ON SE REGROUPE. ON VÉRIFIE. ON AGIT.

Au signal de l'adulte, je reste avec mon groupe.



REGROUPER

Je pose mon matériel. Je vais au point de rencontre. Je reste près de mon adulte.



VÉRIFIER

Je reste avec le groupe. Je réponds quand on dit mon nom.



AGIR

J'écoute la consigne. Je fais ce que mon adulte me dit. J'attends avec le groupe.

Pages 1 et 2 : on pratique avec les enfants. Pages 3 à 16 : l'adulte intervient et suit les règles du milieu.

ET S'IL Y A UN DANGER?

ON S'ÉLOIGNE

Je suis mon adulte vers un endroit sûr. S'il faut sortir, je sors avec le groupe. Je laisse mes affaires.



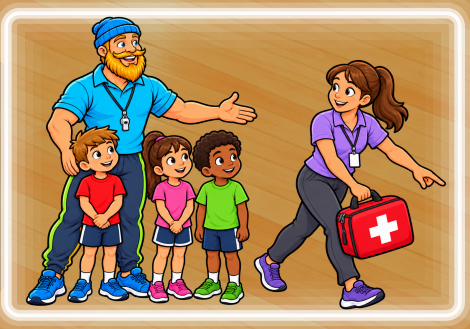
ON APPELLE DE L'AIDE

Quelqu'un ne répond pas? Je préviens un adulte tout de suite. L'adulte appelle le 911.



ON NE PART PAS SEUL

Je reste avec mon groupe. L'adulte garde les enfants avec lui. Il demande à un autre adulte d'aider.



ZoneTotalSport.ca

1. LE VOMI



LE BUT

Éloigner les témoins et prendre soin de l'enfant sans l'exposer.

1. ÉLOIGNER

Éloigne le groupe du dégât. Garde les enfants avec un adulte.

2. ACCOMPAGNER

Rassure l'enfant; fais venir un adulte et préviens le responsable.

3. PROTÉGER

Appelle l'entretien. Fais laver les mains et suis les règles d'hygiène du milieu.

À ÉVITER

Faire nettoyer par les enfants.

ZoneTotalSport.ca

2. ACCIDENT DE CULOTTE



LE BUT

Protéger l'intimité et permettre un retour discret dans le groupe.

1. DÉTOURNER

Occupe le groupe avec une consigne simple et calme.

2. PRÉSERVER

Parle discrètement; organise l'aide d'un adulte et des vêtements propres.

3. REPRENDRE

Accueille l'enfant sans commentaire public et préviens selon le protocole.

À ÉVITER

Laisser l'enfant seul ou l'exposer aux moqueries.

3. ALARME DE FEU



LE BUT

Sortir rapidement, vérifier les présences et transmettre les absences.

1. ÉVACUER

Suis immédiatement le plan incendie; ne retarde pas la sortie pour du matériel.

2. RASSEMBLER

Rejoins le point prévu; vérifie les présences dès que possible en sécurité.

3. SIGNALER

Signale toute personne manquante aux responsables. Attends la permission de rentrer. [1]

À ÉVITER

Rentrer chercher une liste, des souliers ou un enfant.

4 SAIGNEMENT DE NEZ



LE BUT

Rassurer, appliquer le bon geste et demander de l'aide si nécessaire.

1. ASSEOIR

Rassure; tête légèrement penchée vers l'avant.

2. PINCER

Pince la partie molle du nez, sous l'os, 10 minutes sans relâcher.

3. DEMANDER

Si cela persiste : avis médical / 811; saignement important ou malaise grave : 911. [2]

À ÉVITER

Pencher la tête en arrière ou vérifier sans cesse.

ZoneTotalSport.ca

5. DENT EXPULSÉE



LE BUT

Protéger la dent et obtenir rapidement un avis dentaire.

1. APPELER

Préviens le parent et contacte rapidement un dentiste.

2. CONSERVER

Dent permanente ou doute : tiens-la par la partie blanche, jamais la racine. Garde-la dans du lait.

3. PROTÉGER

Ne réimplante jamais une dent de lait; suis l'avis du dentiste. [3]

À ÉVITER

Toucher ou frotter la racine; attendre la fin du cours.

ZoneTotalSport.ca

6. NID DE GUÊPES



LE BUT

Éloigner le groupe du danger avant de le rassembler.

1. ÉLOIGNER

Éloigne calmement le groupe du nid avant de le rassembler.

2. COMPTER

Regroupe à distance du danger et vérifie tout le monde.

3. ALERTER

Réaction allergique grave : 911 + épinéphrine rapidement si disponible, selon le plan et les instructions. [4]

À ÉVITER

Retourner au nid ou attendre si la respiration devient difficile.

7. IL MANQUE UN ENFANT



LE BUT

Vérifier les présences et déclencher l'aide sans quitter le groupe.

1. REGROUPER

Arrête l'activité; garde le groupe dans une zone sûre et surveillée.

