

SENSIBILISATION

**Connaitre et maitriser les mesures et gestes barrières pour les
appliquer sur le terrain.**



Table des matières

Contenu

Préambule	- 4 -
ASPECTS REGLEMENTAIRES	- 5 -
But de l'initiation	- 6 -
Public	- 6 -
Durée	- 6 -
➤ Encadrement de l'initiation	- 6 -
Nombre de participants à l'initiation	- 6 -
DEROULEMENT PEDAGOGIQUE	- 7 -
SEQUENCES	- 9 -
Séquence 1 - Soyez les bienvenus !	- 10 -
Séquence 2 - De quoi allons-nous parler ?	- 11 -
Séquence 3 - Quels sont les risques ?	- 12 -
Séquence 4 - Le saviez-vous ?	- 13 -
Séquence 5 - Comment pouvons-nous réagir ?	- 14 -
Séquence 6 - Et maintenant comment allez-VOUS faire ?	- 19 -
Séquence 7 - Pour partager avec d'autres	- 20 -

Préambule

La Ligue de l'Enseignement rassemble près de 30 000 associations sur le territoire métropolitain, ainsi que dans les DOM et les TOM, qui agissent au quotidien au sein des territoires.

La Ligue de l'Enseignement est aujourd'hui l'une des principales associations complémentaires de l'enseignement public, elle intervient sur le temps scolaire et sur l'ensemble des temps de vie des enfants et des jeunes, en respect des rythmes de chacun, en lien avec les acteurs de l'institution scolaire et les parents, et en partenariat avec les collectivités locales.

Il est donc naturel que l'Ufolep, Union Française des Œuvres Laïques d'Education Physique, Fédération sportive affinitaire et par ailleurs Service Plein Air et Sport de la Ligue de l'Enseignement, s'engage dans le traitement de la question citoyenne.

Aussi, l'Ufolep nationale est désormais agréée par le Ministère de l'Intérieur afin de dispenser les formations aux premiers secours auprès de tous les publics, en particulier les publics scolaires (maternelle – primaire – collège – lycée).

L'Ufolep est en mesure de proposer des initiations, des séances de découvertes tant vers les adultes que le jeune afin de les sensibiliser et développer les actes préventifs.

L'objet de l'Ufolep ne se réduit pas à la simple offre de pratique sportive et à la course à la performance. En effet, notre fédération s'engage à favoriser l'accès à l'éducation et à la culture, à renforcer l'engagement civique et à développer pour tous et sur tous les territoires les liens et l'esprit citoyen.

ASPECTS REGLEMENTAIRES

➤ **But de l'initiation**

Il ne s'agit pas là d'une formation, mais bien d'une initiation ayant pour but de sensibiliser les participants au sujet donné. Cette initiation doit permettre aux participants de développer leurs qualités « préventives » dans le but d'éviter les accidents.

L'initiation peut être une première étape amenant les personnes de plus de dix ans à suivre une formation PSC 1.

➤ **Public**

Cette initiation s'adresse à tous les publics :

- les enfants et les jeunes (milieu scolaire, associatif, ALSH, centre de vacance ...)
- les adultes (milieu professionnel, associatif, ...)

➤ **Durée**

Environ 60 mn

➤ **Encadrement de l'initiation**

L'initiation est animée, soit, par :

- un initiateur ou une formatrice Ufolep
- un(e) formateur/trice PSC1 (figurant sur les listes Ufolep)
- un BFA ayant suivi l'initiation encadrée par un initiateur ou un formateur

➤ **Nombre de participants à l'initiation**

S'agissant d'une initiation, le nombre de participants n'est pas limité. Toutefois, le déroulé pédagogique présenté dans le guide, est basé sur un groupe de 12 à 15 personnes. L'initiateur pourra, en fonction du nombre de participants et du type de public (enfants - adolescents – adultes), adapter les volumes horaires.

