

Apprendre à porter secours

I-Prévention : je connais les risques

II-En cas d'accident : je fais le P.A.S. dans l'ordre : **P**rotéger-**A**lerter-**S**ecourir

I-Prévention

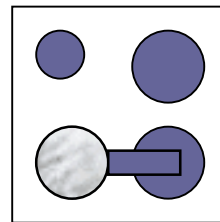
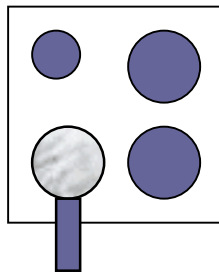
Je reconnais les objets présentant un risque.

Barre les objets qui ne représentent aucun risque de se faire du mal (pense à toi mais aussi à des enfants plus petits)

Casserole couteau tondeuse à gazon arbre laurier rose petit jouet livre tee-shirt
produit vaisselle voiture mobylette-scooter bicyclette table

Je repère une situation de danger

Entoure la situation dangereuse.



Identifier les risques dans un environnement plus ou moins familier

Vrai ou faux ?

Si je connais bien un endroit (mon appartement, ma maison), il n'y a aucun danger.

En vélo, en scooter, etc., si je connais bien un trajet, il y a plus de risques d'accidents.

Pour les trajets courts, je n'ai pas besoin d'attacher ma ceinture.

Si je ne cours pas dans la classe, c'est juste parce que j'ai peur d'être puni.

Suivre les consignes données par un adulte présent.

Es-tu capable d'écouter une consigne et de l'appliquer longtemps ?

Quand un adulte responsable de toi dit quelque chose, il faut obéir :

dans la seconde au bout de quelques secondes au bout de la deuxième fois qu'il demande

Pourquoi ?

parce qu'un adulte a conscience de l'ensemble des risques

parce qu'un adulte a un temps de réaction plus court que les enfants

parce que sinon on va être puni

Énoncer les mesures de prévention à mettre en œuvre face à un danger.

Avant de monter dans une voiture, en prévention, je :

mets ma ceinture m'assure que la personne qui conduit est en état de le faire

Avant de faire du vélo, je :

mets un casque vérifie que mon vélo est en état

Avant d'utiliser un objet, je :

me demande si j'ai l'âge de l'utiliser sais qu'il faut l'utiliser pour ce à quoi il est destiné

Agir en ayant anticipé un risque

Mon petit frère de 7 ans essaie d'ouvrir un pot de confiture avec un couteau.

Je le préviens que c'est dangereux. Je ne le préviens pas.

Quand je conduirai, si mon copain que je ramène ne veut pas mettre sa ceinture, qu'est-ce que je fais ? je démarre je ne démarre pas

Mon copain doit me ramener mais il n'est pas en état de conduire. Je monte. Je ne monte pas.

Je vois une bouteille avec un liquide orange dedans, ça a l'air bon. Je bois. Je ne bois pas.

II-Le P.A.S.

Protéger

Il faut protéger la victime avant d'appeler les secours ou de la secourir. Cela évite qu'un autre accident vienne empirer le premier. On appelle ça un sur-accident.

Suivre les consignes pour éviter un sur-accident

Lorsqu'un accident arrive, j'essaie de ne pas paniquer et j'obéis tout de suite à ce que va dire l'adulte.

Se mettre hors de danger pour éviter un sur-accident

Avant de vouloir secourir quelqu'un, ou si tu ne peux rien faire, assure-toi d'être hors de danger.

Se protéger des conséquences de l'accident Protéger autrui des conséquences de l'accident

Si j'ai un accident sur la route et que la voiture est en plein milieu, cela présente un risque pour celles qui arrivent. Dans la voiture se trouvent un gilet jaune et un triangle rouge. Que faire ?

Je place le triangle rouge derrière la voiture :

à 10 m à 50 m à 100 m au moins à 150 m

je mets le gilet jaune

S'impliquer dans des mesures de protection incendie

Lors des exercices d'évacuation 'incendie' et des exercices de confinement, je suis les consignes, je réagis rapidement et calmement.

Lorsque j'arrive dans un nouvel endroit, je sais qu'il y a des plans d'évacuation affichés.

