

## Compte rendu de l'école des cadres

Dimanche 3 avril 2022 – Montpellier

Thèmes : Remise à niveau en matière de secourisme - BIFA

**Intervenants** : Jacques Lecomte 6<sup>e</sup> dan (ANSD), Serge Cruz 5<sup>e</sup> dan (ACT), Nicolas De Araujo 4<sup>e</sup> dan (Aïkido Club de Montarnaud).

**15 participants pour 9 clubs représentés** (ANSD, Arts Martiaux Lodévois, Aïki-Tanren Montpellier, Kimusubi Aïkido Club Gignac, Hikari, Cercle d'Aïkido Montpelliérain, Aïkido Club de Montarnaud, MUC Aïkido, Nîmes Aïkido Milhaud).

**7 membres de la commission technique présents.**

► **Matin : 9h30-12h Piqûre de rappel secourisme Aikido**

**Intervenant : N. DE ARAUJO (Formateur Sauveteur secouriste du travail)**



La proposition de ce matin était une séance de révision « piqure de rappel » au sujet des thématiques de secourisme dans le cadre de l'activité « Aïkido » au sein du dojo mais également en dehors.

Cette séance avait pour objectif la mobilisation de compétences spécifiques :

- Analyser les conduites à tenir et appliquer les gestes de premiers secours,
- Savoir qui et comment alerter en fonction de la situation.

Pendant cette séance nous avons abordés les thématiques suivantes :

### **4 actions du sauveteur (PRE-FA-S : Protéger / Examiner / Faire Alerter / Secourir )**

- Protéger : Phase d'analyse des dangers potentiels et de la situation,
- Examiner : conscience / inconscience, libérer les voies aériennes et contrôler la respiration, rechercher d'éventuels saignements,
- Alerter ou faire alerter par téléphone : **15** (le Samu pour tout problème urgent de santé, c'est un secours médicalisé), **18** (les sapeurs-pompiers pour tout problème de secours, notamment accident, incendie.) ou **112** (numéro d'appel unique des urgences sur le territoire européen, recommandé aux étrangers circulant en France et aux Français circulant à l'étranger).
- Secourir

### **Secourir : si la victime est consciente**

- Étouffements : tapes dans le dos, compressions abdominales, compressions thoraciques,
- Saignements : allonger la victime, effectuer une compression manuelle puis appliquer un pansement compressif, cas particuliers,
- Malaises : mettre au repos, observez, écoutez, questionnez et prendre un avis médical,
- Traumas / Fractures : éviter l'aggravation, maintien tête.

► **Après midi : 14h30-15h30 : Secourir dans les situations d'inconscience de la victime**

- Victime inconscience mais qui respire allongée sur le dos : Position latérale de sécurité (PLS),
- Victime inconscience mais qui respire allongée sur le ventre : retournement sur le dos puis PLS
- Victime inconscience qui ne respire pas = Réanimation Cardio Pulmonaire (RCP) et mise en œuvre du défibrillateur semi-automatique (DSA).

Un point de vigilance a également fait sur le contenu de la trousse de secours (voir pièce jointe), l'importance d'une préparation adaptée avant la pratique et les besoins en hydratation des pratiquants.

## ► Après midi : 15h30-17h : mise en situation BIFA

Deux personnes sont mises en situation pédagogique :



Billoet Sylvan 3<sup>e</sup> dan ( Arts Martiaux Lodévois) :

Thème de séance : Cours pour débutants et confirmés. Durée : 1h30. Thème : Tanto.

L'analyse de la séance est menée par Jacques Lecomte et Serge Cruz.

Chaque participant , élève de la séance dirigée par Sylvain, donne son avis.

Sylvain valide ce BIFA pour la saison 2022/2023. Il continuera sa formation pour préparer le BF.



Moya Joaquim : licencié en Provence

Thème de séance : Cours pour débutants. Durée : 1h30.

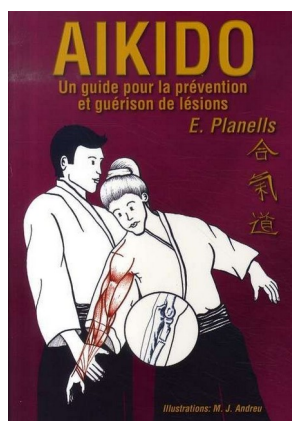
Thème : Suwariwaza.

L'analyse de la séance est menée dans les mêmes conditions que le candidat précédent.

Joaquim va préparer le BF lors de la prochaine session organisée à Bras à la fin du mois.

**Fin de l'école des cadres à 17h05**

**Conseil de lecture :**





# ENCADREMENT SANITAIRE DE LA PRATIQUE DE L'AÏKIDO



## 🕒 Généralités :

- Propreté des pratiquants et des tenues, ongles courts,
- Absence de bijoux et de piercing,
- Port de Zoris pour se déplacer du vestiaire jusqu'au tatami,
- Vérifier la propreté du tatami et de son approche, la présence de douches et leur état.

## 🕒 Au dojo :

Pour mémoire, délivrance de la licence sous réserve de la présentation d'un certificat médical dont une copie sera conservée par le dirigeant du club. Attention, le certificat médical doit dater de moins d'un an tout au long de la saison.

Prévoir :

- un téléphone avec numéro d'urgence
- une trousse de secours
- la liste des pratiquants avec le numéro de téléphone de la personne à prévenir.

