

Préparation au départ

Guide de sécurité de l'étudiant

Ce guide est un outil dans le cadre de la préparation au départ en vue de la réalisation d'un stage par les étudiants de la CRf.

Il n'est cependant pas exhaustif et l'étudiant(e) devra également s'informer sur tous les aspects pratiques n'ayant pas été évoqués ici.



Croix-Rouge française

98, rue Didot - 75694 Paris Cedex 14
Tél. : 01 44 43 11 00 - Fax : 01 44 43 11 01

www.croix-rouge.fr

«**Check-list sécurité**» pour la préparation d'un stage à l'étranger

■ Validation du pays de destination par la DROI

Echange entre la DROI et la DFO

La Direction des relations et des opérations internationales (DROI) est en charge de la gestion courante, notamment opérationnelle et technique, des activités internationales.

La Direction de la formation (DFO) coordonne les activités des instituts régionaux de formation socio-sanitaire de la Croix-Rouge française. Cette direction est sollicitée à l'international d'un point de vue technique pour la mise en place de projets spécifiques de formation paramédicale ou sociale.

■ Préparation au départ

Les objectifs décrits ci-après ont pour but de :

- ▶ Sensibiliser les personnes aux impératifs et impondérables d'un stage à l'international, en leur fournissant conseils et informations pour faciliter un déplacement sur le terrain et notamment en zone tropicale.
- ▶ Eveiller le bon sens.
- ▶ Informer des préparatifs nécessaires et préalables au départ en mission à moyen et court terme.
- ▶ Préciser que le départ se fait dans le cadre d'un stage et non un cadre « loisirs », ce qui entraîne de fait des obligations, notamment de comportement.
- ▶ Présenter les risques inhérents à un stage à l'international et vérifier leur compréhension.

■ Formation « Stay Safe »

E-learning sur la plate-forme d'apprentissage de la FICR

La formation «Stay safe» est destinée à tout le personnel de la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, y compris les bénévoles.

Dans le cadre de la proposition de stage à l'international organisé par la DROI et la DFO, le dispositif de formation Stay Safe « Assurer sa sécurité » doit être suivi et validé par les étudiants avant leur départ.

Le but du cours est de fournir une préparation de sécurité de base. Bien que spécifique au Mouvement Croix-Rouge/ Croissant-Rouge, ce cours contient des informations de sécurité bénéfiques aux étudiants qui seront en stage à l'étranger.

La réussite de la formation est validée par un test final certifié. (Cf. page 14)

■ Visite médicale avant le départ

La visite médicale est indispensable pour préciser l'aptitude d'une personne à se rendre sur le terrain et notamment dans les zones géographiques difficiles. Elle peut s'accompagner d'un ensemble d'examen complémentaires.

<http://www.mfe.org/index.php/Thematiques/Sante>.

Cette visite est fortement recommandée avec un certificat médical.

■ Code de conduite

Lecture et validation

Le code de conduite a pour vocation de fixer les règles de comportement que toute personne, partant dans un cadre organisé par la Croix-Rouge française, est tenue d'observer. Il doit être lu et signé avant le départ.

■ Information à la sécurité sociale

Prendre contact

Avant chaque départ, il est impératif de prévenir sa caisse d'assurance maladie de la durée et du lieu de stage.

■ Assurance rapatriement

Souscrire un contrat pour l'occasion

Chaque personne qui se déplace à l'étranger doit souscrire une assurance rapatriement sanitaire. Dans le cadre d'un stage, le contrat de la Croix-Rouge française n'est pas engagé. Savez-vous que le contrat de votre carte bancaire garantit certaines assurances lors de vos voyages ?

Sommaire

Introduction	4	Désintégration des structures de l'État	9
Préparation du voyages	6	Organisation de l'aide humanitaire	9
Compagnies aériennes	6	Concurrence et absence de code de conduite.....	9
Situation sociopolitique.....	6	Dimension culturelle	9
Formalités sanitaires	6	Ménager les susceptibilités	9
Portail Ariane.	6	La santé sur le terrain	10
Bagage de cabine.	6	Quels sont les risques sanitaires ?	10
Cadre de sécurité	7	Avant un stage à l'international avec la CRf	10
Sécurité dans les aéroports.....	7	Vaccination	10
Taxis	7	Pendant un stage à l'international avec la CRf	11
Identification.....	7	Hygiène.....	11
Information	7	Alimentation	11
Règles de sécurités.....	8	Eau	11
Comportement	8	Exposition au soleil.....	12
Sécurité des personnes	8	Baignade.....	12
Mieux connaître la sécurité.....	8	Maladies sexuellement transmissibles.....	12
Nature du conflit armé.....	8	Trousse de secours.....	12
Implication des bénéficiaires dans le conflit.....	8	Animaux et insectes	13
Pauvreté urbaine et criminalité	8	Paludisme	13
Catastrophes naturelles	9	Dengue	13
		Morsure de serpent	14
		Après un stage à l'international avec la CRf	14

Introduction

Dans le cadre d'un déplacement à l'étranger, **les personnes doivent faire preuve de vigilance** afin de préserver leur sécurité. La vigilance commence par les précautions que l'on prend systématiquement pour se protéger dans la vie quotidienne : attacher sa ceinture de sécurité, mettre un gilet de sauvetage, fermer la porte à clé, etc.

Cependant il convient de s'adapter à l'environnement lorsque les missions de la Croix-Rouge française à l'étranger se déroulent dans des conditions de sécurité difficiles.

