

Mon livret d'apprentissage



# PORTER SECOURS

Avec le comité USEP de Seine-Saint-Denis

## **SOMMAIRE**

---

L'alerte

Les règles du porter secours

La PLS

Le saignement de nez

Les brûlures

Les traumatismes

## L'alerte

Décider d'alerter les secours



SAMU



POMPIERS



EUROPE



POLICE

Trouver le moyen de communication adapté

Transmettre les informations

- Se présenter (nom et prénom)
- Description de la situation
- Communiquer sa localisation

Répondre aux questions posées par les services de secours

Appliquer les consignes données

Raccrocher quand on vous le dit

## Les règles du porter secours



Ne pas se mettre en danger

1



Ne pas boire

2



Ne pas manger

3

## La Position Latérale de Sécurité

Vérifier si la personne est consciente et si elle respire

La victime n'est pas consciente, réaliser une PLS et appeler les secours



**1** Se placer sur un côté de la victime  
Prendre le bras de la victime et faire un angle droit avec le coude



**2** Prendre la main opposée de la victime. Les deux paumes doivent être collées



**3** Attraper et lever le genou  
Tirer le genou vers vous  
Avancer la jambe vers le sol



**4** Ouvrir la bouche de la victime  
Mettre sa main sur le ventre pour vérifier la respiration

## Le saignement de nez

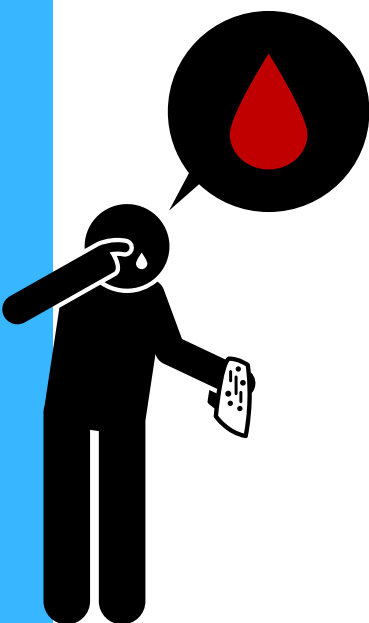
Asseoir la victime et lui dire de pencher légèrement la tête vers l'avant

Se moucher

Comprimer les narines pendant  
10 minutes

Alerter les secours si la  
méthode n'a pas fonctionné

Recommencer la méthode  
jusqu'à l'arrivée des secours



Protégez vous  
du sang de la  
victime

## Les brûlures

On s'éloigne de la source de danger

Je rince la brûlure avec de l'eau

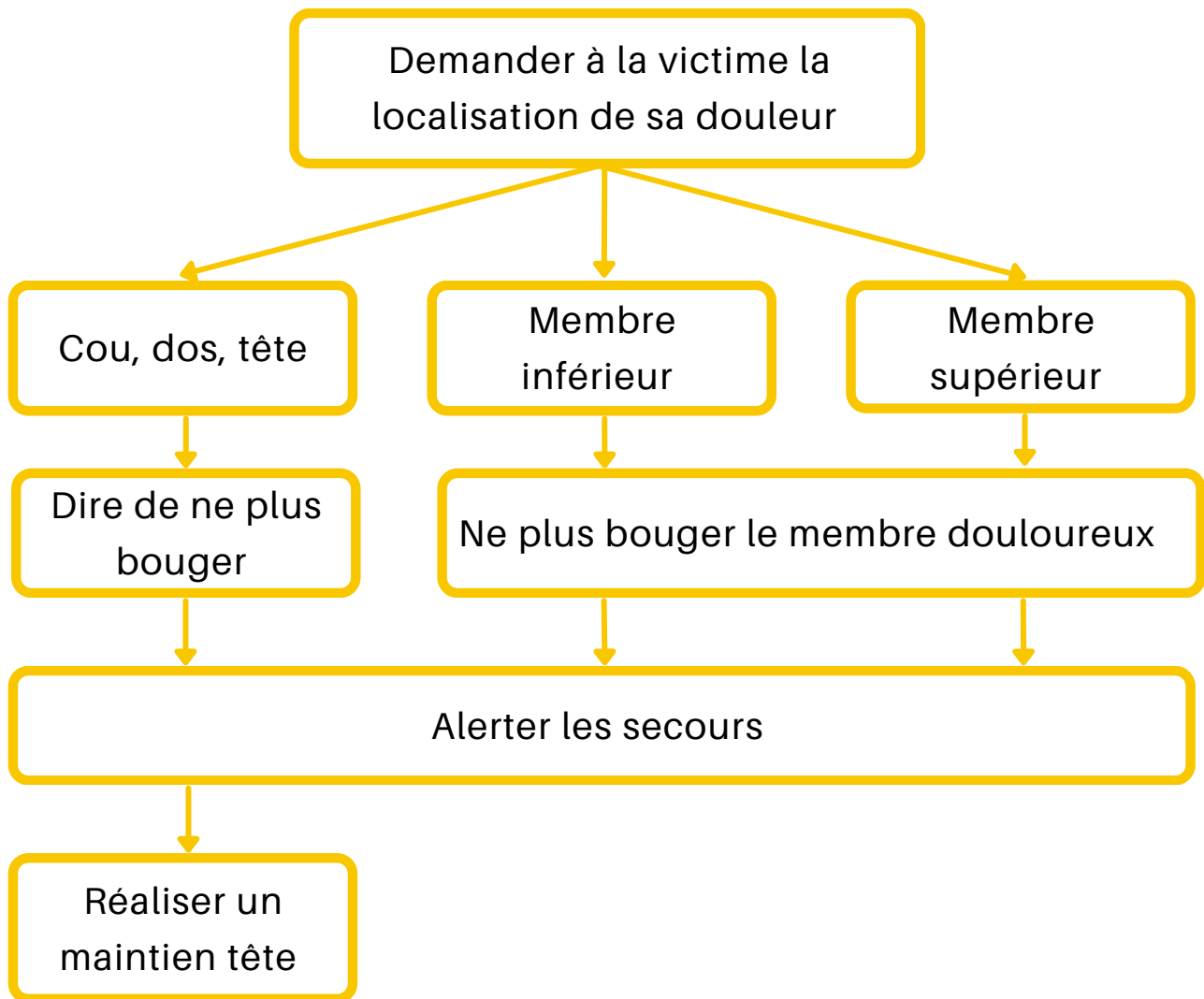


J'appelle les secours si la brûlure est plus grave qu'un coup de soleil (simple rougeur)



**Attention :**  
On ne perce pas les cloques

## Les traumatismes



- Couvrir la victime
- Il faut rassurer la victime











# Mon livret d'apprentissage



[seinesaintdenis.comite.usep.org](http://seinesaintdenis.comite.usep.org)