



CYCLE 3

Secourir : les règles de base (1)

PRÉNOM _____

DATE _____



La protection d'abord !

DÉCOUVRIR

1 Pour chaque situation, **écris** ce que tu dois faire immédiatement pour te protéger, protéger la victime et les autres personnes présentes.

a. Un enfant joue avec une visseuse électrique branchée.

b. Dans la rue, un fil électrique a été sectionné et traîne au sol.

c. Un enfant se brûle avec la casserole qui chauffait sur la gazinière.
Le feu est resté allumé.

2 Que faire en cas d'incendie ? **Écris** la lettre correspondant à l'action attendue.



évacuer et enclencher l'alarme



alerter



supprimer la cause de l'incendie



couper les alimentations :
électricité, gaz

a. Débrancher si possible l'appareil électrique ou couper l'électricité au disjoncteur.

b. Ouvrir les fenêtres et appeler à l'aide.

c. Jeter de l'eau sur l'arbre en feu.



CYCLE 3

Secourir : les règles de base (1)

PRÉNOM _____

DATE _____



La protection d'abord !

SE CORRIGER

1 Pour chaque situation, **écris** ce que tu dois faire immédiatement pour te protéger, protéger la victime et les autres personnes présentes.

a. Un enfant joue avec une visseuse électrique branchée.

Débrancher la prise et lui retirer l'appareil des mains.

b. Dans la rue, un fil électrique a été sectionné et traîne au sol.

Baliser et sécuriser la zone.

c. Un enfant se brûle avec la casserole qui chauffait sur la gazinière. Le feu est resté allumé.

Couper le feu sous la casserole.

2 Que faire en cas d'incendie ? **Écris** la lettre correspondant à l'action attendue.



évacuer et enclencher l'alarme



alerter



supprimer la cause de l'incendie **a**



couper les alimentations :
électricité, gaz

a. Débrancher si possible l'appareil électrique ou couper l'électricité au disjoncteur.

b. Ouvrir les fenêtres et appeler à l'aide.

c. Jeter de l'eau sur l'arbre en feu.



CYCLE 3

Secourir : les règles de base (2)

PRÉNOM _____

DATE _____



Le traumatisme

DÉCOUVRIR

1 Pour chaque vignette, **écris** le nom du traumatisme correspondant :
traumatisme dorsal - traumatisme du membre supérieur
traumatisme du membre inférieur.

2 Dans chaque cas, **souligne** ce qu'il faut faire, en attendant les secours, pour que la blessure ne s'aggrave pas, et **barre** ce qu'il ne faut pas faire.



- Empêcher le blessé de bouger.
- Envelopper sa blessure dans un bandage.
- Surveiller la conscience et la respiration.
- _____



- Mettre la victime à l'ombre.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Empêcher la victime de bouger.
- Surveiller la conscience et la respiration.
- _____



- Donner de l'eau au blessé.
- Empêcher tout mouvement de la victime.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Surveiller la conscience et la respiration.
- _____



CYCLE 3

PRÉNOM _____

Secourir : les règles de base (2)

DATE _____



Le traumatisme

SE CORRIGER

- 1 Pour chaque vignette, **écris** le nom du traumatisme correspondant :
traumatisme dorsal - traumatisme du membre supérieur
traumatisme du membre inférieur.
- 2 Dans chaque cas, **souligne** ce qu'il faut faire, en attendant les secours, pour que la blessure ne s'aggrave pas, et **barre** ce qu'il ne faut pas faire.



- Empêcher le blessé de bouger.
- ~~Envelopper sa blessure dans un bandage.~~
- Surveiller la conscience et la respiration.
- traumatisme du membre supérieur



- Mettre la victime à l'ombre.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Empêcher la victime de bouger.
- Surveiller la conscience et la respiration.
- traumatisme du membre inférieur



- Donner de l'eau au blessé.
- Empêcher tout mouvement de la victime.
- Couvrir la victime et la réconforter.
- Surveiller la conscience et la respiration.
- traumatisme dorsal



CYCLE 3

Secourir : les règles de base (3)

PRÉNOM _____

DATE _____



DÉCOUVRIR

Le saignement

- 1** En cas de saignement, on applique la règle des 3A. **Entoure** les verbes qui constituent cette règle et écris-les dans le bon ordre.
alerter - arracher - attendre - allonger - appuyer - accrocher

- 2** **Complète** chaque geste de secours en écrivant le bon numéro.