La personne doit être consciente qu'elle peut être exposée à certains risques (accident, maladie, vol, agression...) inhérents aux différents milieux dans lesquels elle devra évoluer. **Il n'y a pas de risque zéro.**

Afin de réduire ces risques, la CRf, ainsi que le Mouvement CR/CR dans sa globalité, ont établi des principes, des règles et des procédures afin de permettre à leurs employés à l'étranger d'agir dans l'environnement le plus sûr possible.

Quelques définitions :

Sécurité :

Situation ou état dans lesquels le risque pour la CRf (son personnel, ses biens) de subir un incident est jugé acceptable pour le déroulement du stage.

Insécurité :

Situation ou état dans lesquels le risque de subir un incident est élevé

Menace :

Acte ou danger potentiels pouvant porter atteinte à l'intégrité des personnes ou générer des dommages aux biens.

Vulnérabilité :

Degré d'exposition à une menace. Elle peut dépendre de la personne (genre, nationalité...), de son rôle (responsabilité, représentation, profil), du lieu et de l'impact du programme.

Risque :

Probabilité d'être confronté à une menace

Danger :

Situation dans laquelle on est directement menacé à court terme.

Prévention:

Adaptation du comportement ou mesure de protection visant à réduire la vulnérabilité face à une menace. Elle pourrait aussi consister, de façon exceptionnelle, à chercher à dissuader des éventuels agresseurs.

Incident :

Évènement susceptible d'entraîner des conséquences négatives sur la santé d'une personne ou l'état d'un bien. Un incident est considéré comme mineur, lorsqu'il concerne le vol d'un bien individuel sans violence.

Crise :

Aggravation progressive ou subite d'une situation, pouvant éventuellement déboucher sur un état d'insécurité plus ou moins élevé. Une crise sera qualifiée (mineure, signifiante, majeure) suivant son impact sur le déroulement de la mission et le risque de subir un incident grave.

Cellule de crise :

Désignation de plusieurs personnes avec des tâches réparties entre elles, devant être joignables de façon permanente, communiquant entre elles, et concentrant leur activité uniquement sur le traitement de la crise.

Accident :

Évènement négatif résultant d'un dysfonctionnement matériel, humain ou procédural interne à la CRf.

Risque = Menace x Vulnérabilité

Il faut régulièrement **faire le point sur ce qui peut constituer une menace pour notre sécurité et nous adapter rapidement à la nouvelle situation**. Être vigilant, c'est aussi prévoir les problèmes et les éviter, c'est-à-dire repérer tout ce qui risque de vous blesser, vous-même ou vos collègues.

Les étudiants des instituts de formation de la CRf sont amenés, dans le cadre de leur projet d'étude, à intégrer des terrains de stage à l'international dans des régions où le contexte politique et social complexe et instable peut avoir des conséquences sur le déroulement de leur stage.

Les risques encourus par ceux qui se trouvent sur le terrain étant généralement plus élevés, il est important de promouvoir une grande vigilance pour préserver la sécurité des étudiants de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge dans son ensemble.

Bien que les risques varient d'un pays à l'autre, il faut savoir qu'un incident peut se produire dans toutes les zones où des stages sont proposés.

Il est inquiétant de constater que, partout dans le monde, le personnel en mission à l'international doit faire face à des dangers toujours plus nombreux et plus divers dans ses activités quotidiennes et qu'il est, de ce fait, plus vulnérable.

Dans l'accomplissement de ses missions, le personnel de la Croix-Rouge française doit toujours se conformer aux règles essentielles de sécurité et agir de façon appropriée en toutes circonstances. Il en est de même pour les étudiants de la CRf.

Pour préserver sa sécurité sur le terrain, il est capital de bien savoir à quels types de situations chacun peut être confronté et comment se comporter pour réduire au minimum les risques pour sa propre sécurité et celle de ses collègues.

Voici quelques informations ci-après, pour mettre en place et maintenir un cadre de sécurité efficace et adapté au contexte, partout où un stage peut se faire dans le monde.



Source : informations issues du guide de la Fédération pour la sécurité en mission et du manuel des opérations internationales de la

CRf:

5

Préparation des voyages



Vous trouverez ci-après quelques conseils pour vous aider à mieux préparer un voyage ou lorsque vous vous apprêtez à quitter votre pays pour une mission sur le terrain.



Vérification de la sûreté des compagnies aériennes empruntées. Liste noire établie par la Commission européenne :

http://ec.europa.eu/transport/air-ban/list_fr.htm

Avant de partir, **documentez-vous sur la situation sociopolitique**, la situation sanitaire, le climat, etc. de la région ou du pays dans lequel vous vous rendez afin d'être bien informé à votre arrivée. Consultez le site du Ministère des Affaires Etrangères pour vous informer sur la situation actuelle du pays.

<http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/>

Assurez-vous d'avoir bien compris toutes les formalités sanitaires à accomplir dans la région ou le pays où vous allez travailler et dans la région environnante.

Sachez quelles sont les modalités du voyage (qui vous attend à l'arrivée, numéros des personnes à contacter).

Une fois arrivé, prenez rapidement connaissance de la situation sur le terrain.



Faites-vous enregistrer à l'ambassade de votre pays.

Ainsi, vous recevrez ses informations sur la sécurité et serez tenu informé de toute menace ou de tout problème qui pourrait survenir dans le pays en rapport avec votre nationalité.

Inscrivez-vous sur le **portail Ariane** pour être contacté par le Centre de crise du Ministère des Affaires Etrangères dans l'hypothèse où des opérations de secours seraient organisées.



<https://pastel.diplomatie.gouv.fr/fildariane/flux/protected/frameset/index.html>

Cette action est fortement recommandée

Souvenez-vous cependant que vous devez toujours suivre les instructions de la Croix-Rouge française même si, parfois, elles sont en contradiction avec celles données par votre ambassade.

