CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 1

OCOM M224.01 – DÉCRIRE LES MESURES IMMÉDIATES À PRENDRE LORSQU'ON EST PERDU

Durée totale : 60 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

Un exposé interactif a été choisi pour les PE1 à PE3 afin de présenter la matière de base ou des renseignements généraux.

Une activité en classe a été choisie pour le PE4, parce qu'il s'agit d'une façon interactive de mettre l'accent sur les mesures à prendre lorsqu'on est perdu, de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit être en mesure de décrire les mesures immédiates à prendre lorsqu'il est perdu.

IMPORTANCE

Il est important pour les cadets d'avoir la capacité de prendre les mesures quand ils sont perdus pour augmenter leurs chances de survie.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 1 **Identifier les principes de « S.T.O.P. »**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif



Lire aux cadets l'article de la revue *Cadence* qui se trouve à l'annexe A comme introduction à ce PE. Cet article vise à attirer l'attention des cadets et d'insister sur l'importance des mesures à prendre lorsqu'on est perdu, en mettant en évidence la possibilité que tout cadet peut se perdre en campagne.

Il est important de noter que la cadette a été retrouvée en raison de sa formation.



Une fois que l'article à l'annexe A été lu aux cadets, aborder la première partie de la leçon en questionnant les cadets sur les points suivants :

- Comment la cadette Stephanie Leger s'est-elle perdue?
- Quelle mesure a-t-elle prise en acceptant le fait qu'elle était perdue?

Les réponses que les cadets fournissent ne sont pas corrigées, cependant elles seront utilisées comme moyen pour inciter les cadets à réfléchir sur ce qu'ils doivent faire dans une telle situation. À la fin de ce PE, les questions précédentes sont posées encore pour reconnaître toutes les différences dans les réponses.

Souligner l'importance de l'acronyme « S.T.O.P. » comme première mesure à prendre quand on reconnaît être perdu. À la suite de cette petite histoire poursuivre avec une explication plus détaillée de l'acronyme « S.T.O.P. » avec les renseignements fournis.

Se perdre peut être aussi simple que laisser son abri pour aller aux latrines et devenir désorienté tel que l'expérience vécue par la cadette Stephanie Leger ou en suivant un parcours incorrect à la boussole dans une randonnée en montagne. Après avoir confirmé qu'on est perdu, la meilleure chose à faire est de rester sur place, rester calme et essayer de rassembler de l'information pour déterminer son emplacement. Les personnes paniquent et ont tendance à faire les plus graves erreurs pendant les 30 premières minutes qu'elles se perdent. Suivre l'acronyme S.T.O.P.– Stopper, Traiter, Observer et Planifier aide un cadet perdu à réfléchir sur la situation et à prendre de bonnes décisions.

S.T.O.P.

Stopper. Rester sur place! Ne pas paniquer. Souvent, les personnes perdues gaspillent une énergie précieuse et risquent des blessures en cédant à la panique – c'est-à-dire en courant sans but, en continuant à se déplacer après la tombée du jour, en marchant en cercle. Si une personne perdue décide de se déplacer en tentant de trouver son emplacement, la plupart du temps, elle se perd davantage, augmentant la distance entre les points connus de son parcours. Ce déplacement fait seulement augmenter la grandeur de la zone de recherche, et par le fait même le temps que prend une équipe de sauvetage pour localiser un individu. Tant et aussi longtemps qu'il n'y a pas de danger immédiat, rester à un endroit.

Traiter. Réfléchir aux dangers immédiats et futurs et aux facteurs qui s'appliquent à la situation. Tenir compte de la période de la journée, sa condition physique personnelle et la dernière fois qu'on a consommé de l'eau ou de la nourriture. Essayer d'énumérer les options qui vous sont disponibles.

Observer. Observer et écouter pour les signaux des sauveteurs. Étudier l'environnement immédiat, déterminer les conditions météorologiques, le terrain et les ressources disponibles. Chercher à proximité immédiate pour un emplacement d'abri, de l'eau potable et des indices sur l'emplacement actuel.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Planifier. Planifier le meilleur plan d'action – peut être que la noirceur s'en vient et il faut envisager de monter un abri, trouver de l'eau ou allumer un feu. Inclure comment signaler aux sauveteurs dans le plan.