Alerter

Demander de l'aide

Je peux demander de l'aide : - à un adulte

- Je peux appeler le SAMU : numéro de téléphone : 11 12 13 14 15 16 17

- Je peux appeler le SAMU les pompiersla police

Quand je téléphone au SAMU ou aux pompiers : (Remets dans l'ordre en numérotant de 1 à 6)

- décrire la partie du corps blessée et la blessure
- dire où on se trouve
- décrire si la personne est consciente
- dire son nom
- décrire ce qui se passe
- dire si une personne inconsciente respire ou non



Secourir

Pour connaître l'état de la personne :

a. Lui parler : « Comment tu t'appelles ? » Si elle répond, elle est consciente.

Si elle ne répond pas :

b. « Essaie d'ouvrir les yeux. Si tu m'entends, serre-moi la main. » Si elle fait quelque chose, elle est consciente.

Si rien ne se passe, la personne est inconsciente. Mais respire-t-elle ?

c. Relever le menton en tenant la tête, écouter la respiration au niveau du nez en regardant si le thorax se soulève.



- Dire à la personne ce qui a été fait pour elle
- Rassurer et reconforter la personne concernée

Je dois expliquer et rassurer la personne en disant qu'elle est protégée, que j'ai appelé les secours, etc.

Éviter de bouger la partie du corps blessée ; éviter de bouger une personne en cas de chute de hauteur ou de choc violent

Si une personne consciente a une blessure au bras :

- Je lui tiens le bras.
- Elle le tient elle-même.

A part en cas de risque immédiat de sur-accident, je ne déplace pas un blessé.



Refroidir une zone brûlée du corps.

1. mettre immédiatement sous l'eau, à 15 cm du robinet, pendant :

10 s 30 s 1 min 5 min

2. observer la surface pour la décrire lors de l'alerte

3. appeler le, rassurer la personne



Principe du geste
Refroidir la zone brûlée.



- chute avec un verre à la main et plaie de l'avant-bras ;

Appuyer sur une plaie qui saigne avec une main protégée

En cas de saignement de nez : 1. Il faut mettre la tête :

en arrière droite en avant

2. Il faut appuyer sur la narine pendant 10 min

3. Si au bout de 10 min ça ne s'arrête pas, appeler le

Si une personne saigne, j'appuie sur la plaie avec une compresse (ou avec un vêtement) car il faut protéger sa main.



- chute avec plaie de l'arcade sourcilière sans signe de gravité de traumatisme crânien ;



Mettre une personne inconsciente sur le côté

Il s'agit de mettre la personne inconsciente en position d'attente confortable.

1. Se placer à côté du tronc de la personne.

2. Mettre le bras du côté où on se trouve à 90°, doucement.

3. Mettre et maintenir le dos de la main de l'autre bras contre son oreille (du côté où on se trouve)

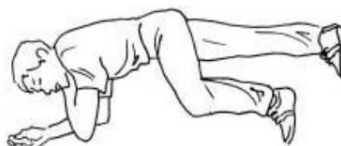
4. Avec l'autre main, attraper le genou côté opposé et le plier

5. Se reculer et appuyer sur le genou jusqu'à ce qu'il touche le sol.

6. Dégager sa propre main de dessous la tête de la victime.

7. Tirer le genou au sol vers soi pour former un angle à 90°.

8. Ouvrir la bouche.



éléments de corrigé

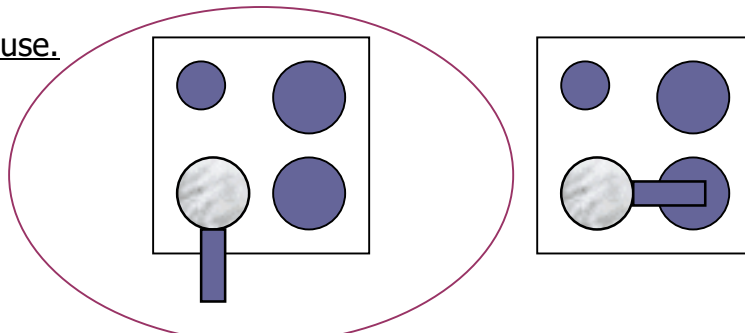
Barre les objets qui ne représentent aucun risque de se faire du mal (pense à toi mais aussi à des enfants plus petits)

On ne barre quasiment rien – l'exercice permet de rentrer dans l'activité en se rendant compte qu'il n'y a pas que les gros accidents qui demandent d'être formé aux premiers secours mais aussi (surtout ?) les dangers domestiques. On peut peut-être quand même barrer le livret et le tee-shirt.