Bagage cabine

Ayez toujours une tenue de rechange dans votre bagage à main pour le cas où vos bagages de soute se perdraient ou tarderaient à vous être remis. Rangez vos médicaments, vos objets de valeur, vos affaires importantes, votre matériel ou vos documents indispensables dans votre bagage de cabine :

- ▶ Passeport avec les visas appropriés,
- ▶ Permis de conduire,
- ▶ Renseignements financiers (ex. : numéros des cartes de crédit et numéros à appeler pour faire opposition, codes d'accès bancaire...),
- ▶ Coordonnées des contacts.

Sécurité dans les aéroports

La présente section porte sur les aéroports, mais s'applique aussi aux ports et à tout point de franchissement d'une frontière.

Partout dans le monde, les aéroports sont des terrains de chasse pour les malfaiteurs et il faut les considérer comme des zones à risque, surtout en ce qui concerne la petite délinquance. Vous devez par conséquent être particulièrement vigilant lorsque vous vous trouvez dans un aéroport. Votre vulnérabilité peut être accrue du fait que vous vous y trouvez pour la première fois : vous êtes tendu à cause du voyage, vous êtes fatigué ou vous souffrez du décalage horaire après de longues heures de vol.

Un aéroport peut aussi donner une fausse impression de sécurité en raison de l'affluence qui y règne, de l'abondance de lumière et de la présence de nombreux agents de sécurité.

Cadre de sécurité

Voici quelques conseils à retenir pour votre sécurité

Aéroports

- ▶ **Faites comme** si vous connaissiez l'aéroport et montrez de l'assurance, n'ayez pas l'air perdu ou désorienté.
- ▶ Ne laissez pas vos bagages sans surveillance.
- ▶ Ne posez pas vos documents de voyage sur le chariot à bagages: conservez-les sur vous.
- ▶ **Gardez vos bagages en vue** lorsque vous êtes assis à une table et ne les placez pas à un endroit où quelqu'un pourrait profiter d'un moment d'inattention de votre part pour s'en emparer. Si vous avez un sac à côté de vous, passez votre pied dans la bandoulière.
- ▶ Si l'alarme se déclenche lorsque vous passez sous le détecteur de métaux, ne perdez pas de vue vos bagages sur le tapis d'inspection aux rayons X pendant que vous êtes contrôlé.
- ▶ **Méfiez-vous des inconnus** qui vous abordent car ils pourraient, par ce moyen, essayer de vous distraire pendant qu'un complice vole certains de vos effets.
- ▶ Méfiez-vous des porteurs non agréés qui proposent de prendre vos bagages.
- ▶ N'acceptez pas de surveiller les bagages d'un inconnu dans une salle d'attente.
- ▶ **N'acceptez pas de mettre dans vos bagages des affaires appartenant à un inconnu.**

Taxis

Lorsque vous serez sur le terrain, vous serez peut-être obligé de faire certains déplacements en taxi. Vous devez vous attendre à des différences avec les taxis de votre pays. Étant donné que votre apparence, votre habillement et le fait de ne pas parler la langue locale laisseront facilement deviner que vous êtes étranger, vous devrez respecter ces quelques consignes :

- ▶ **Évitez les taxis banalisés**, non agréés, assurez-vous que la photo et la licence du chauffeur sont clairement affichées dans le taxi.
- ▶ Évaluez l'état général du véhicule avant de le choisir (présence de rétroviseurs, de freins...).

- ▶ Si vous avez besoin d'un taxi en arrivant dans un endroit nouveau, demandez à la réception de votre lieu d'hébergement, de vous indiquer un exploitant agréé qui soit fiable.
- ▶ Assurez-vous que vous êtes le seul client du taxi et que le chauffeur ne prend pas d'autres clients ; dans certains endroits, cela peut être plus coûteux, mais, le surcoût vous donne une certaine sécurité.
- ▶ Posez toujours les sacs sur le plancher et non sur le siège à côté de vous.
- ▶ Verrouillez les portières pour empêcher d'autres personnes de monter à bord lors d'un arrêt à un feu rouge, par exemple.
- ▶ Assurez-vous, avant de vous installer dans le taxi, que vos bagages ont bien été chargés. Si possible, gardez les dans l'habitacle avec vous.
- ▶ **Accordez-vous sur le prix avec le chauffeur** avant de monter et de charger vos bagages.

Identification

- ▶ Vous devez accepter le fait de vous rendre dans des lieux où la culture et le milieu de travail sont différents des vôtres ou de ceux auxquels vous êtes habitué.
- ▶ **Vous devez accepter la nouvelle culture**, apprendre à connaître le système local de valeurs, de coutumes, de lois et règles de conduite, et vous y conformer dans vos actions.
- ▶ Vous devez accepter la possibilité de travailler dans un environnement difficile.

Information

- ▶ Faites-vous reconnaître en portant toujours votre insigne de la Croix-Rouge et en ayant toujours sur vous votre carte d'identité.
- ▶ **Annoncez à l'avance tout voyage ou déplacement** – surtout dans une zone sensible auprès de toutes les parties concernées.
- ▶ Renseignez-vous sur la région dans laquelle vous travaillez et suivez les événements politiques, sociaux et économiques ainsi que les risques naturels dans le pays et la région.
- ▶ Souvenez-vous que vous devez vous tenir au fait des conditions de sécurité.
- ▶ Recueillez et **faites circuler dans votre équipe toute information sur la sécurité**, et signalez tout incident à votre responsable.

