

Prise de décision pour survivre en forêt

1 SOS!

- S** Sauve qui peut! | Écartez-vous des dangers immédiats.
O Oxygène | Administrez les premiers soins urgents.
S Secours | Activez l'aide extérieure

2. STOP! N'empirez pas la situation!

- S** Sécurité | Ne tentez plus rien de périlleux
T Travail | Travaillez au ralenti, mettez vous en mode d'économie d'énergie
O Outils | Sécurisez l'équipement essentiel
P Protection | Mettez vous tout de suite à l'abri du vent ou de la pluie

3. ÉVALUEZ que SÉRA la situation prochainement

(Dans 3 heures? La nuit prochaine? Si tempête? Dans 3 jours?)

- S** Secours | Probabilité d'être repéré ou de trouver un lieu sûr?
É Énergie | Blessures? Froid? Soif? Sommeil? Faim?
R Risques | Niveau d'exposition aux dangers et conséquences?
A Atouts | Que contient votre **SAC**?

- S** Sac à dos | Inventaire de l'équipement (visualiser transformations)
A Alentours | Inventaire des ressources environnantes
C Compétences | Capacités de chaque individu (leadership?)

4. Avant toute action, vérifiez que le BILAN SÉRA globalement amélioré

BILAN SÉRA	COÛTS	VS	BÉNÉFICES
Secours (probalité)	<input type="checkbox"/> Diminue	<input type="checkbox"/> Reste stable	<input type="checkbox"/> Augmente
Énergie (niveau)	<input type="checkbox"/> Diminue	<input type="checkbox"/> Reste stable	<input type="checkbox"/> Augmente
Risques encourus	<input type="checkbox"/> Augmentent	<input type="checkbox"/> Restent stables	<input type="checkbox"/> Diminuent
Atouts	<input type="checkbox"/> Se détériorent	<input type="checkbox"/> Restent stables	<input type="checkbox"/> S'améliorent

Pensez EAU

- E** Essai bref. Validez toujours vos choix avec un essai bref avant de vous y investir.
A Acharnement. Après 3 essais honnêtes, ne vous acharnez pas, tentez autre chose.
U Urine. Hydratez-vous suffisamment pour que votre urine soit claire.

EXEMPLE

Perdu lors de la chasse à la perdrix (Pile de GPS morte. Neige faible. 15 h 30)

- S** Ne s'applique pas
O Ne s'applique pas
S Il essaie trois coups de fusil en succession- pas de réponse
S Il s'assis sur une bûche
T Il attend un peu et commence à réfléchir
O Il met son briquet dans la poche avec fermeture éclair
P Ne s'applique pas car la météo est clémente présentement
S Possibilité d'autres chasseurs. Son épouse va s'inquiéter dans 3 jours.
É Pas blessé. Eau dans lac OK. Pas faim. Froid cette nuit. Ne peut pas dormir.
R Branches dans les yeux en se déplaçant, foulures de cheville.
A Atouts :
S Vêtements épais, fusil, 9 cartouches, briquet, 2 perdrix, lacets comme corde
A Forêt de sapin, beaucoup de petit bois de chauffage
C Bonne forme physique, connaît le camping sauvage, sait allumer un feu.

Bilan SÉRA

	RESTER SUR PLACE en œuvrant au ralenti jusqu'au lendemain	SE DÉPLACER vers un lieu connu (auto à 10 km au nord)	SE DÉPLACER à l'aveuglette (chalet proche?)
Secours ➞	↑ Possible de préparer des signaux et de choisir un emplacement pour être repéré.	↓ Difficile d'être repéré chemin faisant, surtout que la nuit tombe. ↑ Se rapproche de l'auto.	↓ Idem. ↓ Chances selon la densité des chalets. ↓ S'éloigne de l'auto.
Énergie ➞	↓ Dépense minimale 1500-2000 Kcal/jr ↑ A du temps pour faire cuire les perdrix ↑ Peut faire abri pour dormir	↓ Dépense importante 3500-6000 Kcal/jr ↓ Difficile en route de boire, manger, ou dormir (peu de temps pour abri si non succès).	← Idem.
Risques ➞	↓ Minimales	↓ Blessures aux yeux. ↓ Orientation difficile. Si ne se rend pas, alors épuisement et hypothermie possible.	← Idem. ↓ Encore plus de chances d'épuisement et d'hypothermie.
Atouts ➞	↓ Peut « dorloter » l'équipement ↑ Temps pour chasser	↓ Bottes et pantalons mouillés. ↓ Chemise humide (sueur). ↑ Lit chaud si succès.	← Idem.

