

Pêche aux informations : un article du magazine de la CAF « vies de famille », septembre 2009.

1. Lis le premier paragraphe et explique pourquoi chacun d'entre nous devrait apprendre les gestes simples pour prévenir rapidement les secours.
2. Quelles sont les quatre grandes étapes pour porter secours à quelqu'un ?
3. Pour laquelle de ces quatre étapes faut-il être formé pour agir ?
4. Qui alerte-t-on lorsqu'on compose le 18 ? Et le 15 ? Et le 17 ?
5. A l'étranger, quel numéro dois-tu composer pour prévenir des secours ?
6. Dans le cadre « Se former aux premiers secours » (sous la photo), trouve à partir de quel âge on peut suivre la formation aux premiers secours (où l'on apprend les gestes de premiers secours) ? Qu'en penses-tu ?
7. Cherche dans le dictionnaire les définitions des mots suivants et recopie-les dans ton **répertoire** :
alerter - (être) inconscient – une hémorragie – un traumatisme.

Pêche aux informations : un article du magazine de la CAF « vies de famille », septembre 2009.

1. Lis le premier paragraphe et explique pourquoi chacun d'entre nous devrait apprendre les gestes simples pour prévenir rapidement les secours.
2. Quelles sont les quatre grandes étapes pour porter secours à quelqu'un ?
3. Pour laquelle de ces quatre étapes faut-il être formé pour agir ?
4. Qui alerte-t-on lorsqu'on compose le 18 ? Et le 15 ? Et le 17 ?
5. A l'étranger, quel numéro dois-tu composer pour prévenir des secours ?
6. Dans le cadre « Se former aux premiers secours » (sous la photo), trouve à partir de quel âge on peut suivre la formation aux premiers secours (où l'on apprend les gestes de premiers secours) ? Qu'en penses-tu ?
7. Cherche dans le dictionnaire les définitions des mots suivants et recopie-les dans ton **répertoire** :
alerter - (être) inconscient – une hémorragie – un traumatisme.

Pêche aux informations : un article du magazine de la CAF « vies de famille », septembre 2009.

1. Lis le premier paragraphe et explique pourquoi chacun d'entre nous devrait apprendre les gestes simples pour prévenir rapidement les secours.
2. Quelles sont les quatre grandes étapes pour porter secours à quelqu'un ?
3. Pour laquelle de ces quatre étapes faut-il être formé pour agir ?
4. Qui alerte-t-on lorsqu'on compose le 18 ? Et le 15 ? Et le 17 ?
5. A l'étranger, quel numéro dois-tu composer pour prévenir des secours ?
6. Dans le cadre « Se former aux premiers secours » (sous la photo), trouve à partir de quel âge on peut suivre la formation aux premiers secours (où l'on apprend les gestes de premiers secours) ? Qu'en penses-tu ?
7. Cherche dans le dictionnaire les définitions des mots suivants et recopie-les dans ton **répertoire** :
alerter - (être) inconscient – une hémorragie – un traumatisme.

Pêche aux informations : un article du magazine de la CAF « vies de famille », septembre 2009.

1. Lis le premier paragraphe et explique pourquoi chacun d'entre nous devrait apprendre les gestes simples pour prévenir rapidement les secours.
2. Quelles sont les quatre grandes étapes pour porter secours à quelqu'un ?
3. Pour laquelle de ces quatre étapes faut-il être formé pour agir ?
4. Qui alerte-t-on lorsqu'on compose le 18 ? Et le 15 ? Et le 17 ?
5. A l'étranger, quel numéro dois-tu composer pour prévenir des secours ?
6. Dans le cadre « Se former aux premiers secours » (sous la photo), trouve à partir de quel âge on peut suivre la formation aux premiers secours (où l'on apprend les gestes de premiers secours) ? Qu'en penses-tu ?
7. Cherche dans le dictionnaire les définitions des mots suivants et recopie-les dans ton **répertoire** :
alerter - (être) inconscient – une hémorragie – un traumatisme.

Pêche aux informations : un article du magazine de la CAF « vies de famille », septembre 2009.

1. Lis le premier paragraphe et explique pourquoi chacun d'entre nous devrait apprendre les gestes simples pour prévenir rapidement les secours.
2. Quelles sont les quatre grandes étapes pour porter secours à quelqu'un ?
3. Pour laquelle de ces quatre étapes faut-il être formé pour agir ?
4. Qui alerte-t-on lorsqu'on compose le 18 ? Et le 15 ? Et le 17 ?
5. A l'étranger, quel numéro dois-tu composer pour prévenir des secours ?
6. Dans le cadre « Se former aux premiers secours » (sous la photo), trouve à partir de quel âge on peut suivre la formation aux premiers secours (où l'on apprend les gestes de premiers secours) ? Qu'en penses-tu ?
7. Cherche dans le dictionnaire les définitions des mots suivants et recopie-les dans ton **répertoire** :
alerter - (être) inconscient – une hémorragie – un traumatisme.

Chaque année en France, près de 20 000 personnes meurent dans un environnement familial. Pourtant, grâce à des réflexes vitaux et aux gestes de premiers secours, chacun de nous peut sauver des vies.