Une fois que l'acronyme S.T.O.P. est compris, demander encore les questions suivantes par rapport à l'article de Cadence à l'annexe A.

- Comment la cadette Stephanie Leger s'est-elle perdue?
- Quelle mesure a-t-elle prise en acceptant le fait qu'elle était perdue?

Les cadets doivent avoir maintenant une meilleure compréhension de ce que la cadette Leger a vécu et les mesures qu'elle a prises. Les réponses prévues sont énumérées ci-dessous.

- Elle s'était éloignée de son emplacement et, en conséquence, à l'approche de la nuit, elle était incapable de trouver son site de campement.
- Quand elle a réalisé qu'elle était perdue, elle a suivi l'acronyme « S.T.O.P » – Stopper, Traiter, Observer, Planifier.

Utiliser leurs nouvelles réponses et faire le rapprochement avec les réponses précédentes. Souligner encore une fois l'importance de considérer l'acronyme « S.T.O.P. » comme première mesure à prendre lorsqu'on est perdu.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

Q1. Quand une personne est perdue, à quel moment les plus grandes erreurs surviennent-elles?

Q2. Que signifie l'acronyme S.T.O.P.?

Q3. Qu'est-ce qu'une personne doit observer?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Les plus grandes erreurs surviennent dans les 30 premières minutes qu'on se perd.

R2. Stopper, traiter, observer et planifier.

R3. Lorsqu'il est perdu, un cadet doit observer l'environnement immédiat, les conditions météorologiques, le terrain et les ressources disponibles. Chercher un emplacement pour un abri, de l'eau potable et des indices sur l'emplacement actuel.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 2 **Discuter comment contrôler la peur et la panique quand on est perdu**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif



Plusieurs cadets auront peur de divers éléments. Saisir l'occasion dans ce PE pour découvrir certaines des peurs des cadets.

(1) Commencer ce PE en dévoilant aux cadets une peur personnelle (p. ex. les hauteurs). Cela vise à ouvrir le dialogue et encourage les cadets à répondre aux questions suivantes.

(2) Demander aux cadets de révéler certaines de leurs peurs (elles peuvent être de tout genre) et les inscrire sur un tableau de papier ou un tableau à craie ou un tableau blanc.

(3) Classer leurs peurs dans des groupes semblables.

Il est normal et nécessaire de ressentir de la peur. C'est de cette façon que la nature donne à une personne un regain d'énergie ou d'adrénaline. La peur est une réaction très normale pour les gens qui font face à une urgence qui menace leur vie.



Avec l'information ci-dessous, discuter comment les effets de la peur et de la panique peuvent affecter une personne.

EFFETS DE LA PEUR ET DE LA PANIQUE

Comment les individus réagissent à la peur dépend plus de leur l'état d'esprit que de la situation. Dans toute situation de stress, imprévue ou menaçante, la peur peut dominer la pensée rationnelle et peut ruiner les chances de survie. La peur peut aussi améliorer les chances de survie. Étant donné que quelque chose peut habituellement être fait pour améliorer toute situation, accepter la peur comme une réaction naturelle à une situation de stress, peut mener à un comportement constructif et peut augmenter les chances de survie.



Avec l'information ci-dessous, discuter comment la sensation de désespoir contribue à la peur.

FACTEURS QUI CONTRIBUENT À LA PEUR

La sensation d'impuissance et de désespoir sont des facteurs qui contribuent à la sensation de peur. On doit reconnaître et accepter la peur, et si possible, l'utiliser à son avantage en canalisant l'adrénaline sur les tâches immédiates. Les effets de la peur peuvent être combattus en identifiant chaque facteur, la comprendre et la gérer.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Avec l'information ci-dessous, discuter de chaque catégorie de la peur et demander aux cadets de quelles façons ils peuvent personnellement se voir gérer et surmonter chaque peur.

