



# PREMIERS SECOURS



## Les principes

Rester **calme**  
**Sécuriser** le lieu de l'accident  
Attention à votre **propre sécurité**



Sortir la personne de la zone de danger

## Appel d'urgence



Où est l'urgence ?  
**Attendez** les questions par exemple  
**Qu'est-ce qui s'est passé?**  
**Combien de blessés/malades ?**  
**Quelles blessures/maladies ?**



**Vérifier la conscience**  
Parler à voix haute  
toucher, secouer

pas disponible

appelez à l'aide

**Vérifier la respiration**  
Libérer les voies respiratoires,  
Pencher la tête vers le nuque,  
Lever le menton

aucune respiration normale

appel d'urgence 112



faire ramasser un DEA\*

**30 x compressions thoraciques**  
Mains au milieu de la poitrine  
Profondeur d'impression 5-6cm  
Vitesse de travail 100-120/min

En échange de

**2 x respiration artificielle**  
1 s souffler de l'air dans la bouche ou le nez

existant

Respiration normale

**Aider de façon adaptée à la situation**



Appel d'urgence

**position latérale de sécurité**

Surveiller la conscience et la respiration

|   |
|---|
| Centre de contrôle de sauvetage (appel d'urgence):                                    |
| Secouriste ambulancier:   |
| Paramédical de l'entreprise:  |
| Matériel de premiers secours chez:  |
| Salle de premiers secours:  |
| Médecin disponible le plus proche:  |
| Médecin de l'assurance sociale des accidents du travail et maladies professionnelles: |
| Hôpital le plus proche:   |

Pour info: [www.dguv.de/landesverbaende](http://www.dguv.de/landesverbaende)



**Apprenez aider - devenez secouriste**

Pour info: [www.dguv.de/fb-ersthilfe](http://www.dguv.de/fb-ersthilfe)

Inscription pour l'éducation:



\* Si disponible – suivre les instructions du défibrillateur externe automatique (DEA)