

Co Dep 22

Formation Premiers Secours *Prévention et Secours Civiques (niveau 1)* PSC 1

Le Co Dep 22 a organisé une journée de formation « **Prévention et Secours Civiques-niveau 1** » le **samedi 14 février 2015** à la **Maison des Sports à Ploufragan** (Brézillet), réservée aux adhérents des clubs cyclotouristes des Côtes d'Armor.

9 cyclotouristes y ont participé, en provenance des clubs **d'Hénon, Pléneuf et ACB**.

La formation a été assurée par Monsieur **Bretagnolle Olivier**, formateur à la Protection Civile départementale.



Les participants à la formation



Plusieurs thèmes liés à la prévention et aux secours ont été abordés et mis en situation à l'aide d'exercices pratiques effectués par les participants.



L'alerte des secours



Les hémorragies externes



Identifier et agir, mais aussi compression sur l'endroit qui saigne.



*L'obstruction des voies aériennes
Claques dans le dos et compression abdominales*

La perte de connaissances



Apprécier la respiration

*Assurer la liberté des
voies aériennes*

Chez le nourrisson : claques dans le dos et compressions thoraxiques



La position latérale de sécurité (PLS)

Préparation



Le retournement



Placer son bras le plus proche à angle droit de son corps .

Plier son coude tout en gardant la paume de sa main tournée vers le haut .

Faire pivoter la victime vers soi, jusqu'à ce que son genou touche le sol .

Préserver la bascule de la tête en arrière .

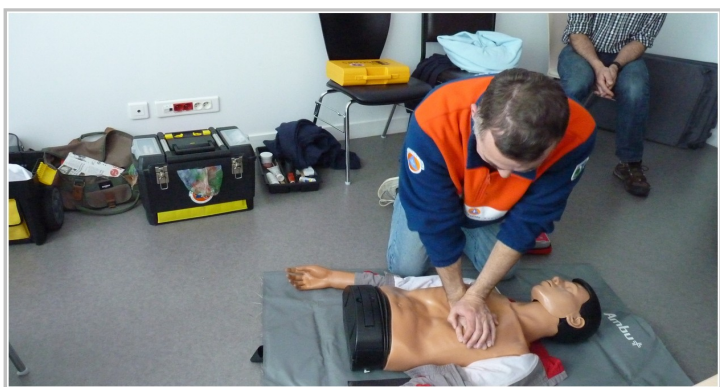
Surveiller sa respiration jusqu'à l'arrivée des secours .

Victime en arrêt cardiaque

Réanimation cardio-vasculaire (RCP)



Mise en oeuvre d'une défibrillation



Compression thoracique

Document réalisé par Jean-Pierre Margatti, membre du Co Dep 22