

# Les ateliers

Pour chacun des ateliers, Jean Baptiste et Louis seront au milieu de la salle. Ils poseront le contexte et expliqueront les différentes étapes. Par groupe nous ferons l'activité décrite en bas de chaque page en veillant à respecter le timing.

## **A. Atelier 1 : Reconnaître l'AC (15 min):**

### **A. Contexte :**

Vous vous promenez dans la rue et la personne qui marche devant vous s'effondre. La personne est peut-être gravement malade et vous devez vérifier comment elle va.

### **B. L'approche en toute sécurité de la victime :**

J'observe et je protège Voir la situation, déterminer le geste à effectuer et éviter un suraccident  
Exemple : noyade

- Même les bons nageurs ne doivent pas sauter dans l'eau pour secourir la victime
- Lancer un objet qui flotte à la victime
- **« Un bon secouriste est un secouriste vivant »**

### **C. La vérification de la conscience de la victime :**

Je pose une question simple et je donne deux ordres simples :

- « Vous m'entendez ? »,
- « Ouvrez les yeux ! », « Serrez moi la main ! »

→ Aucune réponse, aucune réaction = LA VICTIME EST INCONSCIENTE

### **D. L'appel à l'aide (quelqu'un dans les alentours)**

Je crie « à l'aide »

### **E. L'ouverture des voies respiratoires avec la technique correcte : victime sur le dos, tête vers l'arrière et menton remonté ;**

- Je desserre ou dégrafe tout ce qui peut gêner la respiration (boucle de ceinture, boutons, cravate, col)
- Je bascule doucement la tête de la victime en arrière et j'élève le menton : une main sur le front, deux doigts de l'autre main sous le menton

### **F. La vérification de la respiration (maximum 10 secondes) en maintenant les voies respiratoires ouvertes (Voir, Ecouter, Sentir) :**

Je place mon visage près de celui de la victime et je regarde sa poitrine et son ventre, mon oreille et ma joue sont au-dessus de la bouche et du nez de la victime.

**Activité 1 : demander aux enfants de vérifier si leur nounours est en arrêt cardiaque. Ils répètent les étapes B, C. Ils constatent que la victime est inconsciente, ils doivent donc appeler à l'aide (étape D). Ils placent bien le nounours sur le dos (étape E)**

## **B. Atelier 2 : Appel au 15 (10 min):**

### **A. Contexte :**

Suite à l'atelier 1, je constate que la personne est en arrêt cardiaque. Si je suis seul, j'appelle les secours (le 15), si quelqu'un est avec moi, je lui demande d'appeler le 15.

### **B. Je compose sur mon téléphone le numéro du SAMU:**

Je prends mon téléphone et fais le 15.

### **C. Je transmets les informations utiles**

Lorsque le SAMU décroche, je lui donne rapidement les informations utiles :

- « Où ? » (localisation la plus précise possible)
- « Quoi ? » (la personne est inconsciente, elle ne respire plus, elle est en arrêt cardiaque)
- « Qui ? » (adulte/enfant, si on connaît son nom on le précise tout comme son âge)
- « Comment ? » (On précise qu'on connaît les gestes qui sauvent et qu'on va les faire)

### **D. Fin de l'appel**

Je dis au SAMU que je vais raccrocher et que je vais faire les gestes qui sauvent en les attendant.

## **Activité 2 : les enfants simulent un appel au SAMU chacun leur tour en reprenant les différentes étapes.**

*Rappel SAMU :*

- *Numéro gratuit*
- *Appel possible même sans forfait ni abonnement*
- *Numéro de l'appelant s'affiche au centre 15*
- *Géolocalisation de l'appel possible*
- *Ne pas appeler pour s'amuser (risque d'amende ou convocation police) : occupation du 15 à la place d'une urgence*
- *Ne pas avoir peur d'appeler pour rien*
- *Le 15 demande de raccrocher, ne pas raccrocher avant la consigne*
- *Donner son identité*
- *L'interlocuteur du 15 n'est pas celui qui vient sur place*
- *Ne pas hésiter à orienter les secours (digicode, étage, n° salle, envoyer quelqu'un au hall/entrée, déverrouiller les portes etc...)*
- *17/18/112 -> transfert au samu si appel pour AC*

## **C. Atelier 3 : Le massage cardiaque (nounours 15 min, super héros 10 min)**

### **A. Contexte :**

Vous vous promenez dans la rue et la personne qui marche devant vous s'effondre. Après avoir vérifié que la personne était en sécurité vous vous êtes approché et vous vous rendez compte qu'elle est inconsciente et qu'elle ne respire plus. Vous avez appelé les secours et vous devez commencer un massage cardiaque **au plus vite**.

