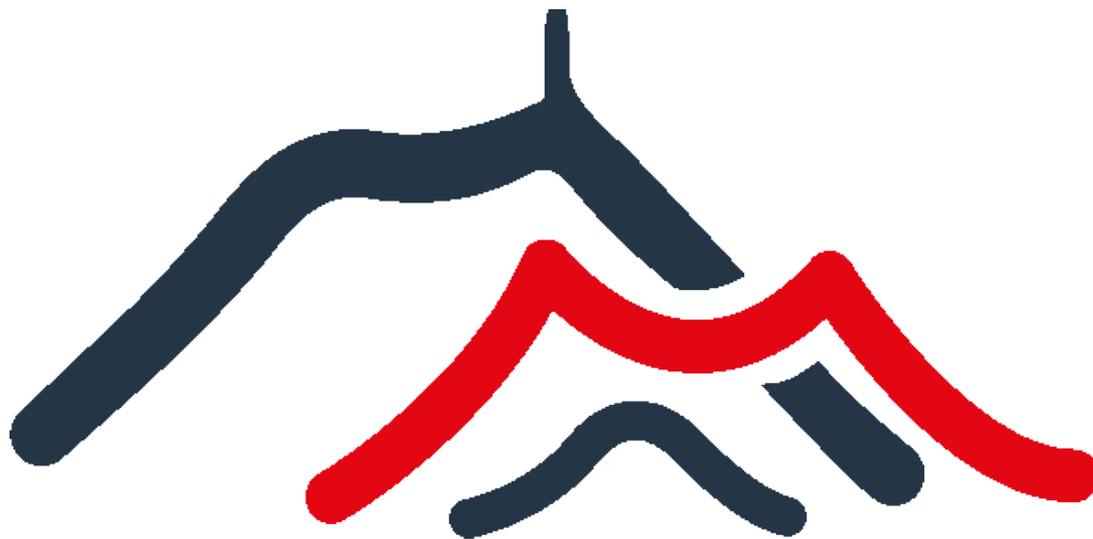


LE SOUSAN



L'hygiène en colonne de renfort

- Demain vous partez en colonne de renfort pour 72h, que prenez vous dans votre sac??



Liste obligatoire



Paquetage de feu:

- 1 Veste de feu
- 1 Ceinturon
- 1 paire de Rangers
- 1 Cagoule feu
- 1 casque F2
- tenue F1: veste, pantalon, polo (2 minimum)
- 1 sur pantalon (en Cs dotation individuelle, si pas de dotation individuelle sera fourni à l'arrivée).

NB: période de COVID masques individuels à prévoir.



DOTATION DU SDIS 63

Les effets individuels en dotation par le SDIS, ne sont plus donnés au départ du groupe 63, mais à l'arrivée sur les lieux par l'officier logistique:

- 1 sac de paquetage numéroté
- 1 drap de sac de couchage
- 1 sac de couchage
- 1 masque de fuite
- 1 ceinturon adapté aux passants du masque de fuite
- 1 lampe de casque
- 1 casque F2 (dotation par engin)

Des réserves de piles (pour les lampes de casques) sont à disposition avec la log.

Des lits picots sont prévus



Liste conseillée

Effets personnels à emmener:

- Vêtements de rechange: slip, chaussettes (**plusieurs!**)
- Tenue de sport ou décontract
- Paire de basket et/ou une paire de claquettes(douche)
- Serviettes de toilette (**2 minimum**)
- Affaires de toilette: shampoing, savon, ou gel douche, rasoir, mousse, brosse à dents, dentifrice....
- Accessoires:
 - ◆Stick à lèvres conseillé(hypoallergénique):
l'air est chaud, le feu dessèche la peau
 - ◆Rouleau de papier hygiénique
 - ◆Chargeur de téléphone, appareil photo....
 - ◆Lessive gel pour lavage du linge à la main



La vie sur le terrain: conseils pour les nuits

Il faut vous attendre à dormir parfois à la belle étoile (quand vous pourrez dormir!):

- Prévoir une tenue de nuit adaptée aux nuits à la belle étoile.
- Évitez les sous-vêtements en matière synthétique, préférer le coton : risque d'échauffement chaleur + transpiration
- Évitez les échanges de tenue et/ou du sac de couchage
- Ne pas surcharger le sac que vous allez faire suivre
- Attention aux invités importuns: moustiques, tiques, reptiles, rongeurs....