- a) Constater la gravité de l'hémorragie
- b) Appuyer ou faire appuyer directement sur l'endroit qui saigne avec la paume de la main
- c) Se protéger avec des gants ou un sac en plastique
- d) Allonger confortablement la victime
- e) Maintenir la compression de la plaie jusqu'à l'arrivée des secours
- f) Donner l'alerte ou faire donner l'alerte
- g) Vérifier que l'hémorragie est arrêtée
- h) Parler régulièrement à la victime
- i) Couvrir la victime

- 1) ... pour mettre en route les secours.
- 2) ..., sinon la victime se vide de son sang.
- 3) ... pour l'informer, la rassurer, la maintenir éveillée.
- 4) ... pour arrêter le saignement en comprimant les vaisseaux touchés.
- 5) ... si le sang imbibe un mouchoir en quelques secondes, il faut agir rapidement.
- 6) ... pour éviter qu'elle prenne froid (contact avec le sol et état de choc).
- 7) ... pour répartir le sang dans le corps et mieux irriguer le cerveau et pour éviter une chute en cas de malaise.
- 8) ... pour vérifier l'efficacité de la compression.
- 9) ... pour limiter la transmission des maladies infectieuses.





CYCLE 3

PRÉNOM _____

Secourir : les règles de base (3)

DATE _____



Le saignement

SE CORRIGER

- 1 En cas de saignement, on applique la règle des 3A. **Entoure** les verbes qui constituent cette règle et écris-les dans le bon ordre.

alerter - arracher - attendre - allonger - appuyer - accrocher

appuyer, allonger, alerter

- 2 **Complète** chaque geste de secours en écrivant le bon numéro.

- | | |
|---|-----|
| a) Constater la gravité de l'hémorragie | (5) |
| b) Appuyer ou faire appuyer directement sur l'endroit qui saigne avec la paume de la main | (4) |
| c) Se protéger avec des gants ou un sac en plastique | (9) |
| d) Allonger confortablement la victime | (7) |
| e) Maintenir la compression de la plaie jusqu'à l'arrivée des secours | (2) |
| f) Donner l'alerte ou faire donner l'alerte | (1) |
| g) Vérifier que l'hémorragie est arrêtée | (8) |
| h) Parler régulièrement à la victime | (3) |
| i) Couvrir la victime | (6) |

- 1) ... pour mettre en route les secours.
- 2) ..., sinon la victime se vide de son sang.
- 3) ... pour l'informer, la rassurer, la maintenir éveillée.
- 4) ... pour arrêter le saignement en comprimant les vaisseaux touchés.
- 5) ... si le sang imbibe un mouchoir en quelques secondes, il faut agir rapidement.
- 6) ... pour éviter qu'elle prenne froid (contact avec le sol et état de choc).
- 7) ... pour répartir le sang dans le corps et mieux irriguer le cerveau et pour éviter une chute en cas de malaise.
- 8) ... pour vérifier l'efficacité de la compression.
- 9) ... pour limiter la transmission des maladies infectieuses.





CYCLE 3

Secourir : les règles de base (4)

PRÉNOM _____

DATE _____



La brûlure

- 1 **Complète** le texte avec les mots suivants :
profondeur - immédiatement - surface - pression

Il faut arroser la brûlure _____ car, même après avoir supprimé la cause de la brûlure, ses effets se poursuivent. Sans action immédiate, elle peut s'étendre en _____ et en _____.

On n'arrose pas directement la brûlure, mais on fait couler l'eau un peu au-dessus pour éviter la _____ de l'eau sur la blessure.