Casserole couteau tondeuse à gazon arbre laurier rose petit jouet livre tee-shirt
produit vaisselle voiture mobylette-scooter bicyclette table

Je repère une situation de danger

Entoure la situation dangereuse.



Identifier les risques dans un environnement plus ou moins familier

Vrai ou faux ?

Si je connais bien un endroit (mon appartement, ma maison), il n'y a aucun danger. **faux**

En vélo, en scooter, etc., si je connais bien un trajet, il y a plus de risques d'accidents. **vrai**

Pour les trajets courts, je n'ai pas besoin d'attacher ma ceinture. **faux**

Si je ne cours pas dans la classe, c'est juste parce que j'ai peur d'être puni. **Faux**

Es-tu capable d'écouter une consigne et de l'appliquer longtemps ? **oui**

Quand un adulte responsable de toi dit quelque chose, il faut obéir :

x dans la seconde au bout de quelques secondes au bout de la deuxième fois qu'il demande

Pourquoi ?

x parce qu'un adulte a conscience de l'ensemble des risques

x parce qu'un adulte a un temps de réaction plus court que les enfants

parce que sinon on va être puni

Avant de monter dans une voiture, en prévention, je :

x mets ma ceinture **x** m'assure que la personne qui conduit est en état de le faire

Avant de faire du vélo, je :

x mets un casque **x** vérifie que mon vélo est en état

Avant d'utiliser un objet, je :

x me demande si j'ai l'âge de l'utiliser **x** sais qu'il faut l'utiliser pour ce à quoi il est destiné

Agir en ayant anticipé un risque

Mon petit frère de 7 ans essaie d'ouvrir un pot de confiture avec un couteau.

Je le préviens que c'est dangereux. Je ne le préviens pas.

Quand je conduirai, si mon copain que je ramène ne veut pas mettre sa ceinture, qu'est-ce que je fais ? je démarre je ne démarre pas

Mon copain doit me ramener mais il n'est pas en état de conduire. Je monte. Je ne monte pas.

Je vois une bouteille avec un liquide orange dedans, ça a l'air bon. Je bois. Je ne bois pas.

Si j'ai un accident sur la route et que la voiture est en plein milieu, cela présente un risque pour celles qui arrivent. Dans la voiture se trouvent un gilet jaune et un triangle rouge. Que faire ?

Je place le triangle rouge derrière la voiture :

à 10 m à 50 m à 100 m au moins à 150 m

je mets le gilet jaune

S'impliquer dans des mesures de protection incendie

Lors des exercices d'évacuation 'incendie' et des exercices de confinement, je suis les consignes, je réagis rapidement et calmement.

Lorsque j'arrive dans un nouvel endroit, je sais qu'il y a des plans d'évacuation affichés.

Alerter

Demander de l'aide

Je peux demander de l'aide : à un adulte

Je peux appeler le SAMU : numéro de téléphone : 11 12 13 14 15 16 17

Je peux appeler le SAMU **15** les pompiers **18 (112)** la police **17**

Quand je téléphone au SAMU ou aux pompiers : (Remets dans l'ordre en numérotant de 1 à 6)

6 décrire la partie du corps blessée et la blessure

2 dire où on se trouve

4 décrire si la personne est consciente

1 dire son nom

3 décrire ce qui se passe

5 dire si une personne inconsciente respire ou non



Si une personne consciente a une blessure au bras :

Je lui tiens le bras. Elle le tient elle-même.

A part en cas de risque immédiat de sur-accident, je ne déplace pas un blessé.

Refroidir une zone brûlée du corps.

1. mettre immédiatement sous l'eau, à 15 cm du robinet, pendant :

10 s 30 s 1 min 5 min

2. observer la surface pour la décrire lors de l'alerte

3. appeler le 15 rassurer la personne



Principe du geste
Refroidir la zone brûlée.



- chute avec un verre à la main et plaie de l'avant-bras ;

Appuyer sur une plaie qui saigne avec une main protégée

En cas de saignement de nez : 1. Il faut mettre la tête :

en arrière droite en avant

2. Il faut appuyer sur la narine pendant 10 min

3. Si au bout de 10 min ça ne s'arrête pas, appeler le 15

Si une personne saigne, j'appuie sur la plaie avec une compresse (ou avec un vêtement) car il faut protéger sa main.



- chute avec plaie de l'arcade sourcilière sans signe de gravité de traumatisme crânien ;