Règles de sécurité

- ▶ Suivez les règles et les consignes de sécurité en vigueur dictées par la société nationale encadrante.
- ▶ **Respectez les consignes de voyage**, les règles de conduite automobile, les restrictions de déplacement et les couvre-feux.
- ▶ Tenez-vous au fait des plans et procédures définis pour les situations d'urgence, l'évacuation sanitaire et l'évacuation provisoire.

Comportement

- ▶ Adoptez un comportement droit, faites preuve d'autodiscipline et respectez la culture locale, ses coutumes, son code vestimentaire et tout autre aspect sensible.
- ▶ **Souvenez-vous que si vous n'avez pas vocation en tant qu'étudiant à représenter la Croix Rouge française, pour autant vous devez respecter le cadre institutionnel de votre institut de formation. Votre comportement en tant qu'étudiant CRF peut avoir des répercussions sur la sécurité des salariés de la CRF.**
- ▶ Restez discret pour ne pas devenir la cible d'actes délictueux et soyez toujours attentif à ce qui vous entoure.
- ▶ Ne prenez pas part à des manifestations politiques ou religieuses.
- ▶ Maintenez-vous en bonne santé physique et psychique et, au besoin, demandez de l'aide.
- ▶ Faites part à votre responsable de toutes vos observations concernant la sécurité.

Sécurité des personnes

Mieux connaître la sécurité

Avant de commencer à analyser votre situation personnelle, vous devez savoir qu'un certain nombre de facteurs contribuent partout à créer de l'insécurité.

La Croix-Rouge et le Croissant-Rouge ont longtemps été des emblèmes reconnus et respectés qui procuraient au personnel une certaine protection. Le droit international humanitaire (DIH) conférait une protection supplémentaire et les parties à un conflit

agissaient dans le cadre du droit des conflits armés. Or, il arrive que des attaques soient perpétrées contre des collaborateurs de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge : **le personnel doit dès lors être bien conscient que l'emblème n'a pas l'effet d'un « gilet pare-balles » et qu'il n'est plus aussi protecteur qu'auparavant.**



Même si vous n'interviendrez jamais dans une zone dangereuse, voici ci-après quelques informations complémentaires.

Nature du conflit armé

De plus en plus souvent, les conflits internes sont menés par des combattants irréguliers (forces rebelles, enfants-soldats, etc.), qui ont une connaissance extrêmement limitée du droit des conflits armés et qui ne s'embarrassent guère, en général, des valeurs humanitaires dans leur tactique. La menace qui pèse sur les humanitaires travaillant dans ces zones de conflit est donc souvent considérable.

Implication des bénéficiaires dans le conflit

Lorsqu'une zone de conflit compte une forte population de réfugiés ou de personnes déplacées, ceux-ci sont souvent encore pris dans le conflit. Des factions peuvent franchir la frontière pour lancer des attaques contre les camps de réfugiés ou pour tenter de recruter de nouveaux combattants. Les bénéficiaires peuvent aussi être attaqués par des protagonistes menant des opérations terroristes pour déstabiliser le pays et renforcer leur position. La Sierra Leone et le Kosovo, dans les années 1990, et, plus récemment, le Darfour, le Soudan et le Tchad en sont des exemples.



Ces situations font peser des menaces sur le personnel de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge qui cherche à secourir ceux qui ont besoin d'aide.

Pauvreté urbaine et criminalité

Dans de nombreuses zones touchées par une catastrophe naturelle ou un conflit, les gens, qui ont souvent tout perdu ou presque, sont amenés à commettre des actes répréhensibles pour subvenir aux besoins de leur famille. Les humanitaires sont souvent considérés comme des nantis d'après les critères de la population locale, et le fait qu'ils soient là pour aider n'empêche pas qu'ils puissent être la cible de tels actes.

Catastrophes naturelles

Le délai de déploiement des secours après une catastrophe naturelle a sensiblement diminué et s'il fallait autrefois plusieurs semaines pour mettre en place une opération, les équipes d'évaluation et de coordination sur le terrain et les Unités d'intervention d'urgence peuvent aujourd'hui être déployées sur place dans les premières heures qui suivent la catastrophe. Il est ainsi fréquent qu'elles se trouvent prises dans une catastrophe qui n'est pas terminée, notamment lorsqu'il y a des répliques d'un séisme, des inondations, etc. La sécurité du personnel est alors très menacée.

Désintégration des structures de l'Etat

Il arrive de plus en plus souvent que l'État perde presque complètement le contrôle de diverses régions du pays et qu'il soit, par conséquent, incapable d'assurer la sécurité élémentaire ou l'approvisionnement en vivres. L'Iraq et l'Afghanistan sont des exemples de telles situations.

Organisation de l'aide humanitaire

Il n'existe pas toujours de cohérence et d'harmonisation de l'aide humanitaire fournie. Certaines organisations agissent, de fait, comme des organes d'exécution de la politique nationale et leurs programmes sont liés aux résultats attendus par certains groupes de bénéficiaires. Elles ne sont donc pas indépendantes. Parfois, les forces armées sont utilisées pour livrer l'aide, et le fait qu'elles transportent des armes un jour et des sacs de vivres le lendemain entretient la confusion et nuit au travail des autres organisations.

Concurrence et absence de code de conduite

Le nombre d'organisations humanitaires a sensiblement augmenté ces dernières années. Beaucoup sont animées de bonnes intentions, **mais n'adhèrent pas nécessairement à un code de conduite. Il arrive que certaines aient des agissements qui nuisent à l'action humanitaire.** Toutes veulent montrer qu'elles aident les bénéficiaires et certaines font des promesses qu'elles ne peuvent pas tenir, ce qui rejaillit sur les autres organisations travaillant dans la même zone d'opération. Il existe aussi parfois une concurrence entre les ONG menant à une atmosphère créatrice de tensions qui ne favorise pas l'organisation de l'aide.

