

## **CHAMP DE PRATIQUE DES FINISSANTS DE L'AEC INTERVENTION PAR L'AVENTURE ET LE PLEIN AIR**

### **Rédigé par :**

Jean-Philippe Leblanc  
Marina Maillé  
Patrick Castonguay

### **Révisé par :**

Marie-Claire Gagnon

### **Présenté aux :**

Futurs étudiantes et étudiants  
Étudiantes et étudiants  
Finissantes et finissants du programme  
AEC Intervention par l'aventure et le plein air

Cégep de Baie-Comeau  
Formation continue  
Le 4 mai 2022

## **TABLE DES MATIÈRES**

<b>OBJECTIF</b> .....	3
<b>PRÉCISIONS DES NIVEAUX D'AUTONOMIE ET D'ENCADREMENT CIBLÉS PAR CE PERFECTIONNEMENT</b> .....	4
<b>DÉFINITIONS DES PRINCIPAUX TERMES</b> .....	5
<b>ANNEXE I : FORMATION DE BASE POUR L'ENCADREMENT D'ACTIVITÉS DE PLEIN AIR</b> .....	6
<b>FORMATION ET CHAMPS DE PRATIQUE PAR ACTIVITÉ DE PLEIN AIR</b> .....	7
Randonnée pédestre .....	7
Kayak de mer .....	9
<b>RÉFÉRENCES</b> .....	11

# OBJECTIF

L'objectif de ces lignes directrices est d'aider les finissantes et les finissants de l'AEC Intervention par l'aventure et le plein air à comprendre et à respecter les limites de leur formation ainsi qu'à assurer un niveau de services et d'expertise approprié en adéquation avec les normes établies comme références. Répondant à un besoin de perfectionnement chez une clientèle très hétérogène, cette AEC encadrera l'étudiante ou l'étudiant dans son cheminement individuel dans le but d'assurer les bonnes conditions de sa pratique en fonction de sa clientèle, de son parcours et de ses objectifs professionnels en lien avec l'intervention par l'aventure et le plein air.

Ce document permettra aux futures étudiantes et aux futurs étudiants, aux étudiantes et aux étudiants ainsi qu'aux finissantes et aux finissants d'avoir une meilleure vision et compréhension de l'encadrement des activités de plein air au Québec. Il constitue à la fois un document de références et un positionnement **du Cégep de Baie-Comeau** afin de permettre aux finissantes et aux finissants du programme de développer une pratique professionnelle de la plus haute qualité. Par un souci de clarté, ce document contient également les définitions locales des principaux termes qui seront étudiés dans ce programme de formation.

Ce document ne peut pas être cité pour une planification d'activité de plein air dans un cadre professionnel ou bénévole. Vous devez consulter et citer les documents en références pour valider les normes, exigences et procédure.

## **PRÉCISIONS DES NIVEAUX D'AUTONOMIE ET D'ENCADREMENT CIBLÉS PAR CE PERFECTIONNEMENT**

1. Sous tutorat des enseignantes et des enseignants, l'étudiante ou l'étudiant est responsable de mettre en place son propre plan de perfectionnement et d'accréditations. En ce sens, une étudiante ou un étudiant déjà expérimenté et possédant certaines accréditations pourra tout autant cheminer dans son perfectionnement qu'une étudiante ou un étudiant sans bagage en plein air. L'autonomie de l'étudiante ou de l'étudiant dans son rôle d'intervenant d'aventure sera donc relative.
2. Par ce perfectionnement, les finissantes et les finissants pourront minimalement passer une journée d'intervention en autonomie avec un groupe de participants. Les finissantes et les finissants pourront aussi envisager des séjours de quelques jours d'intervention en compagnie d'une équipe pluridisciplinaire.
3. Cette AEC est un point de départ où les étudiantes et les étudiants doivent répondre à des standards minimums. Votre futur cheminement jumelé au développement de votre expérience sera également un grand facteur bonifiant votre future pratique.
4. Il est important d'être conscient de la charge de travail demandé par la vie en plein air. Certaines interventions en contexte d'aventure et de plein air demanderont nécessairement la mise en place d'une équipe de travail. Les constitutions possibles de ces équipes seront abordées et approfondies à l'intérieur de cette attestation d'étude collégiale.
5. L'étudiante ou l'étudiant doit être en bonne forme physique pour assurer la qualité de sa participation aux expéditions de ce programme. Un document vous informant du seuil minimal de condition physique sera accessible.
6. En réussissant ce programme d'AEC d'intervention par l'aventure et le plein air, la finissante et le finissant peuvent :
  - a. Agir à titre d'intervenant psychosocial dans le cadre d'une activité de plein air, peu importe sa durée (randonnée, excursion ou expédition).
  - b. Participer et contribuer à l'encadrement général des activités de plein air à titre d'intervenant psychosocial.
  - c. Guider un groupe lors d'une activité de plein air uniquement dans le cas où la finissante et le finissant possèdent les brevets ou formations établis pour chacune des activités de plein air qui seront pratiquées. La finissante et le finissant doivent aussi respecter les normes, exigences et procédures reconnues pour chacune de ces activités. (Voir Annexe I)
  - d. Accompagner un groupe de clients en respect du ratio d'encadrement en fonction du niveau de pratique des participants et du niveau des encadrants.