GÉRER LA PEUR

Il y a plusieurs peurs communes qui surviennent quand on se perd en campagne. Aborder et comprendre ces peurs peuvent aider à survivre pendant une période prolongée lorsqu'on est perdu. La liste ci-dessous explique comment gérer chaque peur.

Peur de l'inconnu. Que peut-il bien y avoir à cet endroit? Que m'arrivera-t-il? Est-ce sécuritaire? En acceptant cette peur comme étant normale, on peut rester calme et commencer à répondre à chaque question. Ne pas se critiquer pour avoir des pensées critiques ou négatives, juste se concentrer à résoudre chaque question ou problème de façon calme et confiante.

Peur de ses faiblesses personnelles. Cela mène à une attitude négative et favorise un comportement d'abandon. Tout le monde peut faire quelque chose, peu importe la gravité de la situation. Avoir confiance à l'équipement qu'on peut transporter et à ses compétences de l'utiliser. Comparer la situation actuelle à des situations semblables apprises dans le passé pour les surmonter.

Peur de l'inconfort. Cela amène les gens à continuer dans une mauvaise tempête pour essayer de retourner à la sécurité d'un camp de base où il y a beaucoup de nourriture et de chaleur, plutôt que de s'arrêter et de construire un abri d'urgence sécuritaire pour la nuit, malgré l'inconfort, avant qu'ils ne soient trempés, exténués, affamés et hypothermiques.

Peur d'être seul. Même l'indépendant peut sentir les effets de la solitude à moins que des mesures soient prises pour s'adapter et gérer l'isolation. Avoir beaucoup d'imagination et un sens de l'humour peuvent aider.

Peur de la noirceur et des animaux. Les gens avec des phobies peuvent facilement imaginer leur pire cauchemar se réaliser, tout particulièrement dans une situation de survie stressante. Une fois de plus, aborder chaque peur avec un plan d'action et une compréhension de cette peur dans le contexte de l'ensemble de la situation.

Peur de la souffrance et de la mort. Ce peut être le meilleur allié dans une situation de survie. Garder à l'esprit qu'on doit agir pour survivre. En acceptant cette possibilité, et en ne s'attardant pas sur le sujet, les gens peuvent déterminer si leurs plans leur assurent une certaine sécurité dans pareille situation. Avoir confiance aux capacités des sauveteurs pour localiser une personne.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

Q1. Comment la peur affecte-t-elle un cadet lorsqu'il est perdu?

Q2. Quels sont les facteurs qui contribuent à la peur?

Q3. Comment est-ce que la peur et l'inconfort affectent les cadets?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. La peur peut dominer la pensée rationnelle et peut nuire aux chances de survie. Elle peut aussi les améliorer.

R2. L'impuissance et le sens du désespoir contribuent à la peur.

R3. Cela amène les gens à continuer dans une mauvaise tempête pour essayer de retourner à la sécurité d'un camp de base, plutôt que de s'arrêter et de construire un abri sécuritaire pour se reposer.

Point d'enseignement 3 **Identifier les cinq éléments de la survie**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif



L'instructeur doit présenter ce PE comme les cinq éléments de survie et relier l'information à l'enseignement de la matière que les cadets recevront dans des leçons futures (p. ex. identifier des abris d'urgence, allumer des feux et cuire des aliments).

CINQ ÉLÉMENTS DE SURVIE

Après avoir réalisé avec succès les mesures à prendre de « S.T.O.P. » et reconnaître une situation de survie, la personne perdue doit faire l'inventaire de la nourriture et de l'équipement en main et commencer à mettre en oeuvre les cinq éléments de survie. Ces éléments sont énumérés en ordre de priorité.

1. **Attitude.** Maintenir une attitude positive est essentiel. On peut survivre en restant calme, en utilisant les ressources disponibles et en priorisant les besoins personnels.

2. **Abri.** Un abri est conçu pour protéger contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protéger une personne contre les températures chaudes ou froides. L'hypothermie et l'hyperthermie sont deux des plus grands dangers dans une situation de survie. Un abri approprié peut aider à empêcher ces conditions de survenir. Dans un milieu désertique, par exemple le but est de rester sous un abri protégé des effets du soleil. Dans des situations de temps froid, l'abri procure de l'isolation.

