

# Prévention des accidents et exigences en matière de sécurité en sport de camp/trekking



## Principe

Les monitrices et moniteurs J+S qui réalisent des activités avec des enfants et/ou des jeunes sont tenus de garantir l'intégrité des participants en vertu de leur devoir de protection pendant toute la durée du camp. Il leur incombe par conséquent de prendre toutes les mesures requises et raisonnablement exigibles pour assurer la sécurité. Ici encore, ils doivent montrer l'exemple!

Les présentes dispositions s'appliquent à toutes les offres J+S sport de camp/trekking. Elles fixent le cadre dans lequel les monitrices et moniteurs prennent leurs décisions en tenant compte des circonstances du moment.

## Cadre général pour la réalisation d'activités en sport de camp/trekking

Le sport de camp/trekking permet d'organiser de nombreuses activités répondant à des degrés d'exigences divers en matière de sécurité. Une randonnée en montagne de deux jours dans les Alpes devra, par exemple, satisfaire à des exigences plus élevées en matière de sécurité qu'une randonnée en plaine.

En multipliant les expériences, les enfants et les jeunes peuvent non seulement se familiariser avec des activités de plus en plus difficiles, mais encore apprendre à gérer les risques et à en tenir compte pour évaluer correctement les dangers.

Dès qu'ils ont suivi la formation de base, les monitrices et moniteurs peuvent se lancer dans des activités faciles avec leurs participants. En revanche, pour celles requérant des exigences plus élevées en matière de sécurité, ils doivent avoir suivi une formation plus approfondie dans les domaines de sécurité «Montagne», «Hiver» et «Eau», qui leur permettra ainsi de mieux appréhender les risques.

Pour garantir la sécurité lors de la réalisation d'une activité, les monitrices et moniteurs doivent se poser les questions suivantes:

- De quelles formations, compétences et expériences est-ce que je dispose?
- Quelles activités suis-je capable d'organiser en toute sécurité avec mon groupe dans les circonstances données?

Les monitrices et moniteurs définissent l'activité, la taille de groupe maximale au vu des enjeux de sécurité ainsi que les personnes auxiliaires nécessaires en fonction de leurs propres compétences, du niveau des participants, de la difficulté de l'activité et des conditions.

**À noter qu'il est toujours plus sûr de faire ce dont on se sent capable que ce qui est autorisé!**

 **Aide à la décision pour la réalisation d'activités soumises à des dispositions de sécurité particulières**  
[jsle.ch/fTcd](http://jsle.ch/fTcd)

## Sécurité générale

Les monitrices et moniteurs J+S

- utilisent la méthode 3×3 pour planifier, réaliser et évaluer correctement des activités en sport de camp/trekking, et l'utilisent pour prendre les bonnes décisions sur le terrain;
- appliquent les documents J+S existants relatifs aux activités proposées et les prescriptions de sécurité *ad hoc*;
- choisissent des activités et des formes d'organisation en adéquation avec les capacités et le niveau de développement de leurs participants;
- disposent d'un concept de sécurité qui définit, sur la base de l'évaluation des risques en présence, des mesures de prévention des accidents et détaille la marche à suivre en cas d'urgence;
- discutent le programme avec leur coach J+S;
- reconnaissent le terrain pour les activités prévues;
- emportent, sur le terrain, une pharmacie d'urgence, une couverture de survie ou un sac de bivouac, et sont en mesure de donner l'alerte en cas d'urgence;
- s'assurent que les participants ainsi que les monitrices et moniteurs ont un équipement adapté à l'activité et en bon état;
- incitent les enfants et les jeunes à apprêhender consciemment les risques;
- veillent à bien encadrer les participants, à définir des règles claires et à les faire respecter.