- 2 **Coche** la case qui convient. Si tu réponds « faux », **écris** la bonne réponse.

1. Une brûlure à la bouche est une brûlure grave.

vrai faux

2. Si la victime a de multiples petites cloques partout sur le corps, ça n'est pas une brûlure grave car les cloques sont plus petites que la moitié de la paume de la main.

vrai faux

3. Chez l'enfant, s'il s'agit d'une rougeur étendue, c'est une brûlure grave.

vrai faux

4. Si la brûlure présente un aspect noirâtre, c'est une brûlure grave.

vrai faux



DÉCOUVRIR



CYCLE 3

PRÉNOM _____

Secourir : les règles de base (4)

DATE _____



La brûlure

- 1 **Complète** le texte avec les mots suivants :
profondeur, immédiatement, surface, pression.

Il faut arroser la brûlure *immédiatement* car, même après avoir supprimé la cause de la brûlure, ses effets se poursuivent. Sans action immédiate, elle peut s'étendre en *profondeur* et en *surface*.

On n'arrose pas directement la brûlure, mais on fait couler l'eau un peu au-dessus pour éviter la *pression* de l'eau sur la blessure.

- 2 **Coche** la case qui convient. Si tu réponds « faux », **écris** la bonne réponse.

1. Une brûlure à la bouche est une brûlure grave.

vrai faux

2. Si la victime a de multiples petites cloques partout sur le corps, ça n'est pas une brûlure grave car les cloques sont plus petites que la moitié de la paume de la main.

vrai faux

Toutes les petites cloques réunies font plus que la moitié de la paume de la main.

3. Chez l'enfant, s'il s'agit d'une rougeur étendue, c'est une brûlure grave.

vrai faux

4. Si la brûlure présente un aspect noirâtre, c'est une brûlure grave.

vrai faux



SE CORRIGER



CYCLE 3

Secourir : les règles de base (5)

PRÉNOM _____

DATE _____



La position latérale de sécurité (PLS)

DÉCOUVRIR

1 Complète le texte.

Pour vérifier la respiration, je prends _____ secondes au maximum pour regarder si le _____ se soulève, sentir l' _____ sur la peau de ma joue et écouter les _____ de la respiration.

2 Numérote dans le bon ordre les étapes de la mise en PLS.

1. S'agenouiller à côté de la victime et mettre son bras à angle droit, main en haut, contre le sol.
2. Saisir son autre main et venir la placer sous la joue opposée. De l'autre main, attraper sa jambe opposée. Lever son genou en gardant son pied à terre. Se reculer un peu.
3. Tirer lentement la jambe relevée vers le sol pour la faire basculer et entraîner le reste du corps.
4. Enlever sa main qui est sous la tête tout en maintenant le coude de la victime.
5. Fléchir sa jambe au-dessus pour que hanche et genou soient à angle droit.
6. Ouvrir la bouche de la victime.





CYCLE 3

Secourir : les règles de base (5)

PRÉNOM _____

DATE _____



La position latérale de sécurité (PLS)

1 Complète le texte.

Pour vérifier la respiration, je prends 10 secondes au maximum pour regarder si le ventre se soulève, sentir l'air sur la peau de ma joue et écouter les bruits de la respiration.

2 Numérote dans le bon ordre les étapes de la mise en PLS.

1. S'agenouiller à côté de la victime et mettre son bras à angle droit, main en haut, contre le sol.
2. Saisir son autre main et venir la placer sous la joue opposée. De l'autre main, attraper sa jambe opposée. Lever son genou en gardant son pied à terre. Se reculer un peu.
3. Tirer lentement la jambe relevée vers le sol pour la faire basculer et entraîner le reste du corps.
4. Enlever sa main qui est sous la tête tout en maintenant le coude de la victime.
5. Fléchir sa jambe au-dessus pour que hanche et genou soient à angle droit.
6. Ouvrir la bouche de la victime.



3



5



2



1



6



4

SE CORRIGER