DEROULEMENT PEDAGOGIQUE

L'initiation se décompose en différentes séquences :

Séquence 1 : ***Soyez les bienvenus !***

Présentation des participants et de l'initiateur

Séquence 2 : ***De quoi allons-nous parler ?***

L'initiateur/trice fait décrire l'environnement de l'initiation par les participants et leur fait « verbaliser » le sujet qui va être abordé

Séquence 3 : ***Quels sont les risques ?***

L'initiateur/trice fait identifier par les participants les "risques" en lien avec l'initiation proposée et les causes possibles ayant pu conduire à cette situation

Séquence 4 : ***Le saviez-vous ?***

L'initiateur/trice complète les éléments donnés par les participants en apportant des informations liées au risque.

Séquence 5 : ***Comment pouvons-nous réagir ?***

A l'aide du cadre et des outils proposés par l'initiateur/trice les participants indiquent les différentes actions préventives à réaliser pour éviter et/ou limiter le risque

Séquence 6 : ***Et maintenant, comment allez-VOUS faire ?***

L'initiateur/trice demande à chaque participant les actions qu'il va mettre en place pour prévenir du risque de l'initiation.

Séquence 5 : ***Pour partager avec d'autres ...***

L'initiateur présente un jeu pédagogique et son utilisation pour que les participants repartent avec.

SEQUENCES

Séquence 1 - **Soyez les bienvenus !**

L'objectif de cette séquence est de mettre rapidement les participants à l'aise dans l'initiation et les rendre disponibles aux informations qui vont leur être transmises.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>Souhaiter la bienvenue</p> <p>Souhaitez la bienvenue aux participants en les remerciant pour le temps qu'ils vont consacrer à s'informer pour agir pour eux et pour les autres.</p> <p>Présentation de l'initiateur/trice</p> <p>Présentez-vous en indiquant votre prénom, et votre statut d'initiateur/trice au sein de l'Ufolep, fédération multisports, fédération sportive de la Ligue de l'Enseignement.</p> <p>Présentation des participants</p> <p>Demandez à chaque participant de se présenter en indiquant son prénom. S'il s'agit d'adultes et que le groupe de participants n'est pas trop important, vous pourrez leur demander leur motivation à participer à cette initiation.</p>	1 visuel Ufolep

Séquence 2 - **De quoi allons-nous parler ?**

L'objectif de cette séquence est de centrer l'attention des participants sur le thème qui va être abordé. Il est important que dès les premières minutes, chaque participant adhère à l'objectif de l'initiation.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>Dire aux participants le sujet de l'initiation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Notre pays, et la planète entière ont été impactés par un virus jusque là inconnu : la covid-19 • Thème de l'initiation : comment se protéger au mieux face à ce virus encore peu connu ? <p>Déroulement de l'initiation</p> <p>Vous indiquerez à ce moment :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'objectif et la durée de l'initiation <p>L'objectif est de nous sensibiliser, en 60 minutes, aux conduites à tenir adaptées face à ce virus.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les modalités d'organisation : l'implication du groupe, ... <p>Il va être indispensable que chacun participe et qu'il y ait un échange permanent avec l'initiateur, mais aussi les autres membres du groupe. La parole est libre. Dans un premier temps, nous allons identifier les risques puis nous verrons quelles actions de prévention nous pouvons mettre en œuvre.</p> <p>Il n'y aura aucune évaluation, aucune prise de risque.</p>	

5 mn

Séquence 3 - **Quels sont les risques ?**

L'objectif de cette séquence est de faire appel aux connaissances des participants pour identifier un ou plusieurs risques.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>REMUE MENINGES</p> <p>Demander aux participants de dire à quel mot (1 seul) ils pensent lorsqu'on leur dit « COVID-19 ».</p> <p>ATTENTION, on ne peut pas dire un mot qui a déjà été utilisé.</p> <p>L'initiateur notera ces mots sur un support (paperboard, tableau blanc ...)</p> <p>Cela nous permettra d'établir les bases d'une définition collective du COVID19 (définition à ne pas dire aux participants durant cette séquence de réflexion)</p>	<p>1 feuille de paper board ou un tableau blanc</p> <p>1 feutre</p>

Séquence 4 - Le saviez-vous ?

