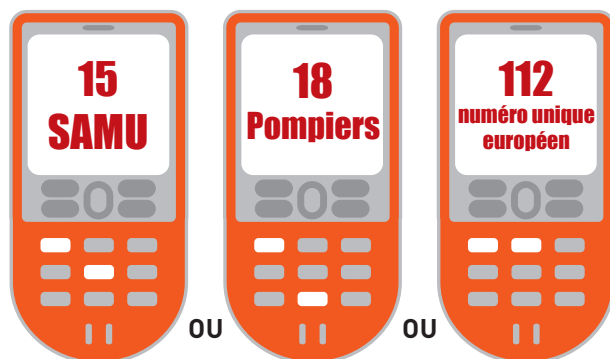


Témoin d'un malaise grave, que faire ?

1 Appréciez l'état de la victime et recueillez des informations

2 Alertez les secours



N° GRATUITS depuis un téléphone fixe ou un portable avec ou sans carte SIM

Précisez aux services d'urgence :

- le motif de l'appel
- la localisation précise
- l'état de la victime

Vous devrez également répondre aux questions posées par les secours et rester en ligne jusqu'à ce que l'on vous dise de raccrocher.

3 Effectuez les gestes de premiers secours

En attendant les secours, il faut agir. Dispensez les gestes de premiers secours de façon calme et non précipitée.

SE FORMER AUX PREMIERS SECOURS

Base du secourisme, la formation PSC1 (prévention et secours civique de niveau 1) permet d'apprendre les gestes utiles pour porter assistance à une personne en détresse physique en attente des secours médicalisés.

Les organismes ci-dessous, partenaires de la Ville de Rennes en 2011 pour l'opération publique « les gestes de premiers secours », dispensent une formation de type PSC1 d'une durée de 10 heures.

Association départementale d'enseignement et de développement du secourisme (ADEDS 35)

adeds35@gmail.com
06 60 83 18 39
adeds35.ecoles.officielive.com

Croix blanche d'Ille-et-Vilaine

croixblanchecesson@free.fr
06 16 39 50 25
croixblanche.org

Croix-rouge française

dl.rennes@croix-rouge.fr
06 22 08 35 07
croix-rouge.fr

Union départementale des premiers secours (UDPS 35)

premiers.secours35@gmail.com
06 08 86 70 04
udps35.com

Union départementale des sapeurs-pompiers d'Ille-et-Vilaine (UDSP 35)

formation@udsp35.fr
02 99 26 90 02
udsp35.fr

La vie
ne tient
pas qu'à
un fil



Apprenons les gestes de PREMIERS SECOURS

QUE FAIRE SI ... LA VICTIME NE RÉAGIT PAS ET NE RESPIRE PAS ?



- 1 Dégagez les voies respiratoires. Desserrez les vêtements.

Appeler les secours
(le 15, le 18 ou le 112).



- 2 Appeler les secours (le 15, le 18 ou le 112).
- 3 Demandez à quelqu'un d'apporter un défibrillateur s'il en y en a un à proximité et utilisez-le dès que possible en cas de malaise cardiaque.

Commencez à effectuer des compressions thoraciques.



- 4 Commencez à effectuer des compressions thoraciques.
- 5 Continuez la réanimation jusqu'à ce que les secours arrivent et reprennent la réanimation ou jusqu'à ce que la victime reprenne une respiration normale.



OÙ TROUVER DES DÉFIBRILLATEURS ?

A Rennes, des défibrillateurs sont progressivement installés dans la plupart des lieux recevant du public. La Ville de Rennes a équipé les piscines et certains équipements sportifs. Deux défibrillateurs sont installés sur l'espace public:

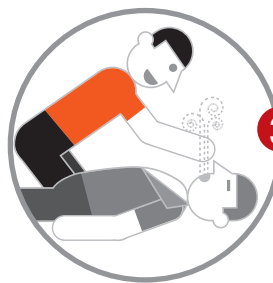
- ↳ **Place de la Mairie**, à l'entrée de l'Hôtel de Ville,
- ↳ **Place des Lices**, dans le sas d'entrée du parking.

QUE FAIRE SI ... LA VICTIME NE RÉAGIT PAS MAIS RESPIRE ?



- 1 Vérifiez que la victime ne réagit pas.

Dégagez les voies respiratoires. Desserrez les vêtements.



- 2 Dégagez les voies respiratoires. Desserrez les vêtements.
- 3 Vérifiez que la victime respire.

Tournez la victime sur le côté en position latérale de sécurité.

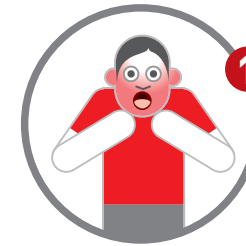


- 4 Tournez la victime sur le côté en position latérale de sécurité.
- 5 Appelez les secours (le 15, le 18 ou le 112).



- 6 Vérifiez régulièrement la respiration de la victime jusqu'à l'arrivée des secours.

QUE FAIRE SI ... LA VICTIME S'ÉTOUFFE ?



- 1 La victime ne peut ni parler, ni respirer, ni tousser.

Donnez un maximum de 5 claques dans le haut du dos de la victime entre les omoplates. Après chaque claque, vérifiez si le corps étranger est expulsé.



- 2 Donnez un maximum de 5 claques dans le haut du dos de la victime entre les omoplates. Après chaque claque, vérifiez si le corps étranger est expulsé.
- 3 Si les claques dans le dos n'ont pas d'effet, effectuez un maximum de 5 compressions abdominales.

Si la victime perd connaissance, posez-la délicatement sur le sol et alertez les secours (le 15, le 18 ou le 112).

