

A black and white illustration of a lifebuoy with a cross on it, floating in a sea of rain. The lifebuoy is made of alternating black and white segments. The cross is a simple black cross on a white circular background. The background is a grey sea with many white diagonal lines representing rain.

# **Bientôt les camps sans accident**

---

## **Objectifs, règles et infos préalables**

Bientôt les camps © 2021 by Croix-Rouge Jeunesse ASBL est licencié CC BY-NC-ND 4.0[ED1]

# Bientôt les camps

*sans accident*

## Objectifs pour les animateurs et les enfants

Acquérir des connaissances et compétences pour pouvoir prévenir et intervenir en cas de petit accident pendant les camps

## Grand jeu à postes

8-12 ans

25' par poste

2 à 3h en tout

Thème : Prévention et Premiers Soins  
Fil rouge : Remplir une bouteille d'eau  
et constituer une trousse de secours

**Outil produit par  
la Croix-Rouge Jeunesse à destination  
des animateurs de mouvements de jeunesse**

## Contenus abordés

- Attitude préventive
- Appel 112
- Sécurité à pied
- Premiers soins des plaies, brulures, hématomes et traumatismes

## Supports à disposition

- **Livret :**  
infos préalables et règles du jeu
- **Fiches techniques :**  
pour chaque poste
- **Jeux de cartes :** à répartir  
dans les postes

***Bases théoriques et soins validés par la Croix-Rouge***

# Infos préalables

---



## **A savoir avant d'animer**

Tu trouveras ici des infos sur l'hydratation (fil rouge du jeu) et sur l'intervention modèle en cas de blessure (synthèse du jeu)

Sur les fiches des postes, il y aura les bases en matière de premiers soins.

Cela te sera utile pour:

**Réagir face à des  
blessures légères  
lors d'un camp**

**Transmettre à tes  
animés des savoirs  
validés par la  
Croix-Rouge**

Nous avons voulu transmettre ces contenus de manière simple et facile à acquérir.  
Cela ne remplace pas une formation en premiers soins...

Les animés auront parfois des questions pointues. Si tu ne connais pas la réponse, n'hésite pas à dire « je ne sais pas » ou « je vais me renseigner ». Il est toujours préférable de reconnaître qu'on ne sait pas plutôt que de communiquer une information fausse, surtout en matière de santé.

Si tu as des questions, tu peux bien évidemment nous les transmettre  
[pedagogie.crj@croix-rouge.be](mailto:pedagogie.crj@croix-rouge.be)