L'objectif de cette séquence est d'apporter (ou de rappeler) des connaissances complémentaires en lien avec l'environnement de l'initiation.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>Dans cette séquence, l'animateur lit la définition de la COVID 19 et indique les modes de transmission. Un lien pourra être fait entre les termes dits par les participants précédemment.</p> <p>Il ne s'agit pas d'ouvrir un débat, mais de transmettre les informations connues par la communauté médicale au moment de l'initiation.</p> <p>Définition de la COVID-19 :</p> <p>La COVID-19 est une maladie infectieuse contagieuse, de type Zoonose¹. Les symptômes les plus fréquents sont la fièvre, la toux, la fatigue et la gêne respiratoire. La perte brutale de l'odorat et/ou du goût sont des manifestations parfois révélatrices. Dans les formes les plus graves l'apparition de détresse respiratoire aigue peut entraîner la mort chez les personnes les plus fragiles du fait de leur âge ou en cas de co-morbidités².</p> <p>Modes de transmission :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Projections de gouttelettes (sur personnes ou supports) - Aérosolisation <p>Le virus pénétrant dans le corps par le nez et/ou la bouche et/ou les yeux (dans des cas très particuliers).</p> <p>Nécessité d'adapter notre protection à la nature du risque encouru. Cela permet entre autre de ne pas sur réagir ce qui pourrait avoir comme conséquence :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mauvaise utilisation des « outils » par méconnaissance - Surconsommation d'Equipements de Protection Individuels (EPI) - Développement d'une ambiance anxiogène inutile <p>Zoonose : Les zoonoses sont des maladies et infections. Le terme couvrant ici également les infestations parasitaires dont les agents se transmettent naturellement des animaux à l'être humain, et vice-versa</p> <p>Co-morbidité : En médecine, la co-morbidité désigne la présence d'un ou de plusieurs troubles associés à un trouble ou une maladie primaire ou bien encore l'effet provoqué par ces troubles ou maladies associés.</p>	<p>Diaporama</p>

Séquence 5 -**Comment pouvons-nous réagir ?**

L'objectif de cette séquence est de proposer aux participants un cadre et des techniques de prévention qu'ils vont devoir mettre en œuvre afin de faciliter leur appropriation.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>Nous allons aborder les conduites à tenir allant d'une faible exposition à une exposition suspectée de plus en plus importante</p> <p>La distanciation physique</p> <p><i>Quand ?</i> Lorsque je me déplace, que je rencontre du monde.</p> <p><i>Pourquoi ?</i> Pour ME protéger du virus qui pourrait être transporté par les autres et pour LES protéger du virus que je pourrai transporter.</p> <p><i>Avec quoi ?</i> Pas de matériel spécifique.</p> <p><i>Comment ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Conserver une distance de 1m avec l'entourage - Saluer sans serrer la main et sans embrassade - Eternuer dans son coude - Se moucher dans un mouchoir à usage unique et le jeter - Eviter de se toucher le visage <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-start;"> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 5px;">  <div style="margin-left: 5px;">Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 5px;">  <div style="margin-left: 5px;">Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 5px;">  <div style="margin-left: 5px;">Éviter de se toucher le visage</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 5px;">  <div style="margin-left: 5px;">Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 5px;">  <div style="margin-left: 5px;">Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades</div> </div> </div> <p><i>Risques ?</i> La distanciation physique n'induit AUCUN risque</p>	DIAPORAMA

Le lavage des mains

Quand ?

Régulièrement par mesure d'hygiène « normale », et chaque fois qu'il y a eu un contact suspect

Pourquoi ?

Pour détruire les germes du virus

Avec quoi ?

De l'eau, du savon et un essuie tout ou une Solution Hydro-Alcoolique

Comment ?

- lavage au savon [technique 1 – Lavage des mains au savon]
- lavage à la Solution Hydro-Alcoolique –SHA [technique 2 – Lavage des mains à la Solution Hydro-Alcoolique]

Demander aux participants de mettre des gants à usage unique et leur faire pratiquer la technique de lavage des mains avec de la peinture. Ceci permettra aux participants de voir la qualité de leur lavage.

ATTENTION, demander aux participants de garder les gants une fois la peinture étalée. Nous les sensibiliserons ainsi aux difficultés de ne rien toucher avec les gants.