## **Activités dans la circulation routière**

Les monitrices et moniteurs J+S

- organisent si possible les déplacements en transports publics;
- connaissent les règles générales de la circulation routière et les respectent;
- s'assurent, lors de déplacements en voiture/minibus, que les conducteurs disposent des permis requis (p. ex. par rapport au nombre de places assises) et des compétences nécessaires pour rouler en toute sécurité;
- vérifient, lors de déplacements en voiture/minibus, que les participants s'attachent et que les bagages sont placés de manière à ne présenter aucun danger. Les enfants âgés de moins de 12 ans ou mesurant moins de 150 cm (dépend de l'enfant) doivent être assurés au moyen d'un dispositif de retenue approprié. Cela s'applique tant pour le siège passager que pour la banquette arrière;
- ont recours à des formes d'organisation claires dans la circulation routière (désigner des personnes responsables pour encadrer le groupe au début et à la fin);
- lors d'activités avec des VTT/vélos ou des engins assimilés à des véhicules tels que trottinettes et patins en ligne:
  - contrôlent non seulement que les participants portent bien un casque et que celui-ci est correctement ajusté, mais encore que les engins utilisés sont en bon état;
  - enseignent au préalable la technique de pédalage et de freinage, veillent à adopter une vitesse adaptée et à emprunter uniquement les zones de circulation ou les chemins autorisés aux engins en question;
  - veillent à être clairement visibles pour les autres usagers du trafic (p. ex. vêtements avec bandes réfléchissantes);
  - utilisent, au même titre que leurs participants, des patins en ligne dotés d'un dispositif de freinage et portent des protections spécifiques (protège-poignets, protège-coudes, protège-genoux);
  - enseignent/apprennent la technique de chute dans un cadre approprié avant de se lancer dans la circulation.

## **Exigences spécifiques pour les activités dans les domaines de sécurité en sport de camp/trekking**

Pour les activités dans les trois domaines de sécurité, les dispositions ci-dessous s'appliquent en plus des exigences générales en matière de sécurité:

- Les activités dans les domaines de sécurité ne peuvent être réalisées qu'avec des jeunes (10-20 ans), jamais avec des enfants de moins de 10 ans.
- Les activités dans les domaines de sécurité doivent être évaluées et autorisées par un expert J+S sport de camp/trekking bénéficiant du complément au niveau Experts dans le domaine de sécurité correspondant.
- Une monitrice ou un moniteur J+S au moins doit disposer d'un complément valable dans le domaine de sécurité correspondant. Les autres monitrices ou moniteurs doivent également disposer du complément ou d'une expérience dans le même domaine de sécurité.
- Toutes les activités dans le domaine de sécurité doivent faire l'objet d'une planification détaillée (y compris d'un concept de sécurité).

## Activités dans le domaine sport de camp/trekking «Montagne»

### Exigences générales en matière de sécurité pour le domaine sport de camp/trekking «Montagne»

Il est recommandé de procéder à une reconnaissance préalable de toutes les randonnées avant le camp. Cette reconnaissance est indispensable pour les randonnées dans les Alpes, les Préalpes et le Jura, ainsi qu'à l'étranger.

Toute randonnée doit être préparée, planification d'itinéraire (y compris itinéraires de remplacement) et calcul du temps de marche à l'appui. Cette préparation doit être envoyée à la ou au coach J+S, accompagnée d'un extrait de carte correspondant et du concept de sécurité, avec le programme du camp.

Des randonnées de niveaux T1-T3 peuvent être effectuées à condition de bénéficier de l'expérience *ad hoc* et des connaissances nécessaires.

Pour les randonnées de niveau T3, il est recommandé d'être en possession d'une reconnaissance supplémentaire dans le domaine de sécurité «Montagne» ou d'être au bénéfice d'une expérience de la randonnée en montagne avec des groupes.

Les niveaux de difficulté T1-T6 sont basés sur l'échelle du Club alpin suisse (CAS) pour la cotation des randonnées. Tous les sentiers pédestres de Suisse ne sont toutefois pas cotés. En outre, des différences peuvent survenir d'une région à l'autre. Les descriptions détaillées données pour chaque niveau de difficulté permettent d'évaluer approximativement les sentiers non cotés. Il appartient en fin de compte à chaque monitrice ou moniteur de décider ce qu'elle ou il peut faire avec son groupe en fonction des conditions et du terrain.