3. **L'eau.** L'eau est le nutriment essentiel aux humains. Même si la soif n'est pas extrême, elle peut amortir l'esprit. Le manque d'eau diminuera lentement la capacité de survivre. Avec un abri approprié et suffisamment d'eau, on peut survivre des semaines.

4. **Feu.** Dans une situation de survie, le feu procure de la chaleur et de la lumière et des signaux pour les sauveteurs. Le temps froid ne réduit non seulement la capacité de penser, mais il a aussi tendance à diminuer la motivation à faire quelque chose. Même une baisse de quelques degrés de la température du corps peut affecter la capacité de prendre des décisions raisonnables.

5. **Nourriture.** Les personnes en bonne condition physique peuvent fonctionner pendant plusieurs jours ou même des semaines sans nourriture. Le but d'une personne dans une situation de survie en milieu sauvage est d'être retrouvée dans le plus court délai possible, parce que dans la plupart des cas, une personne est retrouvée bien avant que la nourriture devienne une question de survie. Cependant, il est toujours important de se préparer pour le pire et trouver les moyens pour alimenter le corps de substances, comme des baies, du poisson, des animaux, des oiseaux, etc.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS

Q1. Quels sont les cinq éléments de survie?

Q2. Quel est l'unique nutriment essentiel que le corps a besoin pour fonctionner?

Q3. Qu'est-ce qu'un abri procure?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'attitude, l'abri, l'eau, le feu et la nourriture.

R2. L'eau.

R3. L'abri procure une protection contre les intempéries, et selon les conditions météorologiques, protège une personne contre les températures chaudes ou froides.

Point d'enseignement 4 **Élaborer un plan**

Durée : 20 min Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de demander aux cadets de mettre en œuvre les mesures à prendre lorsqu'ils sont perdus selon une mise en situation donnée.

RESSOURCES

- Des stylos et des crayons (un par cadet).
- Marqueurs de tableau de papier (un par groupe).
- Feuilles pour tableau de papier (une feuille par groupe),

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Les groupes devraient être espacés les uns des autres pour décourager les distractions entre les groupes.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en groupes d'au plus quatre personnes.

2. Donner une feuille de tableau de papier et un marqueur à chaque groupe.

3. Présenter une mise en situation ou en assigner une différente à chaque groupe et accorder 10 minutes aux cadets pour utiliser l'acronyme le « S.T.O.P. » en fonction d'une mise en situation donnée.

4. Accorder deux minutes à chaque groupe pour présenter son plan aux autres groupes.

5. Après que les groupes ont terminé leur présentation, l'instructeur doit donner ses commentaires sur la mise en situation. Les commentaires doivent résumer qu'essayer chaque voie peut amener un cadet à se perdre davantage. L'application des mesures « S.T.O.P. » augmente les chances que le cadet soit retrouvé en temps opportun.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Cadet perdu (Mise en situation A)

Votre unité de cadets participe à un EEC – bivouac – lors d'une fin de semaine où il faut faire un parcours en randonnée montagne. Pendant la dernière étape de la randonnée en montagne, vos lacets se détachent et vous arrêtez pour les attacher et le groupe continue en prenant une courbe dans le sentier. Vous prenez plus de temps qu'à l'habitude. En assumant que le groupe a continué sur le même sentier, vous prenez votre temps en profitant du temps seul sur le sentier. Après la courbe, le sentier donne sur une petite clairière qui se divise en quatre différents parcours. Inquiet que vous serez dans le pétrin pour avoir laissé le groupe, vous décidez d'essayer un des parcours et vous vous dépêchez pour les rattraper.

Plus vous avancez sur le sentier, vous réalisez que ce n'est pas le bon chemin. La randonnée en montagne a commencé tard l'après-midi et vous réalisez que le soleil commence à baisser dans le ciel. Vous avez voyagé rapidement sur ce sentier pour une courte période de temps, quand vous réalisez que vous avez pris le mauvais sentier. Vous réévaluez votre emplacement et vous vous rendez compte que vous avez fait une erreur à la clairière. Vous retournez sur le sentier vers la clairière en espérant que quelqu'un est revenu vers vous. Une fois arrivée à la clairière, il n'y a personne qui vous attend. La noirceur est proche et il y a trois sentiers, un d'eux mène au site de campement.

