

FICHE DE SECOURS

Fait partie du fond de sac

A donner aux secours en cas d'évacuation

Partie à remplir par l'adhérent chez lui :

Nom et prénom :

Date de naissance :

Adresse :

téléphone portable:

personne à prévenir en cas d'accident :

téléphone portable :

groupe sanguin :

allergie éventuelle :

pathologie particulière :

nom et tel médecin traitant :

médicaments pris régulièrement :

Partie à remplir par l'encadrant au moment de l'accident :

Lieu accident :

Date et heure accident :

Nature de l'accident :

Symptômes observés ? (ex : *malaise, inconscience, confusion, paralysie partielle, difficultés à respirer, plaies, hémorragie, luxation, fracture etc...*)

Premiers secours apportés ? (ex *garrot, massage cardiaque, PLS, pansements, immobilisation, déplacement etc...*)

Affaires du blessé confiées aux secours : (ex: *sac avec téléphone, carte identité, carte vitale, argent, carte bancaire, carte CAF.*)

Nom et tel encadrant :

Commentaires :

Cellule de crise CAF Pau à contacter en cas d'accident grave : *Président (0688927274), ou Vice Président (0603625364) ou Responsable Sécurité (0601235909)*

MEMO DE SECOURS

L'encadrant analyse la situation puis organise les actions :

PROTEGER : éviter le sur accident, mettre le groupe en sécurité

ALERTER :

- **tél 112 d'urgence si accident ou blessé grave** (ex avalanche, chute crevasse) ou dès que possible pour conseils même si ne semble pas grave (ex : malaise, entorse)

- **SMS au 114 avec app « mes coordonnées GPS » si mauvais réseau**

SECOURIR

- **en cas d'accident nécessitant de dégager les victimes : répartir les rôles entre les personnes indemnes**, ex pour avalanche, celles en recherche DVA, celles avec pelle et sonde, celles pour sortir partiellement ensevelies, celles pour porter les 1ers secours etc..

- **faire un bilan des fonctions vitales** (conscience, respiration, circulation)

- **si personne inconsciente : mettre sur le dos, dégager voies aériennes. Si respire, mise en PLS, sinon, massage cardiaque (100 à 120 cps/mn) jusqu'à arrivée des secours**

- **si hémorragie : compression ou garrot (noter heure)**

- **si personne consciente avec signes graves : premiers secours avant évacuation**

. est incohérente, douleur violente ou paralysie partielle (AVC?) : surveiller

. s'étouffe (voies obstruées?) : claques dans le dos, compressions abdominale

. a une grosse plaie : pansement compressif

. a un gros traumatisme (épaule démise, fracture): immobiliser si besoin de déplacer

. est en hypothermie : isoler du froid, abriter du vent, couvrir, réchauffer

- **si personne consciente sans signes graves : premiers soins et avis du 112**

. a eu un malaise (malaise vagal?) : l'asseoir ou l'allonger

. a été piquée : surveiller allergie éventuelle

. a froid (début hypothermie ou engelure?) : réchauffer, habiller (bonnet), protéger du vent

. a chaud (coup de chaleur?) : déshabiller, rafraîchir, donner à boire, ventiler, à l'ombre

. a du mal à respirer (asthme?) : asseoir, desserrer vêtements

. a des plaies : nettoyer, désinfecter, panser

. a un traumatisme (ex entorse): refroidir, strapping

. retour avec le groupe si peut se déplacer normalement et avis favorable du 112

EVACUATION HELICO: une personne reste près du blessé (rassurer, surveiller), une autre va sur la zone de pose et attend l'hélico, lui fait signe (bras en Y), attend le secouriste, suit ses consignes; les autres personnes se regroupent à distance avec affaires et ne bougent pas ; donner aux secours un petit sac avec cette Fiche de Secours et papiers, téléphone, médicaments des blessés. On ne se déplace que lorsque l'hélico est parti.