## DÉFINITIONS DES PRINCIPAUX TERMES

**Activité de plein air** : « Activité de sport et de loisir qui se déroule dans un cadre de plein air, indépendamment du caractère du lieu, du degré de risque ou de la durée de l'activité ». (Source : BNQ, 2002).

**Activité d'aventure** : « Ensemble d'activités, d'expériences qui comportent du risque, de la nouveauté, et auxquelles on accorde une valeur humaine ». (Source : Petit Robert, 2020).

**Champ de pratique ou champ d'exercice** : Définit en termes généraux le contexte dans lequel peut être pratiqué l'encadrement d'une activité de plein air par un guide ou un intervenant. (Inspiré de : Code des professions gouvernement du Québec).

**Encadrement** : S'adresse à toute personne qui est responsable d'un groupe, que ce soit à titre de bénévole ou professionnel.

**Guide d'aventure** : Personne responsable de diriger une activité de plein air de façon agréable et sécuritaire. Il voit à l'encadrement des participants et des intervenants psychosociaux.

**Intervenant d'aventure** : Intervenant responsable du cheminement clinique des participants. Il voit au développement psychosocial de ses clients et utilise le vécu en contexte d'aventure et de plein air en ce sens.

**Randonnée** : Activité de plein air et/ou d'intervention par l'aventure et le plein air d'une durée de moins d'une journée, qui ne comprend pas de coucher en nature. (Adapté de AEQ, 2015).

**Excursion** : Activité de plein air et/ou d'intervention par l'aventure et le plein air d'une durée de deux ou trois journées qui comprend un ou deux couchers en nature. (Adapté de AEQ, 2015).

**Expédition** : Activité de plein air et/ou d'intervention par l'aventure et le plein air d'une durée de quatre journées ou plus, qui comprend trois couchers ou plus en nature. (Adapté de AEQ, 2015).

**Intervention psychosociale par l'aventure et le plein air** : Techniques et modalités d'intervention expérientielle soutenant une intervention psychosociale à portée éducative, développementale et thérapeutique utilisant le vécu d'aventure et l'exposition à la nature comme principaux leviers d'intervention.

## **ANNEXE I :**

### **FORMATION DE BASE POUR L'ENCADREMENT D'ACTIVITÉS DE PLEIN AIR**

Pour pouvoir guider seul une activité de plein air, une finissante ou un finissant doit avoir complété deux types de formation :

- 1- Des formations de premiers soins.
- 2- Des brevets ou des formations établies pour chacune des activités de plein air pratiquées.

Les formations en premiers soins constituent la base générique pour guider toute activité de plein air. Pour guider une activité de plein air, une personne doit posséder une certification RCR-DEA ainsi qu'une formation de premiers soins en région isolée correspondant à la durée de l'activité. Ces formations demandent des renouvellements et elles doivent être à jour afin d'encadrer une activité de plein air. Nous proposons le niveau de premiers soins suivant en fonction de la durée de l'activité.

Tableau 1. Niveau de premiers soins en région isolée minimal recommandé en fonction de la durée des activités.

Durée des activités	Niveau minimal de premiers soins en région isolée recommandée
Randonnée	20 h
Excursion	40 h
Expédition	80 h

Il s'agit de recommandation minimale, nous incitons fortement les finissantes et les finissants à posséder un niveau de premiers soins en régions isolées supérieur au tableau ci-haut.

Dans le cadre de cette AEC de perfectionnement en intervention psychosociale par l'aventure et le plein air, vous devrez identifier les différentes activités de plein air qui vous intéressent et, en ce sens, planifier votre plan de perfectionnement individuel en fonction des formations ou brevets que vous avez ciblés. Voici le détail pour les activités de kayak de mer et de randonnée. Vous étudierez également en classe différents standards nécessaires pour l'encadrement d'autres activités plus spécifiques.