Vous êtes perdu, que devrez-vous faire?

Cadet perdu (Mise en situation B)

Les cadets d'étoile d'argent et d'étoile d'or, de votre unité de cadets, viennent de terminer une longue randonnée en montagne de trois jours. La randonnée en montagne consistait en plus de 30 kilomètres et tout le monde se repose maintenant au point de rendez-vous en attendant l'arrivée de l'autobus qui ramènera tous les cadets à l'unité d'appartenance. C'est le milieu de l'après-midi et plusieurs des cadets se décontractent, et reposent leurs corps endoloris et exténués. L'adjudant a pour tâche de surveiller tous les cadets et établir les limites à l'intérieur desquelles les cadets doivent rester.

Quand l'autobus arrive, plusieurs des cadets ont hâte de charger l'équipement et d'embarquer dans l'autobus en prévision de retourner à la maison. Après que l'autobus est chargé, l'adjudant fait un compte rapide confirmant que tous les cadets sont dans l'autobus.

Quand on a dit aux cadets qu'ils pouvaient aller se reposer en attendant l'arrivée de l'autobus, vous avez décidé d'aller faire une petite sieste. En vous dirigeant au bord de la clairière, vous avez vu des buissons contre lesquels vous avez appuyé votre sac. En l'utilisant comme appui-dos, vous vous êtes rapidement endormi. Au fil du temps, vous vous êtes réveillé et vous vous êtes dirigé vers la zone d'attente. En allant des buissons vers la clairière, vous êtes étonné de ne voir personne là.

Le choc d'être seul est une pensée inquiétante. Votre instinct initial est de partir; toutefois, vous n'avez aucune idée où vous êtes et vous n'êtes pas familier avec le chemin que l'autobus a pris. On vous a amené à 30 kilomètres plus loin et vous avez marché jusqu'ici, ce qui veut dire trois jours de marche.

Que devez-vous faire?

Cadet perdu (Mise en situation C)

Il est tôt en septembre et votre unité de cadets a commencé à s'entraîner en vue d'une compétition de course d'orientation qui aura lieu tard en octobre. Vous êtes nouveau à la course d'orientation, cependant, après avoir participé à quelques courses d'orientation pendant l'instruction d'été et quelques pratiques précédentes avec votre unité de cadets, vous vous sentez à l'aise avec vos compétences de lecture de carte.

L'entraîneur de course d'orientation reconnaît l'amélioration de votre compétence et décide de vous avancer au niveau d'instruction intermédiaire pour cette pratique. En chemin sur le parcours, vous réalisez que cette pratique vous sera plus difficile que celles des précédentes courses d'orientation. Sur les itinéraires que vous avez choisis, vous trouvez que les marqueurs sont placés dans des endroits plus difficiles et le terrain que l'itinéraire sillonne est plus difficile à évaluer.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

En cours de route à votre quatrième poste de contrôle, vous sortez du sentier et vous vous trouvez devant une petite rivière que vous devez franchir, le sentier semble continuer sur l'autre côté. La rivière semble être plutôt profonde. Vous décidez de longer le bord pour trouver un endroit peu profond pour traverser. Après avoir traversé, vous essayez de localiser le sentier que vous avez vu pour continuer dans la bonne direction. Vous marchez près de la rivière pendant un certain temps avant de trouver le sentier, vous pensez être sur le bon itinéraire.

En continuant dans la même direction, vous avez le sentiment que vous êtes rendu trop loin, toutefois, vous continuez à aller encore plus loin. Après une période de temps, vous réalisez que vous n'êtes pas du tout dans la région où vous devez être – vous devez avoir pris le mauvais sentier à la rivière. La végétation a changé et ne correspond pas à ce que vous avez vu sur la carte. En arrêtant et en vérifiant les environs, vous réalisez que vous n'avez aucune idée où vous êtes ou jusqu'où vous avez marché. Vous êtes perdu.

Que devez-vous faire?