Dimension culturelle

La Fédération Internationale de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge se compose de 190 Sociétés nationales membres représentant pratiquement tous les pays du monde. La nature de l'organisation et le contexte international dans lequel elle opère font que vous serez amené à travailler avec des gens de cultures différentes et dans des domaines où les normes sociales diffèrent des vôtres.



Qu'est-ce que la culture ? : « Un ensemble de codes sociaux régissant les valeurs, les normes et les comportements, partagé consciemment ou inconsciemment par des groupes de personnes. »

La culture d'un « expatrié » influence directement sur ses valeurs, qui influencent à leur tour ses attitudes et son comportement. Les gens ont tendance à adopter et à attendre des autres des comportements convenus. Face à des comportements qui ne le sont pas, ils sont souvent surpris, peuvent être irrités ou choqués, selon la situation.



Même si vous avez l'habitude de travailler avec des collègues de différentes cultures, vous devez toujours avoir présents à l'esprit les problèmes de communication et de relations que peuvent provoquer un manque de sensibilité ou une méconnaissance de ces normes culturelles.

Ménager les susceptibilités

Vous trouverez ci-après quelques conseils pour être attentif aux différences culturelles lorsque vous êtes sur le terrain. **Ils vous aideront à préserver votre propre sécurité et la dignité de vos collègues et des bénéficiaires.**

Apprenez à vous connaître et connaissez votre propre culture.

Soyez prêt à apprendre de nouvelles façons de faire et à vous y adapter.

Montrez de la sympathie, du respect et de l'intérêt pour les autres cultures.

Supposez que les choses sont différentes jusqu'à ce que vous soyez sûr qu'elles sont semblables.

Ne portez pas de jugement, faites preuve de souplesse et soyez tolérant à l'égard des coutumes des autres. Ne partez pas du principe que votre manière de faire et votre culture sont meilleures ou sont la norme, dites-vous qu'elles sont simplement différentes.

Soyez tolérant et ne vous énervez pas si vous n'êtes pas sûr d'une situation, du statut ou des réactions d'autres personnes. Les cultures se différencient aussi par l'importance attachée à l'ancienneté : l'âge peut être plus important que la qualification ou l'expérience.

Ne supposez pas le pire : cherchez d'autres explications si le comportement de la personne en face vous paraît blessant.

Adoptez un comportement éthique, en tant qu'étudiant de la Croix-Rouge française



À retenir ! C'est à nous de nous adapter à la culture locale, ses traditions, ses religions et ses lois, et de les respecter, et non à la population locale de s'adapter à nous. Plus nous nous adapterons facilement et rapidement, mieux nous serons acceptés et moins nous risquerons d'avoir des problèmes de sécurité.

La santé sur le terrain

Quels sont les risques sanitaires ?

Les principaux problèmes de santé rencontrés pendant les missions sont:

- ▶ Paludisme
- ▶ Maladies transmises par la nourriture et l'eau (typhoïde...)
- ▶ Maladies transmises par les insectes et autres vecteurs
- ▶ Aggravation de maladies chroniques
- ▶ Accidents
- ▶ Blessures
- ▶ Conduites à risque
- ▶ Les troubles digestifs et les intoxications alimentaires
- ▶ La dengue
- ▶ Les maladies sexuellement transmissibles, dont le VIH
- ▶ Le tabagisme, l'alcoolisme et l'abus d'autres substances
- ▶ Stress cumulatif
- ▶ Les conduites à risque peuvent rapidement avoir des conséquences catastrophiques pour leur auteur et attirer des ennuis aux autres.

Les relations sexuelles non protégées, la consommation abusive d'alcool, les journées de travail trop longues, faire de la moto sans casque ou encore l'inobservation des coutumes et traditions du pays d'accueil sont des comportements qui rendent les étudiants plus vulnérable face aux autres facteurs de risque.

Avant un stage à l'international avec la CRf

Il est, par ailleurs, vivement recommandé d'être formé aux premiers secours avant de partir en stage et de **suivre en e-learning la formation « Stay SAFE » (cf. page 14).**

Vaccination



Les personnes se rendant à l'étranger doivent être vaccinées contre les maladies prévalentes dans le pays de destination.

Les maladies courantes contre lesquelles les stagiaires peuvent être vaccinés sont la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite, la fièvre typhoïde, l'hépatite A et B, la fièvre jaune, la méningite, l'encéphalite japonaise B et la rage.

La vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire dans certains pays d'Afrique et elle est recommandée en Amérique du Sud.

La vaccination contre l'hépatite B est particulièrement recommandée au personnel médical en contact avec des produits sanguins.

La vaccination contre la rage est recommandée pour certaines zones aux personnes susceptibles d'être en contact avec des animaux.

Visitez également le site de l'Organisation Mondiale de la Santé (www.who.int) pour avoir des informations récentes sur les différents vaccins.



web

Pendant un stage à l'international avec la CRf

À votre arrivée sur votre lieu de résidence, vous devez :

- ▶ Communiquer à la personne locale chargée de l'administration de votre stage (Croix-Rouge ou Croissant Rouge), tous les renseignements concernant votre assurance, avec le nom et l'adresse de votre assureur et un numéro d'appel 24 heures sur 24 ;
- ▶ Signaler tout problème médical significatif et le traitement prescrit ; indiquer votre groupe sanguin.