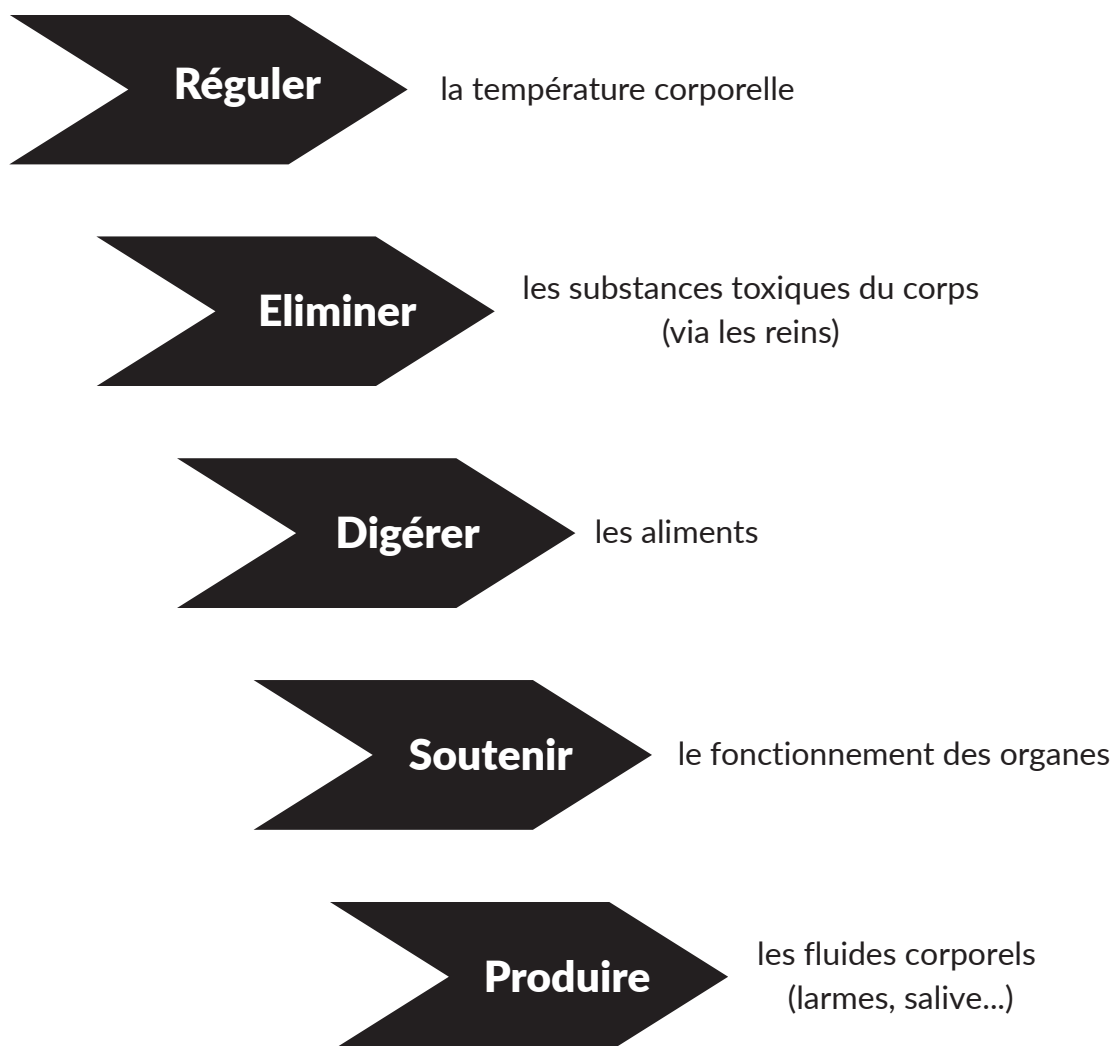
# L'hydratation

---



L'objectif du fil rouge du jeu est de remplir sa bouteille car s'hydrater suffisamment est indispensable à la santé.

Cela permet de :



# Causes de déshydratation

**Boire trop peu**

**Augmentation de la transpiration**

**Diarrhées et vomissement**

**Les enfants sont plus exposés aux risques de déshydratation car leur volume corporel est moindre.**

Pour éviter la déshydratation, il est bon de stimuler les enfants à boire régulièrement de l'eau. Pour cela, tu peux :



**Encourager les enfants à boire souvent** au cours de la journée, même en petites quantités, surtout s'il fait chaud... et même si on n'a pas soif car la soif est un signe tardif de déshydratation.



**Rappeler aux animés d'emporter une gourde pleine lors des jeux.** En plus, l'eau pourrait être utile pour soigner un petit bobo quand il n'y a pas d'accès à l'eau courante.

# Intervention modèle



Il est important que les enfants gardent en tête une intervention 'modèle'.  
C'est pourquoi le moment synthèse en collectif est capital.

## Etapes d'une intervention modèle :

### **Veiller à la sécurité**

La mienne et celle de la victime :  
écarter ou s'éloigner de toute source de danger.

### **Appeler un adulte**

Appeler un adulte ou  
demander à un autre enfant d'appeler un adulte.

### **Rassurer la victime**

Rassurer et réconforter  
en expliquant ce qu'on fait pour l'aider par exemple.

### **Asseoir la victime (ou position de confort)**

Faire asseoir la victime (sauf si elle ne sait pas bouger) au calme,  
cela permet d'éviter un étourdissement et de la mettre dans une  
position plus confortable.



**Poser le soin  
adéquat**

**Brûlure :** Cooling : mettre sous l'eau courante tiède pendant 20 min ou plus si besoin

**Plaie simple :** Rincer à l'eau, couvrir avec une compresse stérile et changer le pansement chaque jour.

**Hématome :** Appliquer du froid emballé pendant max 20 minutes

**Traumatisme d'un membre ou d'une articulation :** Appliquer du froid emballé pendant max 20 minutes et appeler le 112

**Appeler le  
112 si  
nécessaire**

Pas besoin de crédit ni de réseau :

l'appel 112 fonctionne dans tous les cas.

Si on passe l'appel via l'app 112, on est localisé directement.

**Couvrir la  
victime et  
surveiller**

Couvrir avec une couverture ou un vêtement pour éviter un refroidissement, rester près de la victime jusqu'à l'arrivée des secours et surveiller que la situation ne change pas.

# Ressources



## BEPS

Pour que tu sois formé de manière plus complète aux premiers soins, la Croix-Rouge te conseille fortement de passer un brevet européen de premiers soins (BEPS), afin d'avoir l'approche la plus complète possible de la gestion des soins d'urgence.

Toutes les informations concernant le BEPS sont par [ici](#).

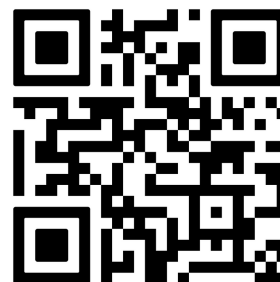
N'hésite pas à contacter ta fédération pour connaître les soutiens possibles.

