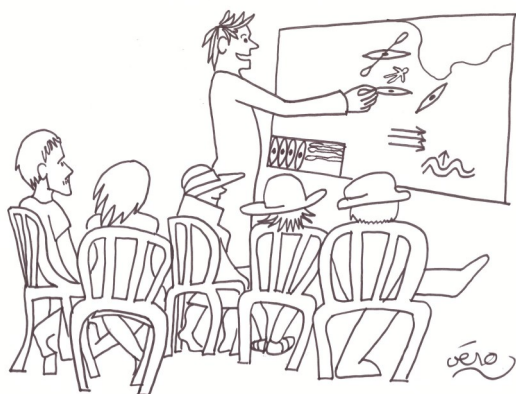
Après une ou deux démonstrations des exercices visionnés, les participants à une telle formation, ou entraînement, se répartissent pour réaliser les exercices non loin les uns des autres, et on se retrouve pour faire les démonstrations suivantes, etc...

3) Séance - à terre, devant un tableau - de gestion d'incidents et d'accidents

Séance devant un tableau métallique blanc [1] avec des magnets représentant des kayaks (10,5 cm), des kayakistes, des bouts de remorquage, le vent, le courant, la houle... ce qui permet de mettre en scène visuellement des **situations tirées d'une vingtaine de fiches d'incidents ou d'accidents en kayak de mer** ([voir à ce lien](#) ou ci-dessous). Vous pouvez en proposer d'autres !

Plusieurs volontaires viennent devant le tableau pour présenter leurs plans d'intervention. Le groupe commente, questionne, et propose parfois d'autres pistes.

Encourager les membres du groupe à partager des situations vécues, et qui ont été difficiles à gérer pour eux. Cela renvoie tout un chacun à des situations limites qu'il a pu vivre. Ces partages sont plein d'enseignements.



[dessin Véronique Olivier]

4) Séance - sur l'eau, avec des scénarios - de gestion d'incidents et d'accidents

Ces exercices, sous la forme de scénarios, ont d'abord été mis en place par la BCU pour le passage de certaines épreuves (la 4ème étoile/star BCU "coach" entre autres).

British Canoe Union (BCU) : fédération nationale de canoë-kayak en Grande-Bretagne, appelée aujourd'hui British Canoeing [<https://www.britishcanoeing.org.uk/>]

La FFCK a repris le même principe pour le passage, entre autres, de la pagaie rouge.

Principe de l'organisation des équipes et principe des scénarios :

Ici, x groupes de 6 kayakistes (suivant le nombre de participants , à définir - in situ - précisément) :

- 1 leader par action (désigné au départ de chaque exercice, **et on change à chaque exercice**)
- 3 kayakistes équipiers (acteurs normalement efficaces, mais qui ne devancent pas les consignes du leader)
- 1 victime pré-désignée ici (active ou passive)
- 1 observateur

La victime pré-désignée et l'observateur se mettent d'accord sur un scénario d'incident ou d'accident. Le leader et les 3 équipiers ignorent le scénario à venir.

L'objectif est que le leader observe rapidement la situation, l'évalue, et coordonne le sauvetage : en accompagnant ses actions par la parole (pour lui et ses co-équipiers dans une démarche pédagogique) !

Les 3 équipiers sont actifs mais ne devancent pas les actions à faire.

Ici, il ne s'agit pas de passer un examen, ni de mettre les gens en situation d'échec, mais de se mettre en situation d'organiser - en tant que leader - un secours imprévu.

IMPORTANT : Ne pas discuter lors du sauvetage sur les différentes solutions ! **On agit, on essaie d'être efficace, et seulement APRES, on fait le bilan et on peut discuter...**

Rappelons le plan d'intervention type en 4 étapes (c'est l'équivalent des gestes de premier secours - PSC1)

- 1 - Le leader stoppe le groupe et le place en sécurité
- 2 - Le leader observe la situation, les dangers immédiats, et apprécie l'état de la victime
- 3 - Le leader formule un plan de sauvetage
- 4 - Le leader met en œuvre le plan prévu

5) Intérêt des jeux de rôles : est-on capable ? qui sera référent ? qui sera leader ?

Dans le cadre de ces entraînements, nous organisons des jeux de rôles, pour que chacun puisse trouver son « **meilleur rôle** » en conditions réelles.

Lors de navigations classiques, dans notre fonctionnement en « **autonomie non-encadrée** », le leader de l'intervention est le premier arrivé sur l'incident ou l'accident. S'il ne se sent pas à même d'assumer ce rôle dans une situation « x », il cède ce rôle à un autre kayakiste qui se sent plus à même de le faire.

« Le leader » d'une intervention de sauvetage n'est pas forcément « le référent » de la sortie. **Dans nos pratiques, « le référent » de la sortie est un coordinateur à qui le groupe fait confiance pour une navigation donnée**, c'est celui qui propose la sortie et son projet de navigation, et veille au grain sans doute un peu plus que les autres : mais « le référent » n'est pas un encadrant. **Ici**, « le leader » n'est pas un encadrant non plus, il dirige seulement l'opération de sauvetage.

Lire « Organisation de randos et d'expés en kayak de mer : choix – fonctionnement – décisions – sécurité (05.04.2017.) » à ce lien :

https://www.sauvetage.kayakalo.fr/wp-content/uploads/2023/05/Topo_organisation-randos-kayak_GLVO_2023.pdf

Leader (Larousse) : Personne qui, à l'intérieur d'un groupe, prend la plupart des initiatives, mène les autres membres du groupe, détient le commandement : C'est lui le leader de la bande. Synonymes : meneur, chef.

Référent, référente (Larousse) : Se dit d'une personne pour exercer une mission spécifique auprès d'un groupe (ndlr : kayakiste référent).

6) Entraînement par mer agitée

Une fois correctement maîtrisé les gestes d'intervention et de sauvetage en eau calme, il est souhaitable de les mettre à l'épreuve par mer un peu agitée, voire agitée... Différents spots sont propices à ce type d'exercices.

Il est essentiel que le courant (et le vent) ramène les participants à ces exercices dans une zone calme.

Un groupe très aguerri peut aussi aller jouer dans les veines d'eau ou entre les cailloux, et l'autre moins aguerri rester jouer dans une zone moins agitée.

[1] Tableau métallique Basic (90 x 120 cm) avec surface d'écriture blanche laquée. Écriture avec des marqueurs pour tableaux blancs effaçables à sec.

<https://www.novus-dahle.com/fr/>

Guides kayak de mer, édités par Le Canotier, écrits par Véronique Olivier et Guy Lecointre :

[La Bretagne nord en kayak de mer](#) - entre Brest et Cancale - 30 itinéraires

[La Bretagne sud en kayak de mer](#) - entre Le Croisic et la presqu'île de Crozon - 30 itinéraires

et la version anglaise des guides Bretagne : [Sea Kayaking Guide Brittany](#) (traducteur Peter Bisset)

[Le Littoral Ouest en kayak de mer](#) - entre Nantes et Oléron - 30 itinéraires

Deux sites collaboratifs initiés et coordonnés par Guy Lecointre :

Site qui répertorie les mises à l'eau pour le kayak de mer et le canoë

<https://www.kayakalo.fr/>

<https://www.kayakalo.fr/interface/apropos.php>

Site « Sécurité et sauvetage en kayak de mer »

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/>

<https://www.sauvetage.kayakalo.fr/index.php/qui-sommes-nous/>