Tous les stagiaires doivent au moment du briefing fait par la SN, demander à recevoir une information sanitaire comportant les éléments suivants :

- ▶ Le numéro de téléphone d'un médecin
- ▶ Une liste des numéros à appeler en cas d'urgence, quelle que soit l'heure, comprenant le nom et le numéro de téléphone des personnes de la SN à contacter et les numéros de téléphone des services d'urgence locaux, du centre de soins ou de l'hôpital, du service dentaire et, le cas échéant, des ambulances
- ▶ Des renseignements sur les principaux problèmes sanitaires que l'on peut rencontrer dans le pays ou la région et les mesures de prévention à prendre.

Hygiène

Principales précautions à observer sur le terrain :

Dans les climats chauds, la peau peut rapidement devenir le siège d'infections fongiques ou autres du fait de l'abondance de la transpiration. La douche quotidienne est recommandée, après quoi la peau doit être parfaitement séchée. Le talc peut être utile dans les climats chauds.

L'eau utilisée pour l'hygiène buccale et dentaire doit avoir été purifiée ou bouillie au préalable. En cas de doute, utilisez de l'eau en bouteille.

Dans les climats tropicaux, portez des vêtements à manches longues de couleur claire et appliquez un répulsif anti-moustiques sur la peau découverte afin de réduire le risque de contracter une maladie transmise par les moustiques.

Dans les climats froids, portez des vêtements suffisamment chauds qui couvrent bien et protègent les extrémités (pieds, mains, nez et oreilles). Évitez le coton qui en absorbant la transpiration devient humide et donne froid. Pensez à tenir compte des usages vestimentaires et de la culture du lieu, surtout dans les pays musulmans.

Alimentation

Les aliments doivent toujours être parfaitement cuits et servis chauds. Les légumes et les fruits crus doivent être lavés à l'eau filtrée ou bouillie. La nourriture préparée et cuite un jour ne peut être consommée le lendemain que si elle a été conservée dans un réfrigérateur en bon état de marche.

Dans les climats tropicaux, évitez les buffets froids, la charcuterie, la mayonnaise, la crème anglaise et autres crèmes à base d'œufs. Évitez la viande et les fruits de mer crus ou peu cuits et assurez-vous que les œufs sont bien cuits.

Lorsque vous déjeunez à l'extérieur, en voyage, choisissez un restaurant bien achalandé et commandez les plats cuits les plus demandés. Évitez de commander des crudités. Attention aux glaces de qualité ou d'origine douteuse. Ne mettez jamais de glaçons dans vos boissons à moins d'être sûr qu'ils ont été fabriqués avec de l'eau potable.



Ne mangez pas ce qui ne s'épluche pas.

Eau

Avant de boire de l'eau, assurez-vous qu'elle a été bouillie, filtrée ou désinfectée. Lorsque vous utilisez des filtres à eau, pensez à les nettoyer régulièrement selon les instructions du fabricant. Pour l'eau en bouteille, vérifiez que le bouchon est encore scellé.

Pensez à toujours emporter avec vous une quantité suffisante d'eau potable lorsque vous vous déplacez sur le terrain. Les boissons sucrées, les jus de fruits ou autres boissons vendues en bouteille ou dans une autre forme d'emballage ne présentent pas de risques, mais il faut éviter les glaçons, car ils ne sont pas plus sûrs que l'eau qui a servi à les confectionner. Le thé et le café chauds sont généralement sans risque. Le lait est à éviter s'il n'est pas pasteurisé.



Augmentez votre consommation d'eau dans les climats chauds, si vous avez la diarrhée ou de la fièvre, et après une activité pénible.

Exposition au soleil

L'exposition aux rayons ultraviolets du soleil peut provoquer des lésions graves de la peau, particulièrement chez les personnes à peau claire.

Vous vous adapterez d'autant mieux si vous vous exposez progressivement, si vous portez un chapeau, des vêtements appropriés, des lunettes de soleil et si vous utilisez un écran solaire à indice de protection élevé

Une exposition excessive au soleil et une forte chaleur peuvent provoquer de graves insolation. Des sels de réhydratation en solution (S.R.O.) peuvent être recommandés dans les climats extrêmement chauds.



Pensez à vous réhydrater suffisamment.

Baignade

Dans les régions où la bilharziose (ou schistosomiase) est endémique, il est préférable de ne pas se baigner dans les eaux douces pour éviter un contact prolongé avec de l'eau stagnante ou à faible débit (rivières, lacs, étangs marécageux, etc.).

Les parasites qui causent cette maladie pénètrent dans l'organisme par la peau. Pour ce qui est des maladies transmissibles en général, les seuls endroits où l'on peut se baigner sans risque sont les piscines traitées au chlore. La baignade en mer n'entraîne pas de risques de maladie, mais elle peut être très dangereuse pour d'autres raisons (présence de méduses, de requins, etc.).



web



Méfiez-vous particulièrement des courants de retour, et avant d'aller vous baigner, renseignez-vous toujours pour savoir si la baignade est sûre.

On a déploré plusieurs morts par noyade parmi le personnel de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge ces dernières années. Ne vous baignez jamais seul.

Relations sexuelles et maladies sexuellement transmissibles

Durant votre séjour, il se peut que vous vous trouviez très exposé au risque de contracter le VIH. Cela peut s'expliquer par plusieurs raisons : l'absence de vos proches (famille ou partenaire) qui vous procurent habituellement un soutien affectif ; le besoin de vous détendre et de vous défaire de vos tensions, déceptions et frustrations ; l'alcool (l'abus altère les facultés de jugement).