- E** 10 minutes à s'installer pour rester ET 10 minutes de marche pour explorer
A Ok, lors de techniques telles que le choix du bois pour l'allumage du feu
U Ok, eau potable dans le lac

Décision dans ce cas : rester sur place...

CONSIGNES ET AIDE-MÉMOIRE POUR SITUATIONS D'URGENCE EN FORET

RÉDUIRE LES RISQUES. Causes de décès : noyade (éviter eau et glace), avalanche (éviter pentes enneigées), chute d'une hauteur (éviter de grimper, se tenir loin du bord des précipices), chicot d'arbre sur tête (surveiller lorsque venteux); perte de contrôle du feu (en période sèche s'installer très près de l'eau, éviter de brûler conifères, attention aux feux de racines); ne pas ingérer de champignons ou plantes inconnues; si ours présents, tenir nourriture éloignée de l'abri, chanter, si vu, s'éloigner en reculant, si attaqué, hurler et se battre avec bâton ou roche. Éviter blessures : utiliser la hache à genoux et jamais de parties du corps devant une lame, éviter sauts et mouvements brusques, éviter les branches dans les yeux la nuit en les cassant au préalable ou en bougeant un bâton vertical devant le visage, fabriquer des lunettes de soleil à fentes, prêter attention aux nids de guêpes. Prévention : réagir sans faute aux presque accidents; reconnaître la dynamique des accidents (causés par la somme de petits incidents insignifiants); éviter les souffrances mineures qui s'aggravent avec le temps (ampoules, égratignures, infections par manque d'hygiène etc). **SE RÉCHAUFFER.** Se cacher du vent à tout prix. S'isoler les pieds du sol (se tenir sur une bûche ou des branches). **AVEC FEU :** placer des roches dans le feu pour accumuler la chaleur et s'en servir plus tard; tasser le feu et s'installer sur le sol chaud et sec; enlever et remettre les bottes à répétition en chauffant les pieds près du feu à chaque fois; s'installer entre le feu (tout près devant) et un mur derrière soi (rocher ou bûches pourries empilées); faire sécher les vêtements (à côté du feu, pas au-dessus). **SANS FEU :** feu en frottant du bois impossible si pas réussi auparavant; bourrer les vêtements de matériaux secs; improviser un chapeau; fabriquer une couverture en attachant des rouleaux de matériaux secs côte à côte. **FROID INTENSE :** réagir avec urgence si picotement des pieds ou mains (feu instantané d'écorce de bouleau ou danse active ou pieds sur le ventre d'un ami ou changement de chaussures). **PLUIE :** improviser un parapluie avec une grande écorce ou avec branches de conifères de 1m attachées ensemble; construire un toit (voir Abris et Feu de nuit ci-bas). **SE RAFFRAÎCHIR.** Attendre à l'ombre; mouiller chapeau ou vêtements; en pénurie d'eau, se couvrir pour rester moite et éviter évaporation de sueur. **ÉCONOMISER L'ÉNERGIE.** « Petit train va loin »; au froid, ajuster ses vêtements pour avoir chaud sans transpirer; rester assis plutôt que debout, couché plutôt que assis; enjamber les obstacles plutôt que de monter dessus, les contourner plutôt que les enjamber; pas courts lors d'ascension; cueillir bois et matériaux en haut de la côte et les descendre; rentabiliser les déplacements (ex. rapporter du bois en allant boire de l'eau). **ATTIRER L'ATTENTION.** Sifflet; miroir; cône pour appeler; fumée en jetant conifères dans le feu; V géant ou SOS tracé dans un rectangle avec éléments contrastants sur neige, sable, ou foin; tout signal émis en succession de trois; placer un objet coloré sur le bout d'une perche et agiter. **BOIRE souvent.** En ordre : eau ou neige bouillie; eau purifiée (iode, chlore); eau de pluie ou de condensation (installer toile); neige sur bâton, fondue près du feu en « slush »; eau qui coule; grand lac; petit lac; étang; rosée (imbiber tissu et tordre); marais; trou d'eau sale (mieux que rien!). **DORMIR autant que possible et dès que possible pour maintenir un jugement clair.** **Lits :** de préférence un « banc de parc » surélevé de bois ou un matelas de matériaux secs (foin, plantes mortes); si conifères comme seul choix, alors faire un lit épais à l'aide de branches de plus d'un mètre piquées en rangées avec les courbes vers le haut, les gros bouts vers les pieds. **Abris :** pas dans un creux. **AVEC FEU :** site sans vent ou avec vent de l'arrière gauche (abri face à l'est), avec abondance de bois, près d'un sentier naturel ou clairière; abris naturels (grottes, arbre renversé etc) mauvais choix 99% du temps; meilleur abri «petit four réflecteur» en lieu plat et dégagé; feu devant les genoux lorsque couché; toit de bardeaux superposés (écorce, bois pourri, foin) ou toit éponge (très épais avec tourbe, feuilles ou branches de conifères);

