

# Respecter autrui (et soi-même)

## Séance 10 : Gestes des premiers secours

Il n'y a pas d'âge pour sauver des vies. Des enfants de 4 ou 5 ans ont déjà sauvé leurs parents en appelant les secours. Le temps est précieux dans ces moments et il est important d'avoir les bons réflexes.

Les premiers secours se résument en 3 lettres : **PAS**. Que signifient-elles ?

**P** pour Protéger

**A** pour Alerter

**S** pour Secourir

SPECIMEN  
KER LANN

### **Protéger :**

Si tu es témoin d'un accident à la maison, dans la rue ou ailleurs, la première chose à faire est de mettre la victime en sécurité. Attention, il ne faut pas que tu te mettes en danger pour le faire. Il ne faut pas déplacer une victime sauf si elle risque d'être blessée plus gravement à l'endroit où elle est. Déplacer un blessé peut endommager gravement son dos ou son cerveau.

De même, si tu es témoin d'un accident de deux-roues, surtout n'enlève jamais le casque de la victime.

Si la victime est inconsciente mais respire (si sa poitrine se soulève régulièrement), il faut la mettre dans une position appelée Position Latérale de Sécurité (PLS), afin qu'elle ne s'étouffe pas. Pour cela, il faut l'allonger sur le côté et lui ouvrir la bouche.



Position Latérale de Sécurité

(source : page facebook de Faso Environnement Ingénierie)

Alertez :

**SPECIMEN  
KER LANN**

Le numéro d'urgence universel, est le **112**

*Tu peux le composer à partir d'un téléphone portable.*

SPECIMEN  
KER LANN



*Le numéro d'urgence*

### *Que dire au téléphone ?*

*Au téléphone, il faut décrire calmement ce qui se passe et donner le lieu précis de l'accident. Si c'est chez toi, donnes ton adresse. Pense dès maintenant à l'écrire quelque part pour ne pas l'oublier en cas d'urgence. Souvent, lorsque nous avons peur, nous oublions les choses les plus simples.*



*Petite fille au téléphone*

## *Secourir*

Ensuite, ce sera aux services de secours de secourir la victime, sauf si tu as reçu une formation aux premiers secours.

### *Où se former ?*

## SPECIMEN KER LANN

La Croix Rouge par exemple donne des formations pour apprendre les gestes qui sauvent. L'âge minimal est de 10 ans. N'hésite pas à en parler à tes parents.

Nous sommes tous responsables les uns des autres et certains gestes peuvent sauver des vies.



*Les pompiers*

# SPECIMEN KER LANN

## Résumé (à apprendre par ♥)

Les premiers secours se résument en 3 mots : Protéger, Alerter, Secourir.

Le numéro d'urgence universel est le 112.

Il est possible de recevoir une formation aux gestes qui sauvent dès l'âge de 10 ans.