## Carnets réflexes

Compagnon indispensable des trousse de secours, il permet de trouver très rapidement les bons gestes en cas d'accident avec des enfants.



Ce carnet est parfois disponible au sein de ta fédération ou peut être commandé via le [site](#) de la Croix-Rouge Jeunesse.



## Outils téléchargeables

- **“Marcher en groupe”** - guide pour les animateurs de l'agence wallonne pour la sécurité routière. Il donne de nombreux conseils pratiques pour faire circuler un groupe d'enfants en sécurité.
- **“Une sortie à pied avec mes élèves”** - du service public mobilité.  
Cette revue est plus adaptée aux sorties scolaires, mais reprend les mêmes règles.



# Règles du jeu

---



## Type de jeu

Jeu à postes en étoile.

Tu peux adapter le mode de jeu: jeu de piste, jeu de plateau...

Sens-toi libre de faire au mieux en fonction de ta réalité.

Tu peux télécharger et imprimer les éléments du jeu en annexe ou te le procurer auprès de ta fédération ou de la CRJ.

## Tranche d'âge visée

De 8 à 12 ans.

## Timing

2 à 3 heures en tout

## Nombre de joueurs

De 6 à 20 joueurs.

En fonction du nombre d'animateurs disponibles, il est possible de faire jouer plusieurs groupes de maximum 6 enfants en même temps.

## Lieu de l'animation

Idéalement en extérieur.

## But du jeu

- Constituer tous ensemble une trousse de secours avec les « indispensables » pour pouvoir partir au camp
- Être la première équipe à remplir sa bouteille d'eau

# Règles du jeu

## Avant le jeu

Il faut prévoir des animateurs pour accompagner les groupes aux 5 postes et au plateau de jeu.

Les emplacements des postes ne doivent pas être trop éloignés du plateau de jeu car les enfants devront y revenir entre chaque poste.

Chaque animateur devra prendre connaissance de sa fiche poste (contenu et déroulement) et préparer le matériel nécessaire.

## Matériel fourni

- Le matériel à imprimer ou à emprunter gratuitement auprès de ta fédération: livret, fiches pour les postes, cartes pour les jeux

## Matériel à préparer par toi-même

- Une trousse(s) de secours (tout se trouve facilement en pharmacie ou parapharmacie):



Couverture de survie



Cold pack



Compresse



Sparadraps



Triangle stérile ou non



Gants jetables



Crème solaire



Gilet réfléchissant

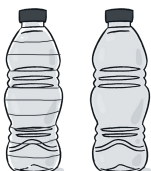


GSM (factice)

- Un dé et autant de pions que d'équipes (cailloux, bouchons colorés, boutons...)



- Une bouteille d'eau vide (à graduer en 10 sections) par équipe et le même nombre de bouteilles pleines pour remplir les bouteilles de chaque équipe.



- Du maquillage rouge et bleu



- Du faux sang (disponible au moment d'Halloween, dans les magasins de déguisements ou en ligne)



- Un ballon



# Règles du jeu



## Objectif du jeu



Se préparer à partir au camp en toute sécurité grâce à l'apprentissage de "trucs et astuces" en cas d'accident.

Le but sera de composer la trousse de secours de base pour pouvoir partir au camp (partie coopérative).

Chaque équipe devra également tenter d'être la première à avoir sa bouteille d'eau remplie (partie compétitive) car il est important d'avoir toujours de l'eau avec soi (pour s'hydrater, se rafraîchir, se laver les mains et/ou soigner d'éventuelles blessures).

## Déroulé



Les enfants sont répartis en équipes et vont devoir se déplacer dans les cinq postes: camp, prairie, route, bois, feu de camp. Après chaque poste, les équipes doivent repasser par le plateau de jeu.

Place chaque pion sur un poste différent. Chaque équipe se rend à son premier poste et revient après l'activité au poste. A ce moment, l'équipe lance le dé et avance le pion à partir du poste où il était.

Si l'équipe tombe sur un **poste**, elle se rend sur le lieu du poste et réalise l'épreuve ou la mise en situation.

Si elle tombe sur une **case caillou** : elle pioche une carte qu'elle montre à l'animateur sans la regarder. Les enfants doivent répondre à la question ou réaliser un défi et gagnent de l'eau pour remplir un peu leur bouteille (une graduation à la fois) si c'est réussi. L'équipe relance ensuite le dé.

Si le dé fait dépasser un poste, l'équipe doit obligatoirement s'arrêter au poste et aller faire l'activité qui y est liée.

A chaque poste, **la dernière équipe** qui passe gagne et rapporte l'objet utile de la trousse de secours. Elle le dépose à côté du plateau de jeu.