concentrer ses efforts sur une partie du toit de seulement 1m carré; racines de conifères = corde; **Feu de nuit :** allumer tôt avec écorce de bouleau et/ou branches sèches à la base de conifères et/ou copeaux; faire un gros feu au début, très petit par la suite; choisir comme combustible des arbres morts tombés à angle; utiliser deux arbres comme levier pour casser le bois; brûler bois en longueur en les avançant parallèlement à la direction d'où vient le vent; une fois bonne base de tisons, possible de brûler bois vert, surtout bouleau; ça prend beaucoup de bois quand il fait froid, au moins 20 longues perches (corde pour tirer); prévoir provision d'écorce et de bois d'allumage au sec; l'hiver, creuser une longue tranchée jusqu'au sol pour le feu ou faire multiples feux de surface sur base de bois pourri; ne pas cueillir le bois autour de l'abri (récolte facile durant la nuit); choisir un sentier principal pour hâler le bois, le baliser de billots pour récolte de nuit; si deux ou plus, veiller sur le feu à tour de rôle en donnant double vêtements à celui qui dort. Feu au niveau des genoux. **SANS FEU :** construire abri enfermé très épais en forme de tombeau; creuser une caverne ou abri de neige par grand froid ou tempête d'hiver. **NOIRCEUR.** Torches avec écorce de bouleau roulée autour d'un bâton et attachée avec broche ou racines; petits feux sur buttes pour lumière. **MANGER.** Baies sauvages connues; noisettes; racines de quenouilles; boire tisanes; lignes dormantes; collets au sol; collet sur perche; tire-roche; arc; trappe; lichens noirs (tripe de roches); si peu de nourriture, l'utiliser comme Astérix le fait avec la potion magique - avant l'effort ou l'épreuve. **INSECTES PIQUEURS.** Choisir endroit venteux; improviser capuchon et fouetter le devant du visage avec une branche feuillue; contre maringouins, créer espace d'air entre peau et vêtements; contre mouches noires, fermer ouvertures des vêtements et construire ou trouver un abri sombre. **FUMÉE INCOMMODANTE.** Prise d'air insuffisante; bois trop humide, installer une «cheminée» (tronc d'arbre debout) derrière le feu; déplacer le feu. **SOUFFRANCES ET DÉSARROI.** Diviser son être en deux - le parent rationnel réconfortant qui oriente les actions de l'enfant qui gémit. **S'OCCUPER L'ESPRIT.** Sculpter (calendrier sur bâton de marche, totem, jeux...); écrire et dessiner un journal (écorce et tisons); planifier activités à effectuer lors du retour; s'efforcer d'admirer la nature en dépit de la situation; établir des routines quotidiennes. **SE DÉPLACER.** Pause de 5 minutes à toutes les heures. Rien dans les mains (improviser ballot et collet de portage ou sac à dos ou travois). Éviter raquettes et radeaux à moins d'avoir pratiqué au préalable. Pour s'encourager lors de longs trajets, compter des séquences de pas variées.

S'ORIENTER Pour marcher en ligne droite, aligner trois points en regardant constamment derrière; pour marquer son chemin, placer de longs bouts de bois à l'horizontal à la hauteur des yeux; ou, se promener d'un «objet proéminent» à un autre en plaçant une flèche (3 bouts de bois par terre) vers le dernier tel objet.

À partir du point où on s'est perdu (bien marquer celui-ci), partir à la recherche de façon systématique en revenant au point perdu. Ainsi ce n'est qu'une question de quelques heures avant de se retrouver... et on ne s'enfonce pas encore plus loin!