Le risque d'exposition au VIH ne dépend pas du lieu où vous travaillez (aucun endroit au monde n'est épargné par le VIH/sida), mais de ce que vous faites. **Le taux de prévalence du VIH chez les 15 à 49 ans dépasse 15 % en Afrique australe et il atteint 80 % parmi les prostituées de certaines villes d'Afrique.** L'abstinence, et l'usage systématique de préservatif lors des rapports sont les seuls moyens de se prémunir contre le VIH. Les préservatifs de bonne qualité confèrent une bonne protection tout en vous protégeant de l'hépatite B, d'autres maladies sexuellement transmissibles (syphilis, gonorrhée et infection à chlamydia), des infections virales et des mycoses, et ils empêchent les grossesses non désirées.



Le Code de conduite de la Croix-Rouge française interdit au personnel tout commerce avec les travailleurs du sexe. Les étudiants se conformeront à ce code de conduite.

Trousse de secours

Avant le départ, **il est conseillé de** faire établir par votre médecin traitant une ordonnance avec les médicaments dont vous auriez besoin pendant votre stage.

Animaux et insectes

Les animaux en général tendent à éviter les êtres humains, mais il arrive qu'ils attaquent, surtout s'ils sont avec leurs petits. Dans de nombreux pays en développement, les chiens sont les principaux vecteurs des agents infectieux.

Dans les régions où la rage est endémique, il ne faut caresser ni les chiens ni les chats domestiques, et il faut éviter le contact avec les animaux sauvages.

En cas de morsure, allez immédiatement à l'hôpital pour commencer un traitement antibiotique (le traitement curatif contre la rage se fait en 4 ou 5 injections).

Gardez l'animal sous surveillance pendant 15 jours. Si l'animal est toujours vivant après ces 15 jours, il n'était a priori pas infecté par la rage et n'a donc pas pu transmettre le virus.

Méfiez-vous des scorpions, des araignées et des insectes.

Ne marchez pas pieds nus.

Pensez à toujours inspecter l'intérieur de vos chaussures avant de les enfiler.

Maladies transmises par les moustiques

Le paludisme



Le paludisme est une maladie grave, parfois mortelle, très répandue dans beaucoup de pays tropicaux et subtropicaux. La transmission se fait par piqûre d'un moustique infecté qui porte l'agent du paludisme dans sa salive.



web

Le paludisme est présent dans plus de cent pays et plus de 40 % de la population mondiale y est exposée. De vastes zones d'Amérique centrale et d'Amérique du Sud, d'Hispaniola (Haïti et République dominicaine), d'Afrique, du Moyen-Orient, du sous-continent indien, d'Asie du Sud-Est et d'Océanie sont considérées comme très exposées à la maladie.

Précautions :

Renseignez-vous sur le risque de paludisme dans le pays dans lequel vous vous rendez.

Vous éviterez les piqûres de moustiques en prenant des précautions telles que :

- ▶ Utilisation de répulsifs à base de DEET ;
- ▶ Dormir sous moustiquaires imprégnées la nuit et utiliser des serpentins anti-moustiques;
- ▶ Port de vêtements couvrants.
- ▶ Lors d'un court séjour (2 à 3 mois), suivez un traitement prophylactique à prendre le soir tel que :
 - Doxycycline (à prendre pendant le repas)
 - Malarone (à prendre impérativement avec un corps gras, sinon l'un des principes actifs du médicament n'est pas correctement absorbé)

Il est crucial de faire établir un diagnostic le plus tôt possible, si des symptômes de la maladie apparaissent pendant et après un voyage dans une région impaludée.

Le paludisme peut être fatal, mais le traitement est généralement très efficace s'il est commencé très tôt.



Tout voyageur pris de fièvre ou présentant des symptômes ressemblant à ceux de la grippe pendant son voyage ou jusqu'à un an après son retour doit immédiatement consulter un médecin. Dites à votre médecin généraliste que vous êtes allé dans une région à risque de paludisme.

« Toute fièvre inexpliquée dans une région impaludée est un paludisme jusqu'à preuve du contraire et doit être traité comme tel »

Le paludisme se traite par des médicaments délivrés sur ordonnance. Le type de médicament et la durée du traitement varient en fonction du type de paludisme diagnostiqué, de l'endroit où le patient a contracté la maladie, de son âge et de la gravité des symptômes au début du traitement. Il est conseillé à l'étudiant d'avoir toujours sur lui au minimum 3 jours de traitement prophylactique avec lui.

La dengue

La dengue est une maladie virale causée par piqûre de moustique. **Les moustiques de la dengue sont plus actifs de jour**, à la différence de ceux qui transmettent le paludisme.

Les symptômes de la dengue comprennent de brusques poussées de fièvre, des maux de tête, des hémorragies, des éruptions cutanées, des douleurs articulaires, musculaires et rétro-orbitaires (intolérance à la lumière directe).



web

Les précautions sont les mêmes que pour le paludisme, mais il faut savoir qu'il n'existe ni vaccin, ni traitement prophylactique de la dengue. Il est donc capital de prendre les mesures de protection indiquées à la section qui précède.

Les autres maladies infectieuses transmises par les moustiques, qui sont assez répandues dans certaines parties du monde, sont notamment l'encéphalite japonaise B et le chikungunya.

Morsures de serpent

La plupart des serpents sont des animaux nocturnes que l'on peut éviter en ne se promenant pas de nuit dans des régions marécageuses et broussailleuses. Si vous ne laissez pas la végétation envahir votre jardin ou votre cour, si vous évitez les herbes hautes et les cachettes sombres et rocailleuses, il y a des chances que les serpents n'élisent pas domicile chez vous ou à votre bureau. **Généralement, les serpents cherchent à fuir plutôt qu'à attaquer**, mais vous avez de fortes chances d'être mordu par un serpent si vous lui marchez dessus. Il est particulièrement recommandé de porter des bottes hautes, surtout pour marcher dans les prairies ou savanes herbeuses et à travers bois. La nuit, munissez-vous d'une lampe de poche afin de voir où vous posez les pieds.