Apprendre les gestes qui sauvent

Cinq millions de personnes, dont un million d'enfants, sont victimes, chaque année, d'un accident de la vie courante. Étouffement, saignement, inconscience, arrêt ou malaise cardiaque... Chacun d'entre nous peut être confronté à une situation d'urgence chez soi, au travail, sur la route.

Grâce à des gestes simples, vitaux et qui s'apprennent facilement, nous pouvons tous agir pour diminuer le temps d'attente des secours et augmenter les chances de survie d'un accidenté.

Les secours en quatre étapes

Sécuriser le lieu de l'accident et les personnes impliquées

En situation d'urgence, vous devez commencer par vérifier qu'il n'existe pas de danger supplémentaire (circulation, incendie, électricité...).

N'approchez du lieu de l'accident que si cela ne présente absolument aucun risque pour vous.

Établissez ensuite un périmètre de sécurité autour du lieu de l'accident puis, bien évidemment dans la mesure du possible, assurez la sécurité de toutes les personnes présentes en attendant l'arrivée des secours.

Apprécier l'état de la victime

Dans un second temps, il est important de rassurer la victime. Présentez-vous et vérifiez qu'elle est consciente et qu'elle respire normalement.

Demander de l'aide

Alertez ensuite les services d'urgence en cas de besoin.

Le 18 : les sapeurs-pompiers pour tout problème de secours (accident, incendie...).

Le 15 : le Samu pour toute urgence médicale.

Le 17 : la police ou la gendarmerie pour tout problème de sécurité ou d'ordre public.

Le 112 : numéro d'appel unique des urgences sur le territoire européen, recommandé aux étrangers circulant en France et aux Français circulant à l'étranger.

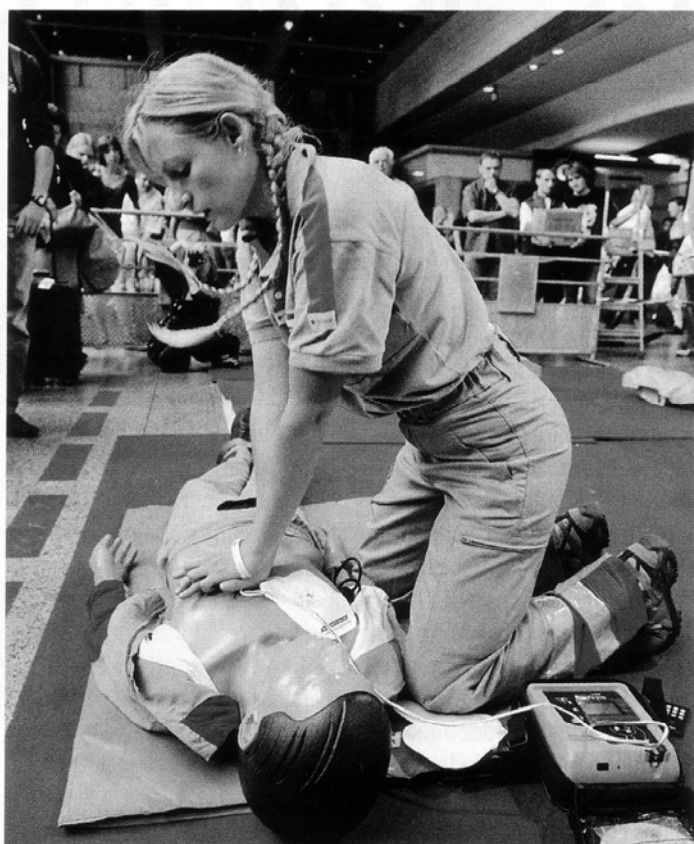
Le 115 : le Samu social pour toute personne qui présente une détresse sociale comme, par exemple, les sans-abri et les personnes exposées aux intempéries.

Effectuer les gestes de premiers secours

Si vous connaissez les gestes qui sauvent (*voir encadré*), dispensez-les dans le calme et sans précipitation.

Alexandra Delmas

Retrouvez d'autres articles Santé dans la rubrique Vie pratique du site www.viesdefamille.fr



Se former aux premiers secours

Prévention et secours civiques

Cette formation de niveau 1 (PSC 1) remplace l'ancienne Attestation de formation aux premiers secours (AFPS). Elle dispense les gestes essentiels pour protéger et alerter, pour réagir face à une personne qui s'étouffe, inconsciente ou qui ne respire plus, pour stopper une hémorragie, pour intervenir quand une personne est victime d'un malaise ou se plaint d'un traumatisme (brûlure, fracture, déchirure musculaire...).

Où se former ?

Différents organismes sont habilités : la Croix-Rouge française, les pompiers,

l'Ordre de Malte, la Protection civile et d'autres associations dont le statut obéit à la loi de 1901.

Le PSC 1 peut être suivi dès l'âge de 10 ans.

D'une dizaine d'heures, cette formation est payante ; par exemple, à la Croix-Rouge, le prix varie de 50 à 60 € (selon les charges de la délégation).

En savoir plus

→ Numéro national de la Croix-Rouge : 0 820 16 17 18 (0,12 € la min).

Ouvrages et site utiles
→ *Guide pratique des premiers secours*, éd. Du Reader's Digest

→ *Les gestes qui sauvent*, éd. Fleurus

→ www.croix-rouge.fr