Hygiène corporelle

- Par manque de moyen et de temps, il n'est pas toujours facile d'avoir 2 douches par jour.
- Il faut accepter les moyens mis en place du « système D »
- Mais en principe on arrive toujours à trouver un arrangement:
 - une caserne de SP locaux,
 - une mairie,
 - un gymnase

➤ conseils:

- Enlevez les rangiers dès que possible,
- Pensez au changement de chaussette régulier
- Hygiène bucco dentaire primordiale(pour l'haleine mais aussi pour éviter les gingivites)



Hygiène préventive

- Tant que vous êtes engagés **pas d'alcool**: alcool+soleil+fatigue=baisse des réflexes
- Pensez à boire de l'**eau** régulièrement
- Alimentation équilibrée
- Limiter le tabac
- Profiter de tout les moments disponibles pour récupérer, se détendre, dormir....
- Attention au soleil et au courant d'air



Hygiène alimentaire

- Veillez au lavage des mains avant le repas même s'il est fait de façon sommaire.
- Les denrées périssables doivent être consommées immédiatement, ou remises au frais (pâtés, jambon..)
- Les porteurs de furoncles, psoriasis, plaies infectées des mains, angine doivent être écartés de toute manipulation de produit alimentaire.
- Port des gants obligatoire pour la manipulation des aliments.



Comportement sur le terrain: les matières usées

Les excréments doivent être enfouis:

-s'ils restent à la surface ils attirent les mouches!!, et si vous restez dormir dans les parages ce ne sera pas agréable.

-enfouis ils sont rapidement neutralisés: auto épuration naturelle.



Comportement sur le terrain: Les ordures

- Discipline et respect de la nature plus que jamais, on ne doit pas suivre la trace de passage des SP en suivant le chemin des ordures.
- Les déchets doivent être rassemblés pour être jetés ultérieurement (pensez à un sac poubelle à disposition dans les véhicules).



La vie sur le terrain: Présence du 3SM

Un binôme d'ISP part avec la colonne FDF, ils sont là pour assurer les soins d'urgence et petits soins des SP: soins de plaies, des yeux mais aussi les troubles divers:

- ◆diarrhée, ou constipation
- ◆maux de gorge,
- ◆piqure d'insecte,
- ◆ampoule infectée,





LA VIE SUR LE TERRAIN



Orgon 2012



Bordeaux 2015



Narbonne 2016



Juillet 2022



Bordeaux 2015



Bordeaux 2015





JUILLET 2022: colonne SEAUV logée à la base militaire du Luc, engagée en renfort sur les feux des bouches du Rhône, engagée en remontant sur le Puy de Dôme en renfort sur le feu de l'AUDE à Capentu.



Été 2022

L'été 2022 a été chaud dans tous les sens du terme, les départs de la colonne SEAUV:

1 juillet au 8 juillet

15 juillet au 22 juillet

22 juillet au 29 juillet

29 juillet au 5 aout

5 aout au 12 aout

12 aout au 15 aout

Plus des départs en renforts complétés (GIF63 non complet) pour la gironde, renfort urbain dans les bouches du Rhône, et SERA 4





En conclusion

- N'oubliez pas le principe « **bien dans son corps bien dans sa tête** ».
- Il faut apprendre à connaître ses propres limites,
- Chacun doit porter attention à son **binôme/ses collègues**.
- la vie en communauté, n'est pas toujours évidente, elle entraîne :
des promiscuités qui sont parfois difficiles à gérer!



**Merci de votre
attention**

Narbonne 2016



Narbonne 2016