2. VÉRIFIER

Refais l'appel par nom. Vérifie qui a eu la permission de partir.

3. ALERTER

Avise la direction sans attendre et suis le plan prévu pour un enfant disparu. Danger immédiat : 911.

À ÉVITER

Partir chercher seul en laissant le groupe sans adulte.

8. BLESSURE AU SOL



LE BUT

Sécuriser l'espace et faire venir une aide adaptée.

1. SÉCURISER

Arrête le jeu; garde le groupe à distance et dans ton champ de vision.

2. APPELER

Fais venir le secouriste. Blessure grave, enfant qui ne réagit pas ou respire mal : 911.

3. TRANSMETTRE

Reste auprès de l'enfant; note les faits après la prise en charge.

À ÉVITER

Déplacer l'enfant si une atteinte tête / cou / dos est possible, sauf danger.

9. VÊTEMENT DÉCHIRÉ



LE BUT

Préserver la dignité et organiser une solution discrète.

1. COUVRIR

Propose un vêtement pour protéger l'intimité.

2. DISTRAIRE

Redirige le groupe sans attirer l'attention sur l'enfant.

3. AIDER

Organise discrètement un changement et un retour confortable à l'activité.

À ÉVITER

Faire une blague ou laisser l'enfant exposé sur le banc.

10. FOU RIRE COLLECTIF



LE BUT

Retrouver l'attention sans humilier un enfant.

1. ACCUEILLIR

Garde ton calme; laisse retomber quelques secondes.

2. CHANGER

Donne une nouvelle tâche motrice simple et sécuritaire.

3. RECADRER

Parle brièvement; reprends avec une consigne connue et vérifiable.

À ÉVITER

Humilier l'enfant à l'origine du rire ou crier par-dessus.

11. ADULTE INCONNU



LE BUT

Rester avec les enfants et alerter le personnel responsable.

1. GARDER

Reste avec le groupe; maintiens une distance sûre.

2. SIGNALER

Alerte le secrétariat ou la direction; n'escorte pas seul la personne.

3. PROTÉGER

Menace perçue : applique le protocole de sécurité du milieu et appelle le 911.

À ÉVITER

Confronter la personne ou quitter les enfants pour la suivre.

ZoneTotalSport.ca

12. FRACTURE POSSIBLE



LE BUT

Éviter d'aggraver la blessure et obtenir une prise en charge.

1. IMMOBILISER

Laisse la partie blessée dans la position trouvée; fais venir le secouriste.

2. NE PAS TESTER

Ne redresse pas et ne fais pas bouger le membre pour vérifier.

3. ALERTER

Blessure grave, os visible ou atteinte tête / cou / dos possible : 911. [5]

À ÉVITER

Faire marcher ou déplacer l'enfant inutilement.

13. HYPOGLYCÉMIE POSSIBLE



LE BUT

Intervenir sur place selon le plan de soins de l'élève.

1. RESTER

Traite sur place selon le plan de soins; ne laisse jamais l'élève seul.

2. SUIVRE LE PLAN

S'il est éveillé et peut avaler : sucre rapide et contrôles prévus au plan.

3. URGENCE

Ne réagit pas, convulse ou ne peut avaler : 911. Rien à boire ou manger; glucagon selon le plan et la formation. [6]

À ÉVITER

Envoyer l'élève marcher seul au secrétariat.

ZoneTotalSport.ca

1-4 NE RÉAGIT PAS



LE BUT

Appeler les secours et agir immédiatement selon la respiration.

1. ALERTER

Vérifie la réaction et la respiration; fais appeler le 911 et apporter le DEA.

2. RÉANIMER

Pas de respiration normale ou seulement des halètements : commence la RCR. Suis le 911 et le DEA.

3. SURVEILLER

Respire normalement : surveille. Mets sur le côté sans blessure suspectée à la tête, au cou ou au dos; sinon, évite de bouger. [7]

À ÉVITER

Attendre le parent ou donner à boire.

REPÈRES ET SOURCES

Aide-mémoire pour l'adulte. Les règles du milieu, les plans de soins et une formation de secourisme à jour priment. RCR : réanimation cardio-respiratoire. DEA : défibrillateur externe automatisé. Les images illustrent les situations, pas les gestes de soins.

LES RÉFÉRENCES

[1] Évacuation scolaire - Québec

[2] Nez - INSPQ, Mieux vivre

[3] Dents - NHS (en anglais)

[4] Anaphylaxie - Santé Québec

[5] Fracture - Santé Québec MCQ

[6] Hypoglycémie - Le diabète à l'école

[7] Inconscience - INSPQ / RCR - AHA

RCR enfant - American Heart Association

APRÈS L'INCIDENT

Préviens les responsables selon le protocole. Note les faits et ajuste la prochaine pratique avec le groupe.

Sources vérifiées le 23 octobre 2026. Liens cliquables.



ZoneTotalSport.ca