Les gants seront retirés lorsque nous aborderons la technique de retrait des gants.



● Étapes avec gel Hydro-alcoolique

Risque(s) ?

- Inefficacité si la technique n'est pas respectée (maintien du transport du virus)
- Atteintes de la peau en cas d'usage inadapté du SHA

Evaluation de la réussite ?

- L'ensemble de l'épiderme allant du poignet au bout des doigts a été nettoyé

1 paire de gants par participants

1 pot de peinture à l'eau

Le port du masque

A ce moment de l'initiation les participants gardent les gants.

Quand ?

En présence d'une foule, ou dans le cas où il est impossible de maintenir une distance d'un mètre avec l'entourage.

Pourquoi ?

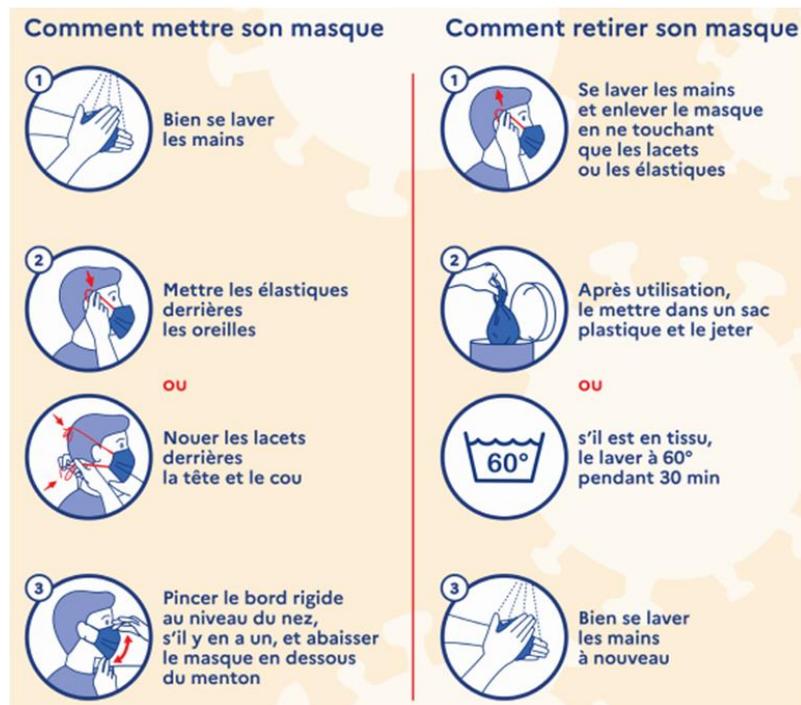
Pour éviter la transmission du virus.

Avec quoi ?

Un masque à usage unique (chirurgical ou FFP2) ou un masque lavable (tissu)

Comment ?

- mettre et enlever son masque [technique 3 – Mettre un masque]
- lavage du masque réutilisable [technique 4 – Lavage du masque réutilisable]



Risque(s) ?

Inefficacité si :

- Mauvais positionnement du masque sur le visage
- Mauvais emploi du masque
- Mauvais nettoyage du masque

Evaluation de la réussite ?

- Le masque recouvre la bouche ET le nez
- Pas de contact avec la partie exposée du masque

Le port de gants à usage unique

Quand ?

Lorsque l'on va s'exposer à des surfaces de contact « suspectes ».
(lavage de matériel, lavage des surfaces de contact ...)

L'ARS indique que le port de gants au quotidien est fortement déconseillé, car il empêche une bonne hygiène des mains et contribue à la contamination de l'environnement.

Arguments : nous touchons notre visage plus de 50 fois par heure – toucher des objets « sains » avec des gants « souillés » est vecteur de transmission – le mauvais retrait des gants entraîne une transmission ...

Pourquoi ?

Pour éviter la transmission du virus.

Avec quoi ?