### Remarque

Même si la mise en situation n'est pas correctement réalisée, l'équipe reçoit quand même l'élément de la trousse, étant donné qu'il s'agit d'une mise en situation de découverte. On récompense et valorise l'apprentissage.

# Règles du jeu

---

## Détail des postes

### **Poste camp**

ORAS et appel 112



- Deux jeux pour découvrir l'ORAS et l'appel 112
- Objet gagné par la dernière équipe : GSM

### **Poste Prairie**

Traumatisme et hématome



- Quiz + Mise en situation
- Objet gagné par la dernière équipe : Cold pack

### **Poste Route**

Déplacements à pieds



- Débat mouvant sur les bonnes pratiques + jeu
- Objet gagné par la dernière équipe : Gilet réfléchissant

### **Poste Bois**

Soin des plaies simples



- Débat mouvant plaies simples >< plaies graves + Mise en situation
- Objets gagnés par la dernière équipe : Compresse, sparadrap

### **Poste Feu de camp**

Brûlure



- Téléphone sans fil avec le bon soin de la brûlure + Mise en situation
- Objets gagnés par la dernière équipe : Triangle, couverture de survie

# Règles du jeu



## Pour terminer

**Il est important que les enfants gardent en tête une intervention 'modèle'.  
C'est pourquoi le moment synthèse en collectif est capital.**

Toutes les équipes reviennent autour du plateau de jeu pour **synthétiser** ce qu'il faut retenir pour partir au camp.

Pour cela, tu proposes ce **quiz** : les équipes s'affrontent pour donner les réponses et gagnent encore une graduation d'eau à chaque bonne réponse.

Les équipes gagnantes seront celles qui auront le plus rempli leur bouteille au cours du jeu. Idéalement, **deux animateurs miment** la saynète de départ. Après que les équipes aient répondu à une question, ils miment chaque fois la partie de l'intervention (jusqu'à la question 7 au moins).

## Quiz de synthèse

*Charlie court après la balle lors d'un match de foot improvisé dans la prairie.*

*Il ne voit pas un trou dans l'herbe et se tord la cheville.*

*Il a très mal et est incapable de se mettre debout.*

*La balle est restée à côté de lui.*

*Les animateurs sont dans une tente tout au bout de la prairie.*

1. Asma vient vers lui, elle
  - *laisse la balle là où elle est*
  - **écarte la balle**
  - *demande à la victime de tenir la balle*
2. Elle voit que Charlie a fort mal et qu'il ne sait pas se lever, elle
  - **demande à un de ses amis d'aller appeler un animateur et d'apporter une trousse de secours**
  - *se dit qu'il n'y a pas besoin d'un adulte et qu'elle va tout gérer seule*
  - *part continuer la partie de foot*
3. Pendant que son ami va chercher un adulte et une trousse de secours, Asma
  - *s'éloigne pour l'attendre*
  - *dit à Charlie qu'il exagère un peu*
  - **rassure et réconforte Charlie**

4. Elle lui propose aussi de se placer dans une position confortable pour lui et comme son ami est revenu avec la trousse de secours, elle

- met de la pommade
- enlève la chaussure pour mettre un bandage
- **applique un cold pack emballé sur la cheville sans enlever la chaussure**

5. Un animateur arrive, félicite Asma et prend le relai auprès de Charlie.

Il demande à Asma d'appeler le

- 103
- 911
- **112**

6. Asma appelle les secours et elle

- explique où-qui-quoi
- **se présente et explique où-qui-quoi**
- explique ce qu'il s'est passé

7. Pendant ce temps, l'animateur a couvert Charlie avec une couverture

- pour cacher sa cheville
- pour le distraire
- **pour qu'il ne se refroidisse pas en attendant les secours**

8. Et si Charlie s'était brûlé, quel soin aurais-tu apporté ?

- appliquer une pommade cicatrisante
- couvrir de suite avec une compresse
- **effectuer un cooling**

9. Et en cas plaie simple, quel aurait été le soin ?

- rincer à l'eau
- couvrir avec une compresse
- **les deux**

Croix-Rouge Jeunesse asbl

Siège social : 78 rue du Rempart des Moines – 1000 Bruxelles

Siège d'exploitation : 42, boulevard Ernest Mélot – 5000 Namur

[pedagogie.crj@croix-rouge.be](mailto:pedagogie.crj@croix-rouge.be)

+32 081/77.10.70

Edition septembre 2025

Editeur responsable : Croix-Rouge de Belgique

42, boulevard Ernest Mélot – 5000 Namur

Illustrations : Frédéric Thiry

Dans la mesure du possible, ce document tient compte de la dimension du genre. Dans le seul but de ne pas alourdir le texte et de faciliter la lecture, le genre masculin est utilisé comme générique lorsqu'il se réfère à des personnes.

Ce document est écrit selon les règles de la nouvelle orthographe.