### Définition des activités dans le domaine de sécurité «Montagne»

- Randonnée de plusieurs jours jusqu'au niveau T3 avec bivouac au-dessus de la limite forestière supérieure
- Randonnée difficile de niveau T3 comportant de nombreux et/ou de longs passages clés

### Activités non autorisées avec une reconnaissance sport de camp/trekking

- Randonnées alpines à partir du niveau T4 et alpinisme
- Randonnées nécessitant des connaissances en matière de technique alpine (escalade avec corde, rappel) pour franchir des obstacles
- Randonnées passant sur des glaciers
- Via ferrata



## Activités dans le domaine sport de camp/trekking «Hiver»

### Exigences générales en matière de sécurité pour le domaine sport de camp/trekking «Hiver»

En sport de camp/trekking, les groupes évoluent uniquement dans des terrains et à proximité de pentes où un déclenchement d'avalanche est exclu. Les monitrices et moniteurs J+S ne sont pas formés pour apprécier le danger d'avalanche.

Dans ce contexte, il convient, pour toutes les activités, de respecter scrupuleusement les cinq règles fondamentales suivantes:

1. Jamais dans des pentes de plus de 30° (voire de 25° en cas de neige mouillée) et éviter la zone de dépôt.
2. Uniquement en cas de danger d'avalanche faible ou limité (degré 1 ou 2).
3. Au-dessous de 1800 m.
4. Planification 3×3 sport de camp/trekking.
5. Évaluation défensive de la situation.

Il convient, lors d'activités qui se déroulent en hiver, de tenir compte des risques accrus auxquels monitrices/moniteurs et participants sont exposés: froid, humidité, fatigue, trafic motorisé sur les pistes de luge, surfaces gelées, lames des patins, etc.

Les monitrices et moniteurs J+S ainsi que les participants portent un casque et de bonnes chaussures pour faire de la luge; ils observent les 10 règles de comportement pour les lugeurs.

Les camps organisés en hiver se déroulent dans un bâtiment dont l'accès est garanti par tous les temps. Les nuits sous tentes ou dans des igloos sont autorisées uniquement à proximité d'un abri en dur dans lequel il est possible de se réfugier rapidement et sans danger, même de nuit et par mauvais temps.

Pour les randonnées à raquettes faciles, il est recommandé de posséder une reconnaissance supplémentaire dans le domaine de sécurité «Hiver» ou d'être au bénéfice d'une expérience de la randonnée à raquettes avec des groupes.

**Exceptions:** Il est possible d'organiser des activités de sport de camp/trekking qui n'obéissent pas aux règles 1-3, à condition toutefois qu'elles se déroulent dans des zones sûres, telles que villages, pistes de luge ou routes, chemins de randonnée hivernale et parcours pour raquettes sécurisés.

### Définition des activités dans le domaine de sécurité «Hiver»

- Camps se déroulant dans une région isolée sans garantie d'accès en hiver
- Nuitées sous tentes ou dans des igloos sans qu'il soit possible de se réfugier rapidement dans un bâtiment d'hébergement avec accès garanti en hiver
- Randonnées à raquettes difficiles et/ou de plusieurs jours

### Activités non autorisées avec une reconnaissance sport de camp/trekking

- Activités supposant des capacités particulières en matière de technique alpine ou l'utilisation de détecteurs de victimes d'avalanches (DVA) (cf. règles 1-3)
- Traversées de glaciers
- Excursions à skis



## Activités dans le domaine sport de camp/trekking «Eau»

### Exigences générales en matière de sécurité pour le domaine sport de camp/trekking «Eau»

Les activités au bord de l'eau, dans et sur l'eau impliquent souvent un risque accru. Il convient donc de s'adapter aux conditions. Les monitrices et moniteurs qui réalisent des activités avec un groupe **AU BORD** de l'eau ou qui se déplacent **LE LONG** d'un cours ou d'un plan d'eau ne doivent pas forcément avoir suivi une formation dans le domaine de sécurité «Eau». Ils doivent toutefois veiller à ce que le groupe n'aille dans l'eau qu'à des endroits appropriés pour se tremper les pieds ou construire une roue à aubes.