## 🕒 En stage :

Pour mémoire, nécessité de vérifier le certificat médical de non contre-indication à la pratique, de moins d'un an, sous forme de tampon sur le passeport et de document papier. La pratique d'un examen rapide à l'entrée du stage n'est pas recommandée.

Le médecin de ligue peut être sollicité pour toute information concernant l'organisation de la couverture sanitaire du stage. Il est recommandé de repérer les médecins participants, de leur demander s'ils sont d'accord pour être sollicités en cas d'accident.

Prévoir, au minimum :

- un téléphone avec numéro d'urgence
- une trousse de secours
- pour les stages fédéraux ou internationaux :
  - informer le centre de secours le plus proche de la manifestation
  - prévoir un brancard (pour sortir du tatami un blessé *(par un médecin ou secouriste, avec toutes les précautions qui s'imposent)*, attendre les secours sur le côté).

## 🕒 Lors des passages de grade :

Nécessité de vérifier le certificat médical de non contre-indication à la pratique en examen datant de moins d'un an, sous forme de document papier. Un examen cardiologique est recommandé pour tout postulant de plus de 50 ans.

L'organisation de la couverture sanitaire du stage incombe au président de la ligue organisatrice, en lien avec le médecin de ligue.

Il doit prévoir, au minimum :

- un téléphone fixe ou mobile avec numéro d'urgence
- une trousse de secours



Commission Nationale Santé

### **La trousse de secours minimale :**

- un désinfectant type Hexomédine ou Bétadine
- des pansements de plusieurs tailles
- des bandes de contentions type Elastoplaste
- des bandes fines type Nylex
- des compresses
- une paire de ciseaux
- un spray de froid ou poche glaçante
- quelques sucres
- quelques paires de gants à Usage Unique

*À ajuster en fonction du nombre prévu de participants*

# La trousse de premiers soins pour un dojo d'aïkido

(Dr Frédéric Lopez, médecin de la Ligue Languedoc Roussillon FFAB)

On peut classiquement différencier quatre types de trousse :

- la trousse de premiers soins (ou trousse de club) permettant d'assurer les premiers gestes (non médicaux) d'urgence à proximité du tatami,
- la trousse de matériel d'immobilisation (attelles, collier cervical, écharpes,...),
- la trousse médicale (tensiomètre, stéthoscope, médicaments injectables ou non...),
- la trousse de réanimation (matériel de perfusion, de ventilation, d'intubation,...).

Nous allons détailler la trousse de premiers soins. Pour établir la liste suivante ont été pris en compte, entre autres, des critères de conditionnement du matériel (qui doit être facilement achetable en dehors du milieu hospitalier), des critères de prix du matériel, des critères épidémiologiques (pathologie de l'aïkido) et des critères médico-légaux (l'objectif étant de constituer une trousse aisément réalisable par tous les clubs).

Quatre remarques doivent être omniprésentes :

- *attention aux allergies aux produits mis en contact avec la peau ou les muqueuses,*
- *attention au risque de tétanos devant toute effraction cutané-muqueuse,*
- *attention aux dates de péremption des produits utilisés ou de fin de stérilité du matériel stérilisé,*
- *conseiller quasi systématiquement de consulter un médecin.*

## 1. LE CONTENANT :

Une caisse à outils (métallique ou en plastique fera parfaitement l'affaire). Elle devra être facilement lavable. Inutile d'acheter des caisses « spécialisées » qui sont très onéreuses et n'apportent pas de bénéfice notable.

## 2. LE CONTENU DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS :

NB : les noms commerciaux sont signalés par un astérisque (\*) et ne sont donnés qu'à titre d'exemple. Leur substitution par un produit équivalent est évidemment possible.

- gants ambidextres non stériles à usage unique. Attention à la taille (6 pour petites mains, 8 pour mains plus grandes). Risque d'allergie grave avec gants en latex. Préférer des gants hypo-allergéniques comme Sensicare\*.  
Ne pas oublier de changer de gants pour chaque patient
- Deux sacs poubelle (pour matériel souillé)

- Un rouleau d'essuie-tout de type Sopalin\*
- Un flacon d'Anios\* détergent désinfectant surfaces hautes pulvérisateur 750 ml (pour connaître l'adresse du revendeur local contacter le laboratoire ANIOS au 03 20 67 67 67)
- 10 unidoses de 5 ml de chlorhexidine aqueuse stérile 0.2% (Laboratoires Gilbert)
- Compresses stériles 7.5\*7.5 cm (format plié) 8 plis
- Un rouleau de sparadrap hypoallergénique microporeux de 2.5 m\*5 cm (Micropore\*)
- Un rouleau de sparadrap hypoallergénique extensible de 2.5 m\* 5 cm (Méfrix\*)
- Une boîte de Sparaplaie 10\*6 cm
- Une bande de contention auto-adhérente (Cohéban\*) de 7 et 10 cm de large
- Une bande de contention élastique adhésive hypoallergénique (Adhéban\*) de 3 et 6 cm de large
- Une bande extensible (Sogiphar\*) de 7 cm de large
- Une paire de ciseaux Jesco\* à bouts ronds
- Un coupe-ongle
- Une pince pour écharde
- Un drap-couverture isothermique (Thuasne\*) de 220\*140 cm
- Un pack de froid instantané (Axmed\* ou Thuasne\*)