### **B. explication**

- Placer le talon de la main au milieu de la cage thoracique.
- Placer le talon de l'autre main au-dessus de la première main en veillant à ce que les doigts entrelacés pointent vers le haut.
- Positionner les épaules, avec les bras bien tendus et en position perpendiculaire par rapport au thorax de la victime.
- Comprimer le sternum à une profondeur de 5 à 6 cm et laisser la cage thoracique remonter en gardant le contact des mains sur le thorax, donner les compressions en comptant jusqu'à 30, sans interruption.

La poursuite de ces compressions de manière ininterrompue jusqu'à :

- L'arrivée des secours professionnels
- Notre épuisement (avec l'espoir que quelqu'un d'autre puisse prendre le relais)
- La reprise d'une respiration normale pour la victime.

**Activité 3 : Les enfants font les gestes en même temps que l'animateur de l'atelier puis seul (et l'animateur vérifie que chaque enfant positionne bien ses mains et ses bras)**

**Le massage cardiaque n'est pas un jeu, ne pas le faire si pas d'AC (ni pour jouer, ni pour montrer)**

# **UNIQUEMENT POUR LES SUPER HÉROS**

## **D. Atelier 4 : Initiation au défibrillateur (5 min)**

**Pour cet atelier, les enfants observent et écoutent Louis et Jean-Baptiste. Le but est ici de les sensibiliser pour qu'ils aient le réflexe de demander à une personne présente d'aller chercher un défibrillateur.**

### **1 – Contexte :**

Vous vous promenez dans la rue et la personne qui marche devant vous s'effondre. Après avoir vérifié que la personne était en sécurité vous vous êtes approché et vous vous rendez compte qu'elle est inconsciente et qu'elle ne respire plus.

Vous avez appelé les secours et un massage cardiaque a été commencé. Un témoin apporte un défibrillateur.

### **2 – Questionnement :**

#### **Qu'est-ce qu'un défibrillateur ?**

Un défibrillateur automatisé externe (DAE) est employé pour administrer une décharge électrique à une personne qui vient d'avoir un arrêt cardiaque.

#### **Comment fonctionne un défibrillateur automatisé externe ?**

Deux électrodes, connectées au défibrillateur, sont placées sur le thorax du patient. Un ordinateur à l'intérieur du défibrillateur analyse le rythme cardiaque du patient et détermine si un choc est recommandé pour sauver la victime. Si un choc est nécessaire, le défibrillateur donnera les instructions vocales pour choquer le patient en toute sécurité.

#### **Ai-je le droit d'utiliser un défibrillateur ?**

Toute personne est autorisée à utiliser un défibrillateur automatisé externe

#### **Je sais pratiquer le massage cardiaque, cela ne suffit-il pas ?**

Le massage cardiaque, ou ce qu'on appelle la réanimation cardio-pulmonaire - permet de gagner du temps en attendant l'utilisation du défibrillateur. Cependant, un arrêt cardio-respiratoire ne nécessite **pas toujours** un choc électrique pour rétablir un rythme cardiaque normal (que si FV).

#### **Est-ce qu'un défibrillateur est compliqué à utiliser ?**

Le défibrillateur est très simple d'utilisation. Un défibrillateur peut être utilisé par toute personne à qui l'on a montré ce qu'il faut faire.

#### **Est-ce qu'un défibrillateur est dangereux ?**

Les instructions vocales du défibrillateur guident l'utilisateur étape par étape. De plus, l'appareil a été spécialement conçu pour qu'il ne puisse pas délivrer de choc à quelqu'un qui ne nécessite pas de choc.

#### **Où peux tu trouver un défibrillateur ?**

Gares, centres commerciaux, salles de sport, véhicules de police, dans la rue, devanture de mairie, pharmacie

**Est-ce que vous savez où est le défibrillateur le plus proche de chez vous ?**

**3 - Ouverture et démonstration du défibrillateur :**

- Ouvrez le DEA et mettez-le en marche.
- Retirez les vêtements et les objets de la personne qui pourraient entrer en contact avec les électrodes.
- Assurez-vous que la poitrine est sèche et exempte de pilosité excessive afin de permettre aux électrodes de bien adhérer. ->**sécher la poitrine si besoin, pilosité trop complexe pour des enfants.**
- Suivez les indications des images pour placer correctement les électrodes sur la poitrine de la personne. Choisissez les électrodes appropriées en fonction de l'âge de la personne (adulte ou enfant) s'il y a la possibilité.
- Suivez les instructions énoncées par le guide vocal du DEA.
- Lorsque le DEA **annonce qu'il va choquer**, assurez-vous de ne pas être en contact avec la personne et dites « Je suis en sécurité. Tout le monde est en sécurité ? Éloignez-vous tous».

## **E. Atelier 5 : massage cardiaque ensemble**

Tout le monde masse ensemble sur le rythme de la chanson « staying alive »