



Ateliers premiers secours

EN UN COUP D'ŒIL



Lieu

À l'intérieur (local)



Idée clé

Rester calme en cas d'urgence et bien aider



Préparation

Matériel 20 min · Préparation 30 min



120 minutes



8 à 16 jeunes



12 à 16 ans



4 ateliers



Matériel

- ☐ trousse de secours
- ☐ écharpes triangulaires, bandes de gaze, compresses
- ☐ couverture de survie
- ☐ téléphone (éteint) pour l'exercice d'appel d'urgence
- ☐ cartes de rôle avec des accidents
- ☐ en option : maquillage pour simuler des blessures



Déroulement

0-15'

Introduction – Que feriez-vous ? Jouer une courte scène d'accident.

15-95'

Ateliers – Quatre ateliers de 20 minutes (voir ci-dessous).

95-110'

Grand scénario – Un accident joué : tout le monde applique ce qu'il a appris.

110-120'

Clôture – Pensée : le bon Samaritain (Luc 10,30-37).



Ateliers premiers secours

Comment ça marche – expliqué simplement

- 1 **Appel d'urgence 112** : Où ? Que s'est-il passé ? Combien de blessés ? Quelles blessures ?
Attendre les questions.
- 2 **Position latérale de sécurité** : s'exercer par deux.
- 3 **Pansements** : sparadrap, pansement de doigt, pansement compressif.
- 4 **Garder au chaud** : envelopper une personne dans une couverture de survie, en laissant la tête libre.
- 5 Changer d'atelier après 20 minutes.

 **Exemple** : « Bonjour, je m'appelle... Je suis au parking de la forêt, chemin des Exemples. Un garçon est tombé d'un arbre et a très mal à la jambe. Une personne blessée. »

Sécurité

- Important : cette réunion ne remplace pas une formation aux premiers secours.
- Prudence avec la position latérale de sécurité, ne pas faire pratiquer quelqu'un qui a mal.
- Simuler seulement l'appel, téléphone éteint.

Variantes

- Travailler avec un organisme de secours local (p. ex. la Croix-Rouge jeunesse).
- Pour les plus grands : suivre une formation aux premiers secours en groupe.

À méditer

Qu'est-ce qui empêche les gens d'aider – et qu'est-ce qui te donne du courage ?