Comment réagir en cas de morsure de serpent :

Si possible, prenez une photo du serpent ou mémorisez son apparence pour pouvoir l'identifier.

Rassurez la personne qui a été mordue (ou vous-même) en disant que la plupart des morsures de serpent sont douloureuses mais inoffensives, et aidez-la doucement à s'allonger et à ne pas bouger. La mobilisation de la personne accélère la diffusion du venin dans l'organisme.

Maintenez une ambiance calme et observez attentivement la personne, en notant, le cas échéant, l'heure d'apparition des symptômes.

Bandez, si possible, la région de la morsure pour l'immobiliser et appliquer du froid (la vasoconstriction limite la diffusion du venin), **mais il n'est pas recommandé d'utiliser un garrot, d'ouvrir la plaie ou d'aspirer le venin.**

Avertissez immédiatement le coordinateur ou le référent chargé du stage. Ils décideront s'il faut évacuer la personne ou envoyer un médecin avec un sérum anti-venin pour soigner la personne sur place.

Après un stage à l'international avec CRf

Il est fortement recommandé à tous les stagiaires de passer une visite médicale après être rentré.

Formation « Stay-SAFE » de la Fédération en ligne

Petit mode d'emploi pour l'inscription à la Plateforme d'Apprentissage IFRC et à WORC

WORC (*The World of Red Cross and Red Crescent*) est un outil d'autoformation qui présente les aspects essentiels du Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge : principes fondamentaux, emblèmes, volontariat, structure...

Il comprend dix modules et un test final en ligne donnant lieu à un certificat délivré aux personnes qui ont suivi intégralement la formation.

Toute personne intéressée par les activités du Mouvement trouvera un choix intéressant d'informations essentielles dans le matériel de formation. Tous les sujets sont présentés d'une manière très interactive et accompagnés de photos, vidéos, commentaires, animations. L'ensemble dure environ 12H.

Où trouver la formation ?

La formation est accessible sur la Plateforme d'apprentissage de la Fédération Internationale à l'adresse suivante :

<https://ifrc.csod.com/selfreg/register.aspx?c=french%20sr> qui conduit à un espace réservé à la CRF et administré par le bureau Formation de la Direction des Relations et des opérations internationales (DROI).



web

Remplissez d'abord le formulaire proposé. Un mot de passe vous sera envoyé dans les 24-48H, après validation du bureau Formation.

Ensuite, vous pourrez entrer dans le site via la page <https://ifrc.cyberu.com> (accessible aussi depuis le site public www.ifrc.org/learning) et naviguer sur la plateforme, qui offre plusieurs formations gratuites (*les formations payantes ne sont pas accessibles pour le moment au personnel CRF*).

Enregistrement et accès à la formation WORC

Une fois connecté, vous trouverez sur la page d'accueil, à droite, un menu « Parcourir les formations » : choisissez le thème « Les essentiels » puis « Orientation à la CR et au CR », qui vous ouvrira une liste de formations, où vous pourrez cliquer sur le cours « **Le monde de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (WORC)** ».

Vous arriverez à une fenêtre qui indique la description du curriculum WORC, composé du cours et d'un test final. Vous pouvez vous enregistrer pour le curriculum en cliquant sur le bouton "demande" situé en bas à droite de la fenêtre.

Le programme vous enverra vers une autre page, dans le menu tab "Mes formations". C'est ici que vous pourrez accéder à vos cours dans le futur, les démarrer et les gérer. Vous voyez une ligne qui correspond au curriculum WORC. A droite cliquez sur "Gérer", puis sur "Activer", puis sur "Lancer".

Après quelques écrans de chargement, le module d'introduction « bienvenue » démarre automatiquement, et vous informe des modalités d'utilisation. Puis, vous pouvez naviguer dans les différents modules pour accéder au contenu.

Vous pouvez interrompre et reprendre la formation à votre guise. Lors d'une nouvelle connexion à la plateforme, il suffit de sélectionner l'onglet « Mes formations » pour accéder à vos formations, et relancer WORC.

Remarque : Il est indispensable d'avoir suivi intégralement le cours et complété une courte évaluation de celui-ci pour passer le test final.

Avertissements techniques

1. **Pop-ups** : assurez-vous d'avoir désactivé la fonction de blocage des fenêtres intempêtes de votre navigateur ou bien créez une exception pour le site <https://ifrc.cyberu.com> pour que de nouvelles fenêtres puissent s'ouvrir.

Sur Explorer : dans le menu « outils ».

Sur Mozilla Firefox : dans le menu « outils », puis « options », puis « contenu ».

Vous pouvez trouver de l'aide sur le site :

<https://host.softworks.ca/Agate3/blocker/disable-blockers.htm> pour parfaire cette opération.

2. **Anti spam** : si vous utilisez une adresse Croix-Rouge, l'anti spam est susceptible de bloquer le mail contenant votre mot de passe.

Pour éviter ce désagrément, entrez sur le site de Mailinblack : <https://antispam.croix-rouge.fr/>, cliquez sur «expéditeurs autorisés» (à droite), puis sur «ajouter des expéditeurs» puis inscrivez dans la case «ajouter un nouvel expéditeur» l'adresse support.learning@ifrc.org.

Ainsi tous les mails en provenance de la Plateforme d'apprentissage vous arriveront sans encombre.