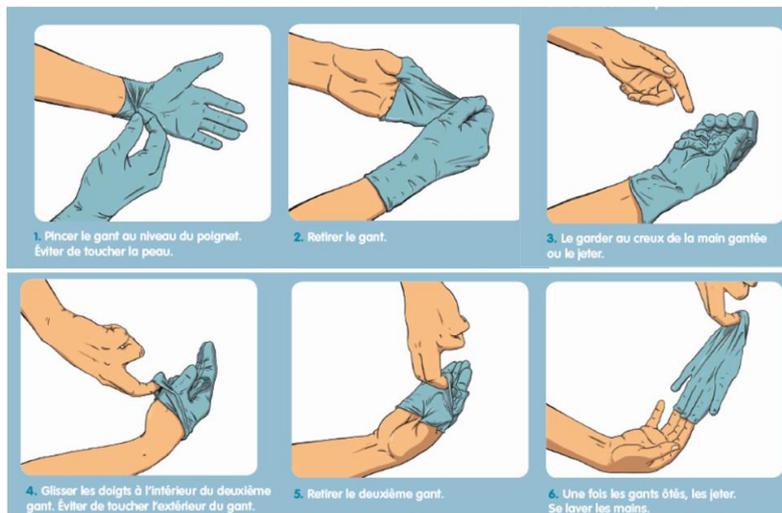
Des gants à usage unique

Comment ?

- mettre et enlever des gants à usage unique [technique 5 – enlever des gants]

C'est à ce moment que les participants retirent leurs gants selon la méthode dictée.

Une fois les gants enlevés l'animateur appliquera le protocole de gestion des déchets vu en suivant.



2 sacs poubelles
noirs ou bleu (mais
pas jaune)

Risque(s) ?

Inefficacité si non respect de la technique et risque de contamination.

Evaluation de la réussite ?

Aucune partie « saine » n'a été mise en contact avec la partie « souillée » des gants.

La gestion des déchets suspectés de contamination

Quand ?

Chaque fois que nous allons devoir jeter des protections ou des éléments de nettoyage (ex : lingettes)

Pourquoi ?

Pour éviter la transmission du virus.

Avec quoi ?

Des sacs poubelles en plastique (2 sacs)

Comment ?

L'animateur doit disposer de l'ensemble du matériel (1 poubelle, 2 sacs) et fait jeter les gants dans le premier sac qui sera fermé, puis mis dans un second sac.

- En mettant les déchets dans un sac plastique, noué une fois utilisé.
- En mettant le sac de déchets noué dans un second sac plastique qui sera lui aussi noué
- En jetant le sac dans une poubelle prévue à cet effet (ordures ménagères)



Risque(s) ?

En cas de non respect du protocole :

- Pollution de l'environnement
- Diffusion du virus (transport et contamination)

Evaluation de la réussite ?

- Le sac de déchets est doublé
- Le sac de déchets est fermé de manière hermétique

Séquence 6 -**Et maintenant comment allez-VOUS faire ?**

L'objectif de cette séquence est de permettre à chaque participant de se recentrer sur lui-même et d'indiquer ce qu'il pense faire.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>L'animateur affichera la diapositive de synthèse de l'initiation et questionnera chaque participant.</p> <p>Questionner les participants</p> <p>Posez les questions suivantes :</p> <p>Au regard de cette initiation, qu'est-ce qui a le plus retenu votre attention et que pensez-vous faire, en repartant ?</p> <p>ATTENTION, il est important que chaque participant puisse s'exprimer.</p> <p>C'est à ce moment que vous rappellerez que l'Ufolep propose des formations PSC1 ou des initiations (GQS) pour aller plus loin dans les gestes de premiers secours.</p>	

Séquence 7 - **Pour partager avec d'autres**

L'objectif de cette séquence est de remettre à chaque participant un support faisant la synthèse de l'initiation.

	Recommandations	Matériel nécessaire
	<p>Le flyer prévention COVID-19 C'est à ce moment que l'animateur précise la conduite à tenir en cas de suspicion de cas covid.</p> <p>Remercier les participants</p> <p>Remerciez les participants d'avoir consacré un temps à leur prévention et celle de leurs proches. Vous pourrez rappeler que l'Ufolep propose des formations PSC1 pour aller plus loin dans les gestes de premiers secours.</p>	

➤ Remerciements

Ce document a été réalisé par les membres de l'Equipe Pédagogique Nationale de l'Ufolep.
<http://www.ufolep.org>