# FORMATION ET CHAMPS DE PRATIQUE PAR ACTIVITÉ DE PLEIN AIR

## Randonnée pédestre

Pour les activités de randonnées pédestres, nous recommandons l'utilisation des normes de la fédération de plein air Rando Québec afin de respecter la nomenclature usuelle en randonnée pédestre, le terme « Classe » est utilisé pour caractériser l'échelle de terrain.

Tableau 2. Échelle de terrain (randonnée) du Conseil canadien du plein air (CCPA)

Facteur de risque	Classe 1	Classe 2	Classe 3
Isolement	Pas plus de 3 heures d'un abri ou de ressources additionnelles	Sorties de plusieurs jours, mais pas plus de 8 heures d'un abri ou de ressources additionnelles	Aucune limite.
Possibilité de chute	Facile à gérer ou à éviter	Possibilité de chutes présente, mais peut être gérée avec des conséquences mineures.	Courtes sections avec des conséquences sérieuses et inévitables, mais qui peuvent être gérées sans corde.
Difficulté technique	Facile. Les sections instables sont courtes et isolées.	Éboulis et terrain instable, quelques sections plus difficiles, sentiers parfois mal entretenus.	L'usage des mains peut être nécessaire. Peut contenir de longues sections de terrains instables.
Zone aquatique	Mi-mollet pour les zones à faible débit, hauteur des chevilles pour zones à haut débit et sans danger en aval.	Hauteur des hanches pour les zones à faible débit, hauteur des genoux pour les zones à haut débit et sans danger en aval.	Hauteur de la taille pour les zones à faible débit hauteur de l'entrejambe pour les zones à haut débit.
Zones avec marée	Approche et estran en pente douce, aucune vague dangereuse.	Encagements faciles à éviter. Risques modérés liés aux vagues. Pente modérée. Quelques risques de glisse.	Encagements et risques liés aux vagues. Estran fortement incliné, rocheux et glissant.
Exposition aux conditions météorologiques	Généralement à l'abri ou retraite facile vers une zone abritée.	Possibilité d'exposition, mais retraite facile vers une zone abritée en moins de 45 minutes.	Zones exposées avec retraite difficile ou impossible.
Orientation	Sur sentiers ou hors sentiers avec points de repère évidents.	Orientation simple, peut nécessiter une boussole ou un GPS.	Orientation difficile, nombre de repères minimal.

Tableau 3. Champs de pratique en fonction des types de brevets émis par Rando Québec.

Type de brevet	Champ de pratique
Brevet d'encadrement en courte randonnée	<p>Assure l'encadrement des activités de randonnée pédestre trois (3) saisons ne visant pas l'autonomie. Valide sur l'ensemble des sites de pratiques, en terrain non alpin de la classe 1, sur sentiers balisés et sous supervision institutionnelle.</p> <p>C'est le champ de pratique du guide de randonnée.</p>
Brevet d'encadrement en longue randonnée	<p>Assure l'encadrement des activités de randonnée pédestre trois (3) saisons ne visant pas l'autonomie. Valide sur l'ensemble des sites de pratiques, en terrain de la classe 2, sur sentiers balisés ou en gardant le sentier en vue à des campements aménagés en itinérance (minimalement débroussaillés et sous supervision institutionnelle).</p> <p>C'est le champ de pratique du guide d'excursion.</p>
Brevet d'encadrement en contexte d'expédition	<p>Toute activité de randonnée, en sentier et hors sentier, au-dessus de la limite forestière, sauf lorsque le terrain et les conditions exigent de l'équipement de sécurité en montagne pour protéger les participants et où il existe des risques saisonniers d'avalanches.</p> <p>C'est le champ de pratique du guide d'expédition.</p>

## Kayak de mer

Au Québec actuellement, il n'existe pas de brevet ou de formation spécifique concernant l'encadrement des activités de kayak de mer. Toutefois, Aventure Écotourisme Québec et le CKQ (anciennement FQCK) recommandent des normes pour permettre un encadrement professionnel et sécuritaire.

Afin de respecter la nomenclature usuelle en kayak de mer, le terme « Zone » est utilisé pour caractériser l'échelle de terrain.