La monitrice ou le moniteur qui souhaite proposer une activité avec son groupe **DANS** ou **SUR** l'eau doit disposer de compétences aquatiques et de compétences en matière de surveillance<sup>1</sup>, ou engager une personne qui répond aux exigences suivantes:

- **Bassin (piscine couverte ou en plein air), rivière ou lac surveillés:** avoir réussi le module «Eau SC/T», le module interdisciplinaire «Surveillant-e Eau» ou le Brevet Base Pool de la SSS, ou être en possession d'une reconnaissance J+S Canoë-kayak, Aviron, Voile, Triathlon ou Planche à voile
- **Bassin non surveillé:** avoir réussi le module «Eau SC/T», le module interdisciplinaire «Surveillant-e Eau» ou le Brevet Plus Pool de la SSS, ou être en possession d'une reconnaissance J+S Canoë-kayak, Aviron, Voile, Triathlon ou Planche à voile
- **Lac non surveillé:** avoir réussi le module «Eau SC/T», le module interdisciplinaire «Surveillant-e Eau» ou le module «Lac» de la SSS, ou être en possession d'une reconnaissance J+S Canoë-kayak, Aviron, Voile, Triathlon ou Planche à voile
- **Nage en rivière:** avoir réussi un module dans le domaine de sécurité «Eau» ou le module «Rivière» de la SSS

Autres prescriptions et recommandations (liste non exhaustive) s'appliquant aux activités organisées dans le domaine «Eau»:

- Prescriptions légales (p. ex. en matière d'équipement, d'immatriculation des bateaux, des zones de protection des rives, etc.)
- Six maximes de baignade et de comportement en rivières de la SSS
- Embarcations insubmersibles en toutes circonstances (bateaux «sit on top», canots gonflables ouverts) ou radeaux pour toutes les activités sur l'eau

- Obligation pour toutes et tous de porter un gilet de flottaison lors d'activités en bateau sur un lac. Cas particulier: en dehors des zones riveraines intérieures et extérieures (300 m), les engins de sport nautique non adaptés à la compétition (p. ex. radeaux) doivent en plus être munis de gilets de sauvetage.
- Activité, encadrement et équipement adaptés aux compétences aquatiques individuelles des participants, aux cours d'eau et aux conditions
- Actualisation régulière des connaissances et compétences des monitrices et des moniteurs dans les domaines du sauvetage et de la prévention de la noyade

### Définition des activités dans le domaine de sécurité «Eau»

- Activités en eaux vives avec des bateaux insubmersibles en toutes circonstances (bateaux «sit on top», canots gonflables ouverts) ou des radeaux. Le port d'un gilet de flottaison est obligatoire sur les engins de sport nautique de compétition tels que les canoës ou les SUP ainsi que pour la nage en rivière. Sur tous les autres types de bateau et de radeau, le port d'un gilet de sauvetage avec col et à la flottabilité accrue est obligatoire
- Activités particulièrement difficiles nécessitant des mesures de sécurité accrues, telles que:
  - trekkings difficiles en rivière et en ruisseau (p. ex. manque de visibilité, peu de possibilités de sortie, grosses pierres, fort courant)
  - natation difficile en rivière
  - surf en rivière
- Activités du domaine de sécurité «Eau» (y compris rafting) possibles jusqu'au niveau Eaux vives II inclus

### Activités non autorisées avec une reconnaissance sport de camp/trekking

- Toutes les activités à partir du niveau Eaux vives III
- Canyoning ou trekking en rivière nécessitant des connaissances en matière de technique alpine (escalade avec corde, descente en rappel)
- Activités avec des bateaux fermés (p. ex. kayak muni d'une jupe)
- Autres activités aquatiques difficiles nécessitant des mesures de sécurité particulières (p. ex. plongée avec bouteilles)

<sup>1</sup> Depuis 2022, les monitrices et moniteurs J+S peuvent acquérir des compétences en matière de prévention de la noyade et de sauvetage en suivant un module dans le cadre de leur formation continue J+S et ainsi prolonger leur reconnaissance J+S. Ils sont alors considérés capables de surveiller de manière autonome un groupe dont ils ont l'habitude dans des piscines couvertes ou en plein air ainsi qu'au bord d'un lac, et de l'encadrer de manière sûre et efficiente. Les monitrices et moniteurs J+S de canoë-kayak, d'aviron, de voile, de triathlon et de planche à voile ainsi que les monitrices et moniteurs J+S ayant suivi le module «Eau» en sport de camp/trekking y sont également autorisés. Après l'obtention du module ou du cours J+S dans l'un des sports susmentionnés, les personnes intéressées peuvent demander à obtenir le Brevet Base Pool et le module «Lac» auprès de la Société suisse de sauvetage (SSS).

