

Dans notre quotidien, il existe de nombreux risques



Des risques courants :

malaise, coupure, brûlure, étouffement, arrêt cardiaque, etc.



Des risques plus exceptionnels :

tempête, inondation, attentat, etc.



Dans les deux cas, des gestes simples peuvent vous aider à éviter le pire.

APPRENEZ-LES!

1

Lors d'un apéro entre amis, un convive s'étouffe avec une cacahuète, il ne peut plus parler ni respirer, que faire pour l'aider ?

- A. L'encourager à tousser.
- B. Lui donner des claques dans le dos.



2

Vous retrouvez votre collègue inconscient au sol. Que faire pour le secourir ?

- A. Vérifier qu'il respire.
- B. Vérifier qu'il est inconscient.

3

Une personne se fait renverser par une voiture sous vos yeux.

Quel numéro composez-vous pour appeler les secours ?

- A. Le 18
- B. Le 112

Réponses : 1.B 2.A et B 3.A et B

Envie de tester vos connaissances sur les comportements qui sauvent ?

Tentez l'expérience en ligne !



SAUVE QUI VEUT.FR

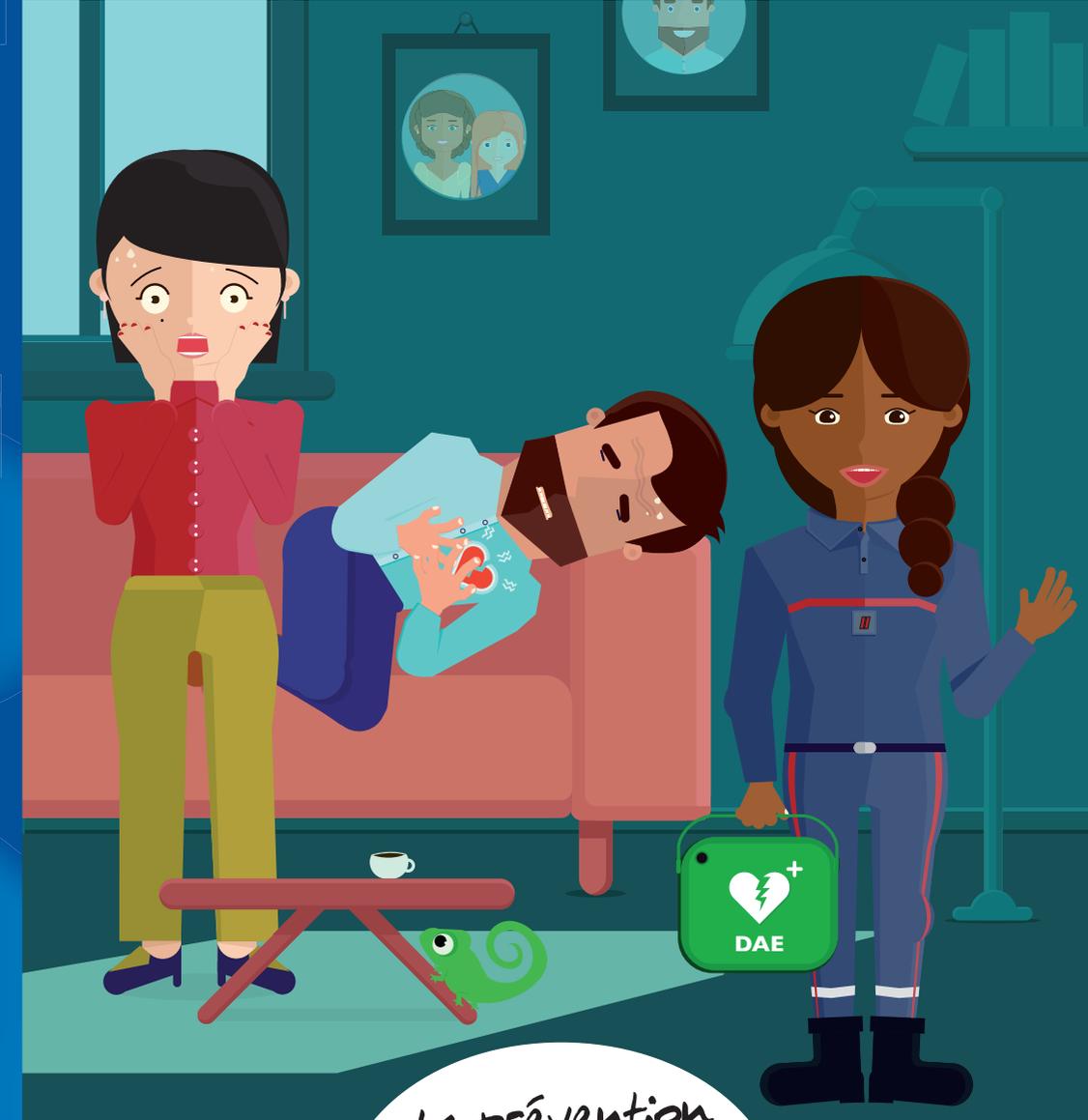
Le jeu en ligne qui peut sauver des vies en vrai