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité du PE4 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Avoir une compréhension des mesures immédiates à prendre lorsqu'on est perdu et de les mettre en oeuvre aideront les cadets à augmenter leurs chances de survie.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival : The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON: Paul Tawrell.

C2-016 (ISBN 0-517-88783-5) Curtis, R. (1998). *The Backpacker's Field Manual : A Comprehensive Guide to Mastering Backcountry Skills*. New York, NY: Three Rivers Press.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

ARTICLE DE LA REVUE CADENCE

Cadence • Numéro 4 • Hiver • 2001

Forum

Idées novatrices, pratiques exemplaires et leçons retenues



Le C/sgt Stephanie Leger a appris beaucoup plus qu'elle ne l'aurait espéré durant son cours d'instructeur de survie.

ELLE AVAIT APERÇU LES HÉLICOPTÈRES; ELLE A CEPENDANT PENSÉ QU'ON NE POUVAIT LA VOIR ÉTANT DONNÉ QU'ELLE PORTAIT LA TENUE DE COMBAT.

PERDUE ET RETROUVÉE

par le capt Jon MacDonald

Le C/sgt Stephanie Leger a appris beaucoup plus qu'elle ne l'aurait espéré durant son cours d'instructeur de survie d'une durée de six semaines au Centre d'instruction d'été des cadets de l'Air de Greenwood (N.-É.), l'été dernier. Le mouvement des cadets aussi.

Le cadet, qui fait partie depuis quatre ans de l'Escadron 101 des cadets de l'Air de Moncton, s'est égarée durant 23 heures lors de son exercice en solitaire à Cloud Lake (N.-É.). Mais l'histoire finit bien. Et tous en ont tiré des leçons.

La journée de son exercice en solitaire, le cadet Leger n'est pas revenue au campement à la fin de la journée. Après quelques heures de recherches, le personnel a avisé les autorités et plus tard, ses parents. C'est un appel qu'aucun parent ne veut recevoir. La fille de 16 ans des Leger était disparue depuis 14 heures.

La mère du cadet Leger, Bernice, a immédiatement pris l'avion pour Greenwood. Le Centre d'instruction avait mis à sa disposition un camion avec conducteur, une chambre et un aumônier. M^me^ Leger a été informée de la situation et, à sa demande, a été transportée à Cloud Lake, où on effectuait les recherches. Elle a été étonnée de constater qu'environ 200 personnes participaient aux recherches, y compris du personnel du Centre d'instruction, la GRC, la 14^e^ Escadre Greenwood, l'Organisation des mesures d'urgence et des équipes de recherche et sauvetage au sol de l'ensemble de la province. Des hélicoptères de la 14^e^ Escadre et du ministère des Ressources naturelles étaient sur place, ainsi que plusieurs chiens de piste.

On a retrouvé le cadet Leger à la fin de l'après-midi, en bonne santé mentale et physique. Elle a dit aux chercheurs qu'elle s'était éloignée de son emplacement et n'avait pu le retrouver par après, car il commençait à faire nuit. Lorsqu'elle a réalisé qu'elle était perdue, elle est demeurée où elle était jusqu'à ce qu'on la trouve. Après des retrouvailles heureuses et remplies d'émotion avec sa mère, du personnel infirmier l'a examinée, puis elle a été examinée de nouveau plus tard à l'hôpital local.

Nous avons tiré des leçons valables de l'incident. Le cadet Leger a mentionné par après qu'elle avait aperçu les hélicoptères; elle a cependant pensé qu'on ne pouvait la voir étant donné qu'elle portait la tenue de combat. Nous n'avions pas songé au fait que la tenue de combat est conçue pour se camoufler dans les buissons. Compte tenu du fait que la tenue de combat est pratique pour le



Le cadet Leger embrasse sa mère après sa rude épreuve.

MacDonald, J., « Lost and Found ». Cadence : The Leadership Magazine of the Canadian Cadet Movement, Issue 13 (p. 36-37)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

cours, le C/sgt Leger a proposé que les cadets soient munis d'un objet réfléchissant ou coloré, très utile en cas d'urgence.