## **Sports soumis à des dispositions de sécurité particulières**

Chez J+S, certains sports sont soumis à des dispositions de sécurité particulières. Afin que ces activités puissent être proposées sous forme de séquences d'activité physique complémentaires dans un cours ou un camp J+S, elles doivent être dirigées par une personne qualifiée en possession d'une reconnaissance J+S dans le sport concerné ou ayant suivi une formation adaptée à l'activité (cf. point «Séquences d'activité physique complémentaires proposées par des prestataires commerciaux») et dispensées dans le respect des prescriptions de sécurité propres à ce sport. Les sports soumis à des dispositions de sécurité particulières sont les suivants:

- Sports de neige: biathlon, ski, snowboard, saut à skis
- Sports de montagne: escalade sportive, alpinisme, excursions à skis
- Sport de camp/trekking
- Sports aquatiques et nautiques: natation artistique, canoë-kayak, natation de sauvetage, aviron, natation, voile, triathlon, waterpolo, plongeon, course nautique, planche à voile
- Sports équestres: équitation, voltige
- Tir sportif: arbalète, tir à l'arc, carabine, pistolet

## **Sports exclus de J+S (art. 6, al. 2, OESp)**

- Sports motorisés et aéronautiques
- Sports de combat visant à mettre l'adversaire K.-O.
- Canyoning
- Rafting et descentes en eaux vives d'un degré de difficulté égal ou supérieur à III (exception: cf. art. 3, al. 3, OPESp)
- Saut à l'élastique

## **Séquences d'activité physique complémentaires proposées par des prestataires commerciaux**

Lorsqu'il est fait appel à des prestataires commerciaux pour la réalisation de séquences d'activité physique complémentaires (p. ex. accrobranche, rafting en rivière, sortie en SUP ou en trottinette, luge d'été), il y a lieu d'observer certains points.

Les monitrices et moniteurs J+S

- assurent la surveillance et assument la responsabilité générale du bien-être des participants pendant toute la durée de l'activité. Ils peuvent confier à un prestataire externe disposant des compétences requises la responsabilité de réaliser des activités soumises à des dispositions de sécurité particulières, mais ils demeurent responsables du choix, de l'instruction et de la surveillance dudit prestataire. Lors du choix du prestataire, ils doivent s'assurer que celui-ci possède les qualifications requises pour réaliser l'activité (reconnaissance J+S valable dans le sport concerné [cf. point «Sports soumis à des dispositions de sécurité particulières»] ou formation adaptée à l'activité en question et dispensée par une organisation professionnelle disposant d'une expérience avérée et respectant des normes de sécurité établies).

- doivent planifier et superviser l'activité avec soin afin de s'assurer que toutes les directives et normes de sécurité sont respectées. En cas d'incertitude ou d'information manquante, il est recommandé de rencontrer le prestataire sur place. Les monitrices et moniteurs J+S doivent s'assurer que l'activité est adaptée aux capacités des participants.

- sont responsables de veiller à ce que des consignes de sécurité détaillées et adaptées à l'âge des participants soient communiquées avant le début de l'activité et que les instructions du prestataire commercial soient comprises et respectées.
- renoncent à l'activité en cas d'incertitude, par exemple si le prestataire ne convient pas ou si l'activité n'est pas adaptée au groupe. La sécurité des participants ainsi que des monitrices et des moniteurs prévaut toujours.

## **Activités à l'étranger**

Les activités J+S à l'étranger doivent respecter les mêmes principes et modalités de planification que les activités organisées en Suisse. Il est indispensable que les monitrices et moniteurs J+S s'informent suffisamment tôt de la réglementation comme des spécificités locales afin de pouvoir identifier les exigences et risques accrus et de prendre les mesures appropriées.

### **Exemple d'une activité «au bord de / dans la mer»**

Les conditions particulières propres au milieu marin, comme les courants et les marées, doivent être prises en compte lors de la planification et de la réalisation de l'activité. Ainsi, le choix se portera si possible sur des plages surveillées et la signalétique de baignade internationale sera observée.

Il n'est pas possible de se former au sauvetage en mer en Suisse, mais une formation complémentaire dans le domaine de sécurité «Eau», qui soit adaptée aux circonstances, est considérée comme exigence minimale.