



Année Académique 2024-2025

Matière: Protect ED

Classe: EB4

Date: Novembre 2024

Collège SSCC Bickfaya

Leçon 5

Thème : La Sécurité Physique

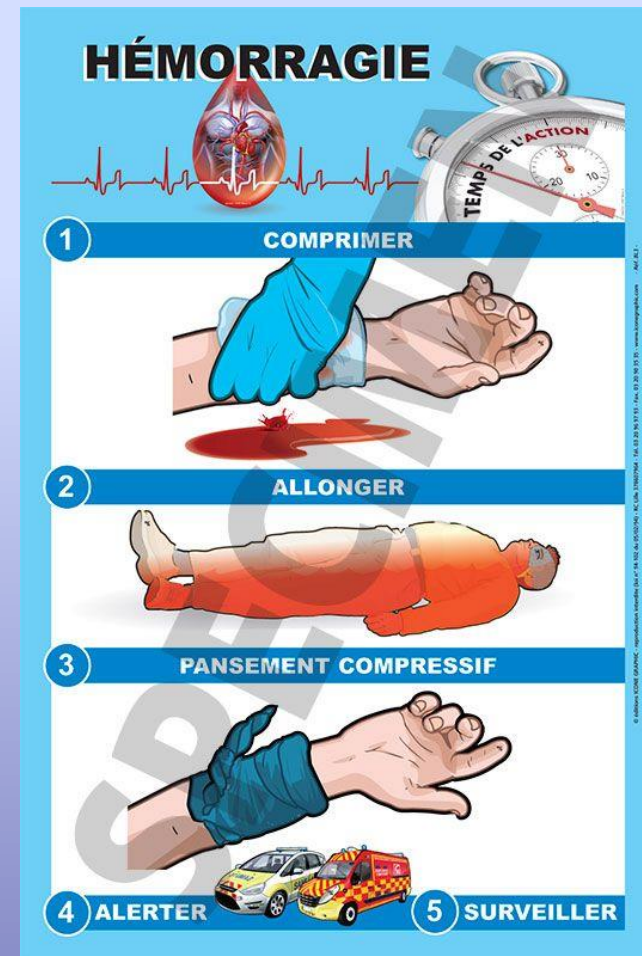
Objectif:

Mettre en pratique des gestes simples de premiers secours.



Les gestes de base de premiers secours sont cinq

1. Stabiliser.
2. Surélever.
3. Mettre une bande.
4. Soutenir.
5. Dégager



Comment stabiliser ?

- Ne pas déplacer la personne blessée.
- Immobiliser la personne .



Surélever , pourquoi ?

- Pour faciliter la circulation du sang .
- Pour aider à réduire le gonflement de la blessure .

Surélever quand?

- Si la personne se sent faible.
- Si la personne est blessée au pied ou à la main.

Mettre une bande

Quand ?

- Si quelqu'un saigne .
- En cas d'écorchure de plaie.



Soutenir

- Quand quelqu'un s'évanouit.
- Quand quelqu'un vomit .
- Quand quelqu'un n'arrive pas à respirer.



Dégager

- Quand quelqu'un saigne du nez



Pour plus d'informations:

Lire page 7-8 du cahier
de l'élève.