OCOM C121.04 – RECONNAÎTRE LES EFFETS DU FROID

1. **Rendement :** Reconnaître les effets du froid

2. **Conditions :**

   a. Éléments fournis :

      (1) de la supervision,

      (2) de l'aide au besoin.

   b. Éléments non permis : Aucun.

   c. Conditions environnementales : Une salle de classe ou un secteur d'entraînement assez grand pour recevoir tout le groupe.

3. **Norme :** Le cadet doit reconnaître les signes et les symptômes des gelures et d'hypothermie.

4. **Points d'enseignement :**

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE1	Discuter des faits portant sur les blessures qui surviennent par temps froid, y compris : a. les saignements, b. l'état de choc, c. les blessures graves.	Exposé interactif	10 min	A2-010
PE2	Identifier les blessures qui surviennent par temps froid, y compris : a. l'ophtalmie des neiges, b. le pied d'immersion.	Exposé interactif	10 min	A2-010
PE3	Expliquer les gelures, y compris : a. les signes et les symptômes des catégories de gelures, y compris : 1. superficielles, 2. profondes, b. la prévention, c. le traitement.	Exposé interactif	10 min	C2-023 C2-030
PE4	Expliquer l'hypothermie et les divers stades de celle-ci, y compris : a. les signes et les symptômes de catégories d'hypothermie, y compris : 1. l'hypothermie légère, 2. l'hypothermie modérée, 3. l'hypothermie sévère; b. la prévention, c. le traitement.	Exposé interactif	10 min	C2-023 C2-030

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PG-002/A-CR-CCP-701-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.

PE	Description	Méthode	Durée	Réf
PE5	Discuter de la propreté corporelle en hiver, y compris : a. le visage et les mains; b. le rasage; c. les dents; d. le changement de vêtements; e. le soin des pieds.	Exposé interactif	10 min	A2-010 (pp. 7-17 - 7-19) C2-009

5. **Durée :**

a.	Introduction / Conclusion:	10 min
b.	Interactive Lecture:	50 min
c.	Total:	60 min

6. **Justification :** L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin de présenter aux cadets les effets du temps froid.

7. **Documents de référence :**

   a. A2-010 B-GG-302-002/FP-002 FMC. (1982). *Basic cold weather training, arctic and sub arctic operations (vol. 2).* Ottawa, ON, Ministère de la Défense nationale.

   b. C2-009 0-684-85909-2 Harvey, M. (1999). *The national outdoor leadership school's wilderness guide.* New York, NY, Fireside.

   c. C2-023 0-8117-2864-1 Schimelpfenig, T. (2000). *National outdoor leadership school wilderness first aid (3e éd.).* Mechanicsburg, PA, Stackpole Books.

   d. C2-030 0-7710-8250-9 Merry, W. (1994). *St. John Ambulance: The official first aid guide.* Toronto, ON, McClelland & Stewart Inc.

8. **Matériel d'instruction :** Du matériel de présentation (p. ex., tableau blanc, tableau de papier, RPJ) approprié à la salle de classe ou au secteur d'entraînement.

9. **Matériel d'apprentissage :** Aucun.

10. **Modalités de contrôle :** Aucun.

11. **Remarques :**

    a. Cette période peut être dirigée de façon autonome ou comme instruction préalable à l'OCOM C121.05 (Participer à l'entraînement par temps froid).

    b. Il est préférable que cet OCOM soit donné sous la supervision d'un instructeur d'entraînement par temps froid.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PG-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PG-002/A-CR-CCP-701-PG-002.pdf.
Verify against the official publication.