

L'actu du jour

Apprendre à sauver des vies dès l'âge de 10 ans

À l'occasion de la Journée mondiale des premiers secours, placée sous le thème « Premiers secours pour et par les enfants », 1jour1actu t'en dit plus sur ces « gestes qui sauvent » que l'on peut apprendre dès l'âge de 10 ans.



Les formations aux premiers secours dispensées par la Croix-Rouge sont ouvertes à tout le monde à partir de 10 ans. © Peter Muller / Cultura Creative / AFP

Un attentat ou une catastrophe naturelle, comme une tempête ou de violentes inondations, sont des situations d'urgence exceptionnelles. Mais **dans la vie quotidienne**, il existe aussi de nombreuses situations où **tu peux te retrouver face à des personnes dont la vie est en danger** : un enfant qui s'étouffe avec un petit jouet, un camarade qui perd connaissance, un adulte dans la rue qui a un malaise cardiaque.

Ainsi, en France, **1 famille sur 2 a été ou sera touchée dans l'année par un accident domestique**. Et toutes les 10 minutes, 1 personne meurt d'un accident cardiaque.

En attendant l'arrivée des secours sur le lieu de l'accident, **des gestes simples permettent d'éviter que l'état de la victime s'aggrave**.

Pourquoi en parle-t-on ?

Organisée chaque deuxième week-end de septembre par la Croix-Rouge, la Journée mondiale des premiers secours est, cette année, dédiée aux jeunes. Car à partir de 10 ans, on peut apprendre des gestes simples pour sauver des vies.

JOURNÉE MONDIALE DES PREMIERS SECOURS



C'est pas l'âge qui fait le sauveur,
c'est sa formation.



Rendez-vous le 10 septembre 2016
La Croix-Rouge française **initie les jeunes et les enfants dès 3 ans** à la prévention des accidents de la vie courante et aux gestes de premiers secours.
Plus d'informations sur www.croix-rouge.fr



croix-rouge française
PARTOUT OÙ VOUS AVEZ BESOIN DE NOUS



Affiche de la Journée mondiale des premiers secours 2016, organisée par la Croix-Rouge française.

Huit heures de formation pour apprendre les gestes qui sauvent

Or, plus on apprend ces gestes tôt, plus on acquiert les bons réflexes. La formation **Prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC 1)** permet d'apprendre en 8 heures seulement ces gestes de premiers secours. Dispensée par l'association la Croix-Rouge, **cette formation est accessible à tout le monde à partir de 10 ans**. Des stages ont lieu partout en France tout au long de l'année. Pour s'y inscrire, il suffit de se rendre sur le site de la Croix-Rouge ou de contacter l'unité locale Croix-Rouge française la plus proche de chez soi. **La formation coûte entre 50 et 60 euros.**

Qu'apprend-on au cours d'un stage de premiers secours ?

Durant la formation, on apprend d'abord **les étapes à respecter avant de pratiquer les gestes de premiers secours** : par exemple vérifier qu'il n'y a pas de danger à s'approcher du lieu de l'accident, évaluer l'état de la victime, mais aussi **prévenir les secours**, notamment les pompiers en composant le 18 ou le SAMU en composant le 15.

Pendant la formation, **pas besoin de papier ni de crayon** : tout s'apprend en regardant et en pratiquant. À la fin du stage, tu sauras réagir face à une personne qui s'étouffe ou saigne beaucoup. Tu auras également appris à mettre une personne inconsciente en position latérale de sécurité (PLS), mais aussi à effectuer un massage cardiaque ou à utiliser un défibrillateur automatique, deux gestes qui permettent de sauver une victime de crise cardiaque.

Ce diaporama te présente quelques gestes techniques que l'on apprend lors de cette formation. Mais **attention, il ne faut pas les pratiquer sans avoir été formé par un spécialiste**, qui seul peut t'apprendre à les faire correctement !

Anne-Laure Thomas

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)