Le **nouveau jeu en ligne** pour tester vos connaissances sur les comportements qui sauvent face aux risques. Que faire lors d'un incendie ? D'une inondation ? Face à un arrêt cardiaque ? En cas d'hémorragie ? Autant de situations qu'on préfère éviter... mais qui arrivent dans la vraie vie. Alors, autant être prêt.

PEFC 10-31-1614

FNSPF - Réédition septembre 2019. Illustrations : Alice Soussong

La formation aux premiers secours



La prévention par les **SAPEURS - POMPIERS DE FRANCE**

avec le soutien de





Chaque année, les sapeurs-pompiers forment près de 110 000 personnes aux gestes qui sauvent.



Chaque année, une personne sur cinq est victime d'un accident de la vie courante, 20 000 en décèdent.



Chaque année, 2 millions de personnes sont victimes d'un malaise cardiaque. 40 000 en décèdent.



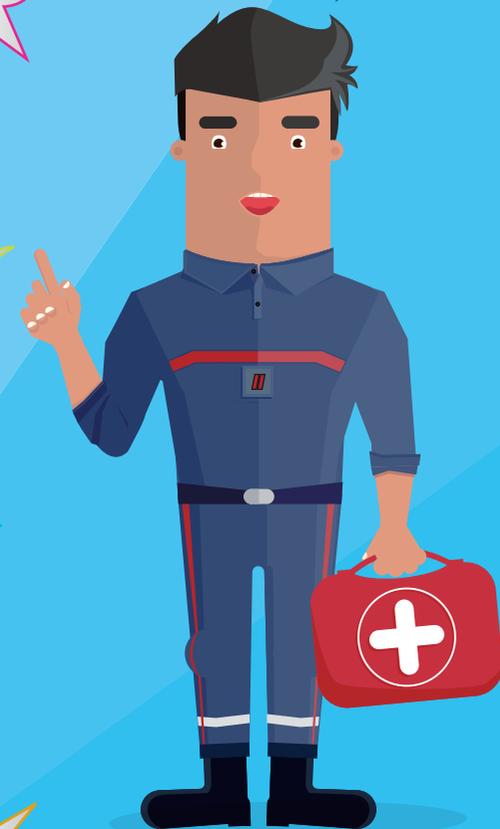
97 unions départementales de sapeurs-pompiers ainsi que 5 associations ultramarines peuvent vous former aux gestes qui sauvent.



La France est équipée de 100 000 défibrillateurs. Apprenez à les utiliser !



Dès l'âge de 10 ans, tout le monde peut se former aux gestes qui sauvent.



Formation PSC 1



Pour savoir comment réagir face à l'ensemble des risques du quotidien, allez plus loin en suivant la formation Prévention et secours civique de niveau 1 (PSC 1).



Les sapeurs-pompiers, acteurs des secours et de la prévention **forment chaque année près de 110 000 personnes au PSC 1**, partout en France.



Formation simple et courte, **le PSC 1 est ouvert à tous, à partir de 10 ans**, et ne nécessite aucune connaissance préalable.



Quels que soient **votre âge, votre profession et votre condition physique**, vous pouvez apprendre à secourir votre prochain !

Les sapeurs-pompiers vous apprendront les gestes de premiers secours pour savoir réagir efficacement face aux différents risques :

- Le malaise
- La perte de connaissance
- L'hémorragie
- L'arrêt cardiaque
- L'étouffement
- La brûlure
- La plaie



Objectifs

À travers des explications et des mises en situations, vous apprendrez à :

- Vous protéger et protéger les autres
- Prévenir les secours
- Avoir les bons réflexes en toutes circonstances



Bon à savoir !

Renseignez-vous auprès de l'union des sapeurs-pompiers de votre département pour connaître les formations existantes : retrouvez toutes les coordonnées sur **qqq(i)g(j)cInfI**



Quel que soit votre lieu d'habitation, trouvez une formation près de chez vous.