ILS SE MOBILISENT CHAQUE JOUR POUR PROTÉGER ET **SECOURIR LES AUTRES**

Retrouvez le village « santé secours & vous » sur le Parvis de l'Hôtel de Ville les 30 et 31 mars 2019









POUR POURSUIVRE VOTRE APPRENTISSAGE AUX GESTES DE PREMIERS SECOURS. ALLEZ PLUS LOIN ET DÉCOUVREZ LES FORMATIONS QUALIFIANTES PROPOSÉES PAR LA CROIX-ROUGE FRANÇAISE ET LA PROTECTION CIVILE.

Ouverte et accessible à tous à partir de 10 ans, cette formation est interactive car basée sur la pratique des techniques des gestes qui sauvent et la mise en situation des participants.

Cette formation délivre l'attestation de Prévention et secours civigues de niveau 1 (PSC 1). Elle coûte environ 60 euros, et dure entre 7 et 8 heures.

Elle peut être adaptée selon vos disponibilités : en journée, demiiournées, en soirée ou le week-end.

Seul·e, en famille ou entre amis. n'attendez plus pour vous former!

DONNER SON SANG. C'EST ENCORE UNE AUTRE FACON DE SECOURIR LES AUTRES

Chaque année, ce geste généreux, solidaire et gratuit, permet de sauver des vies et de soigner 1 million de malades.

Pour trouver une collecte mobile ou un site de l'Établissement francais du sang (EFS) près de chez vous ou de votre lieu travail. rendez-vous sur :

COMMENT SE RENDRE UTILE. **QUELLE QUE SOIT** L'ORIGINE DE L'ALERTE?

Cette initiation citovenne des gestes qui sauvent* vous a appris des gestes simples qui peuvent sauver une vie. Elle vous permettra d'adapter la conduite à tenir face à une victime dans l'attente de l'arrivée des secours.



NUMÉROS D'URGENCES GRATUITS









DEVENEZ ACTEUR DU SECOURS EN VOUS FORMANT AUX GESTES **QUI SAUVENT**



Dans toutes les mairies. gratuit et ouvert à tous

dès 10 ans

Information et inscription sur paris.fr/parisquisauve



Plus d'informations sur : www.croix-rouge.fr/Je-me-forme www.protectioncivile.org

Protégez-vous et alertez les secours en appelant le 18, le 15 ou le 112 en cas de danger pour votre sécurité et celle des autres



(+) À RETENIR

- S'éloigner des ouvertures et
- s'allonger sur le sol → S'abriter derrière un obstacle

L'appelant doit pouvoir

- La nature du problème (maladie, ac-
- cident, attentat, fusillade...)

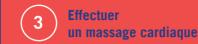
possible

2 Arrêter une hémorragie



+ À RETENIR













La défibrillation avec un DAE

 \rightarrow Les compressions thoraciques

L'opérateur doit respecter

possibles

(défibrillateur automatisé externe)

doit être la plus précoce possible

doivent être le moins interrompues

Pour se protéger et se cacher, il faut :

- → S'enfermer et barricader la pièce
- Éteindre et couper le son des appareils (lampes, TV, téléphone mobile...)
- solide (mur, pilier...)

donner les informations suivantes :

- → Le numéro du téléphone utilisé
- ightarrow La localisation la plus précise

La compression locale doit :

- -> Recouvrir la totalité de la plaie
- Être suffisante pour arrêter
- le saignement \rightarrow Être permanente

Si la compression locale est inefficace ou impossible, poser un garrot qui doit :

- Être situé en amont de la plaie
- l'arrivée des secours
- Être serré pour arrêter le saignement Rester visible et serré jusqu'à

doivent :

- → Comprimer le sternum de 5 cm
- Avoir une fréquence comprise entre 100 et 120 compressions
- Relâcher complètement

Les compressions thoraciques

- par minute
- le thorax entre les compressions



les recommandations de l'appareil









