

L'ESSENTIEL DUNHAM

Manuel de référence : Protocoles d'instruction

L'Essentiel : cultiver la forêt, forger l'autonomie.

Ludovic Lafrance

Ludovic.lafrance@gmail.com

TABLE DES MATIÈRES

Manuel de référence : Protocoles d'instruction 2

MÉTHODOLOGIE D'INSTRUCTION (NORME E.D.I.P.) 2

PROTOCOLE PSYCHOLOGIQUE : LE SYSTÈME S.T.O.P 2

PROTOCOLES DE COHABITATION (FORÊT-ÉCOLE) 2

STANDARDS TECHNIQUES PAR MODULE 3

GESTION DES URGENCES DURANT L'INSTRUCTION 3

MANUEL DE REFERENCE : PROTOCOLES D'INSTRUCTION

École de Survie L'Essentiel Dunham - Philosophie : Rigueur & Intendance

Référence technique : Adapté des standards de formation des Cadets du Canada et des normes de sécurité forestière du Québec.

MÉTHODOLOGIE D'INSTRUCTION (NORME E.D.I.P.)

Pour garantir la sécurité et l'acquisition réelle des compétences, chaque module technique à L'Essentiel doit suivre rigoureusement ces quatre étapes :

1. **Expliquer :** Présenter l'objectif de la leçon, le contexte de survie et les mesures de sécurité spécifiques.
2. **Démontrer :** L'instructeur effectue la tâche à vitesse réelle, puis une seconde fois étape par étape en expliquant chaque mouvement.
3. **Imiter :** L'étudiant exécute le geste technique sous la supervision directe et constante de l'instructeur.
4. **Pratiquer :** L'étudiant répète l'exercice pour consolider l'apprentissage (Cible : 30 % Théorie / 70 % Pratique).

PROTOCOLE PSYCHOLOGIQUE : LE SYSTÈME S.T.O.P.

Le premier module de chaque session est consacré à la gestion du stress. En cas d'urgence, l'instructeur doit s'assurer que l'étudiant maîtrise le réflexe S.T.O.P. :

- **S (S'asseoir) :** Stopper tout mouvement physique pour briser le cycle de la panique.
- **T (Tenter de réfléchir) :** Analyser la situation froidement et recenser les ressources disponibles.
- **O (Observer) :** Identifier les dangers immédiats (météo, terrain) et les opportunités (abri, eau).
- **P (Planifier) :** Établir une liste de priorités avant de dépenser de l'énergie.

PROTOCOLES DE COHABITATION (FORÊT-ÉCOLE)

Compte tenu de la nature hybride du site (exploitation forestière active), les règles de sécurité suivantes sont absolues :

- **Zones de récolte (Interdites) :** Aucun étudiant ou instructeur ne doit pénétrer dans un peuplement identifié pour le martelage ou la récolte active (ex: Peuplement 016 pendant le Blitz).
- **Vérification de zone :** Avant d'établir une aire d'apprentissage, l'instructeur doit valider l'absence de « Widowmakers » (arbres morts instables).
- **Signalisation :** Utilisation systématique de ruban de signalisation pour délimiter les zones d'apprentissage temporaires.

STANDARDS TECHNIQUES PAR MODULE

CONSTRUCTION D'ABRIS (SHELTERS)

- **Source :** Utilisation exclusive de débris ligneux secs ou de rémanents issus des activités d'agroforesterie (cohérence avec le volet forestier).
- **Standard :** L'abri doit être étanche, isolé du sol (15-20 cm de litière) et être démantelé à la fin de la session (Philosophie Sans Trace).

ART DU FEU (CONFORMITÉ SOPFEU)

- **Sécurité :** Nettoyage obligatoire du sol jusqu'à la terre minérale sur un rayon de 1 mètre.
- **Extinction :** Méthode obligatoire « Arroser, Brasser, Toucher ». Aucune chaleur ou fumée ne doit subsister avant le départ du site.

NAVIGATION ET ORIENTATION

- **Précision :** Enseignement du calcul de la déclinaison magnétique spécifique à Dunham (Brome-Missisquoi).
- **Standard :** Utilisation conjointe de la carte topographique (1:20 000) et de la boussole à plaquette.

GESTION DES URGENCES DURANT L'INSTRUCTION

L'instructeur doit avoir en sa possession immédiate :

1. **Trousse de premiers soins "Trauma"** professionnelle.
2. **Dispositif de communication satellite** (Garmin InReach) actif et testé.
3. **Copie du Plan d'Intervention d'Urgence (ERP)** avec localisation des points de rendez-vous (RVP-1 et RVP-2).

Document préparé par : Ludovic Lafrance, Fondateur

Date de révision : 25 février 2026