Les chercheurs ont trouvé le cadet Leger parce qu'elle a utilisé le sifflet de sécurité qu'on lui avait remis. Il existe cependant des sifflets à plus grande portée; on songe à les utiliser dorénavant.

De même, les procédures et le matériel de communication à Cloud Lake n'étaient pas adéquats pour procéder aux manœuvres intensives de recherche. On procède aussi à l'analyse de cette situation.

Certaines des meilleures leçons apprises proviennent du C/sgt Leger elle-même. Elle a vécu une expérience que peu de personnes vivent, et nous pouvons tirer profit de ce qu'elle a à nous raconter. « Lorsque vous réalisez que vous êtes perdu, la première chose à faire est de vous arrêter et de vous asseoir, d'observer les environs et de planifier ce dont vous aurez besoin comme un abri, du feu, de la nourriture, etc., explique-t-elle. C'est exactement ce que j'ai fait. La partie la plus difficile de l'épreuve a été de ne pas me laisser envahir par la peur, spécialement durant la nuit. Un bon moyen de demeurer calme la nuit, c'est de dormir. Vous devez vous répéter que quelqu'un vous trouvera, peut-être pas aujourd'hui ou demain, mais éventuellement. »

« LA PARTIE LA PLUS DIFFICILE DE L'ÉPREUVE A ÉTÉ DE NE PAS ME LAISSER ENVAHIR PAR LA PEUR, SPÉCIALEMENT DURANT LA NUIT. »

Elle croit que quand vous êtes perdu dans le bois, seul avec vos pensées, vous devez les utiliser à votre avantage. « Le pouvoir de votre esprit est surprenant. Si vous pensez à toutes les choses horribles qui peuvent se produire, vous n'arriverez à rien de bon. Si vous avez faim, convainquez-vous que vous n'avez pas faim! Trouvez le moyen de rire! Parlez aux rochers, aux arbres… n'importe quoi. J'ai eu la chance de faire la conversation avec un écureuil! Je lui ai dit que nous pouvions être amis pour l'instant mais que si je ne trouvais pas de quoi manger d'ici quelques jours, je devrais le bouffer. Pendant ce temps, vous arrivez presque à oublier que vous êtes perdu. Même si cela ne dure qu'une seconde, ça aide vraiment beaucoup. »

L'incident a aussi confirmé que notre instruction est utile. « Le cadet Leger a agi calmement et s'est servie de sa formation pour se mettre en lieu sûr cette nuit-là », relate le maj Ken Mayo, instructeur en chef à Cloud Lake. « Elle a gardé son calme tout au long de l'épreuve et est demeurée dans le secteur où elle se trouvait lorsqu'elle a constaté qu'elle était perdue. La formation que nous offrons à nos cadets est efficace et utile dans des situations réelles. »

Le C/sgt Leger abonde dans le même sens : « L'issue aurait pu être pire, mais ce ne fut pas le cas – tout ceci grâce à la formation que j'ai reçue avant cet exercice. Je recommande fortement ce cours à tous les cadets. »

Le C/sgt Leger et ses parents remercient ceux qui ont participé aux recherches. Ils croient qu'un travail d'équipe exemplaire a permis l'heureux dénouement. « Nul ne saura jamais la joie que j'ai éprouvée lorsqu'ils m'ont retrouvée », relate-t-elle.

Le cadet Leger est demeurée à Cloud Lake pour compléter son cours. Ses parents approuvaient son choix. Deux jours plus tard, son frère cadet participait au cours de formation en éducation physique et loisirs d'une durée de trois semaines. Comme le dit Mme Leger, « la vie reprend son cours ».

– Le capt MacDonald est officier des affaires publiques de la région de l'Atlantique.

« SI VOUS AVEZ FAIM, CONVAINQUEZ-VOUS QUE VOUS N'AVEZ PAS FAIM! TROUVEZ LE MOYEN DE RIRE! PARLEZ AUX ROCHERS, AUX ARBRES… N'IMPORTE QUOI. »



MacDonald, J., « Lost and Found ». Cadence : The Leadership Magazine of the Canadian Cadet Movement, Issue 13 (p. 36-37)

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.