Tableau 4. Échelle de terrain de kayak de mer (CQL et FQCK, 2006)

Zone	Caractéristiques de la zone
1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Petit lac ou cours d'eau à faible débit. La topographie ne présente pas d'obstacles à l'orientation. Nombreuses possibilités de s'abriter. Facilité d'accostage : sites nombreux et faciles, plages.</li><li>• Plan d'eau douce. La température de l'eau est acceptable, généralement supérieure à 18°C au plus fort de l'été. Le courant varie de nul à 2 nœuds. Le milieu étant généralement abrité, le fetch est limité et le vent cause rarement des difficultés.</li><li>• Civilisation/isolement, assistances : facilement accessible pour le ravitaillement, les communications, les urgences ou les secours.</li><li>• Conditions météo à respecter : vent léger, moins de 15 km/h, visibilité parfaite.</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grands lacs et réservoirs d'eau douce. Nombreuses îles et baies : orientation difficile.</li><li>• Possibilité de coups de vent. Bord de mer moyennement exposé aux vents, mais avec plusieurs possibilités de s'abriter : îles, baies, port. Facilité d'accostage : sites nombreux et généralement faciles.</li><li>• Eau salée. Température de l'eau : froide, en moyenne entre 12 et 18°C. Marée inférieure à 1,5 mètre. Vents dominants réguliers et courants de 2 à 4 nœuds.</li><li>• Civilisation/isolement, assistance : relativement habité, assistance de niveau inégal. Moyens de communication autres que VHF (téléphones cellulaires) moins fiables.</li><li>• Navigation maritime de plaisance.</li><li>• Conditions météo à respecter : surface ou mer calme et vent léger, moins de 15 km/h.</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bord de mer exposé au vent : peu d'endroits pour s'abriter. Présence de courants marins complexifiés par l'action des marées. Fetch important pouvant générer des vagues et des zones de surf rendant parfois l'accostage difficile. Mer agitée : vagues, zones de clapot, embruns, déferlantes. Facilité d'accostage : suffisante, mais parfois difficile, plages, galets et rochers.</li><li>• Température de l'eau : en moyenne de 8 à 12°C. L'eau est très froide en permanence et pose un problème de survie en cas de dessalage. Courants de plus de 4 nœuds.</li><li>• Civilisation/isolement, assistance : région côtière peu habitée. L'assistance en cas d'urgence peut prendre un certain temps même si les télécommunications par radio VHF ne posent pas de problème. Présence de circulation maritime de plaisance. Présence importante de circulation maritime commerciale.</li><li>• Conditions météo à respecter : vent modéré, moins de 25 km/h. Changement brusque de l'état du temps.</li></ul>

4

- Région isolée et soumise à un climat sévère. Mer tumultueuse avec des courants très forts. Zone propice à des vents très puissants générant des vagues importantes et obligeant à surfer pour les accostages ou les mises à l'eau. Courants de plus de 4 nœuds, clapot, vagues stationnaires, etc.
- Facilité d'accostage : très peu nombreuses, côtes accidentées et difficilement accessibles, falaises.
- Température de l'eau : peut être inférieur à 5°C, un risque majeur aggravé par la présence possible d'iceberg ou glace flottante.
- Civilisation/isolement, assistance : les secours extérieurs immédiats sont presque inexistants. La région côtière est inhabitée. Seules les communications par satellite sont fiables. La circulation maritime est rare.
- Conditions météo à respecter : prévoir le pire.
- Cette classification est élaborée en tenant compte de conditions estivales. En dehors de cette saison, il convient d'ajuster à la hausse l'évaluation des difficultés.

Tableau 5. Niveau de qualification recommandée des guides de kayak de mer en fonction de l'échelle de terrain. (Adapté de CQL et FQCK, 2006 et AEQ, 2015)

	Guide de randonnée	Guide d'excursion	Guide d'expédition
Échelle de terrain (zone)	1-2	1 à 3	1 à 4
Exigences spécifiques / Brevets ou certification exigée	<b>Kayak de mer niveau 2</b> Formation maison (météorologie + navigation)	<b>Kayak de mer niveau 3</b> Formation maison (météorologie + navigation) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour les sorties guidées en milieu marin : Cours de navigation obligatoire.</li> </ul>	<b>Kayak de mer niveau 4</b> Formation maison (météorologie + navigation) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour les sorties guidées en milieu marin : Cours de navigation obligatoire.</li> </ul>
Expériences personnelles requises	20 sorties en kayak de mer en zone 2.	20 sorties en kayak de mer en zone 3. 2 expéditions de plus de 4 jours en zone 3.	20 sorties de kayak de mer en zone 4. 2 expéditions de plus de 8 jours en zone 4.

## RÉFÉRENCES

- Aventure écotourisme Québec (AEQ). *Programme d'accréditation*. 2015. 75p.
- Conseil canadien de Plein Air (CCPA). *Leader Terrain, manuel de l'étudiant*, 2<sup>e</sup> édition.
- Conseil québécois du Loisir (CQL) et Fédération québécoise du Canot et du Kayak (FQCK). *Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire d'Activités de plein air – Kayak de mer – Normes, exigences et procédures*. Version 2. Septembre 2006. 69 p.