

Parcours du Cœur scolaires – Atelier gestes qui sauvent

Conçu par Laurence Daucé et Mohamed Saidani du CESU 35 cesu35@chu-rennes.fr

Objectif général :

Dans le cadre des *Parcours du Cœur scolaires*, les enfants sont sensibilisés à la prise en charge d'une personne présentant un malaise, en attendant l'arrivée des secours médicalisés.

Durée de l'atelier : 30 minutes

Objectifs pédagogiques :

- Que les enfants soient capables de mettre une personne présentant un malaise au repos, après avoir reconnu les signes du malaise et interrogé la personne sur ce qu'elle ressent
- Qu'ils connaissent le numéro d'appel au centre 15, ou au 18 ou au 112
- Qu'ils puissent décrire une situation comme relevant de l'urgence au 15 ou au 18 en respectant des règles d'appel
- Qu'ils soient sensibilisés à l'utilisation d'un défibrillateur automatique (DAE)

Déroulement :

- Les intervenants permettront aux enfants, dans une dynamique interactive et à l'aide d'un support visuel ou d'une simulation, d'atteindre les objectifs spécifiques de la séquence de sensibilisation en leur faisant décrire ce qu'ils voient, ce que cela leur évoque, ce qu'ils auraient envie de faire, qui ils appelleraient pour aider la personne qui souffre, ce qu'ils diraient aux pompiers (au 18) ou à l'assistant de régulation médicale (au 15 ou au 112)
- Ils présenteront un DA aux enfants, afin qu'ils sachent que cet appareil peut sauver une vie si quelqu'un ne bouge plus et ne respire plus

Moyens humains et matériels :

- au mieux deux intervenants, l'un simulant une douleur thoracique, l'autre animateur de séquence (pompier bénévole ou urgentiste ou IDE ou IADE)
- une photo ou schéma d'une personne souffrant d'une douleur thoracique ou, mieux, un formateur simulant la douleur avec maquillage (sueur, pâleur, douleur poitrine, douleur mâchoire et/ou bras gauche, expression d'angoisse + un défibrillateur automatique (DA)



Les
parcours
du Cœur
scolaires



Thème et durée	Objectifs spécifiques	Séquence et contenu	Logistique
Accueil et présentation 2 min	Se connaître set savoir pourquoi on est là	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Présentation succincte du ou des animateurs, de l'objectif de l'atelier et de la dynamique interactive : Identifier un malaise cardiaque et alerter les secours médicalisés. Expliquer que l'on va utiliser une photo, ou que l'autre animateur va jouer le rôle de quelqu'un qui a un problème cardiaque ou au cœur. 	
Les signes d'un malaise 5 min	Reconnaître les signes d'un malaise	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Présentation de la planche DEFI, de la photo ou du dessin ou de l'animateur qui va simuler le malaise. ➤ Demander aux enfants ce qu'ils voient. Leur faire décrire les signes de gravité. 	Planche DEFI, photo, dessin ou animateur + Paper board et feutres
Agir en présence d'une personne présentant un malaise d'origine cardiaque 5 min	Mettre une personne présentant un malaise au repos et l'interroger sur ce qu'elle ressent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Demander aux enfants ce qu'ils auraient envie de faire (mise au repos attendue) et quelles questions ils poseraient pour mieux comprendre ce qui se passe et ce que la personne ressent (douleur, sensation, etc.) 	Paper board et feutres pour noter les réponses des enfants.
Appel aux secours médicalisés et descriptions de la situation comme relevant de l'urgence au 15 ou au 18 5 min	Connaître le numéro d'appel au centre 15 ou au 18 Dire aux secours ce qui arrive en décrivant les signes du malaise	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Citer les numéros d'appel d'urgence (15, 18, 112), expliquer leurs liens et les éléments clés de l'alerte. ➤ Se présenter, donner son numéro de téléphone ➤ Dire précisément où l'on se trouve : ville, adresse, nom et n° de rue, si l'on est dehors, dans un appartement (indiquer alors l'étage) ou une maison individuelle ➤ Décrire les signes du malaise 	Paper board et feutres pour noter les réponses des enfants.
Le DA 2 min	Découvrir le fonctionnement d'un défibrillateur automatique	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mettre en œuvre un DA en précisant aux enfants que cet appareil peut sauver la vie de quelqu'un qui ne bouge plus et ne respire plus 	Un DA
Conclusion		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Les mots clés : écouter et observer si douleur et signes associés (angoisse, sueurs, etc.). ➤ Appeler le 15 ou 18 	Paper board et feutres

La victime se plaint d'une forte douleur dans la poitrine mais continue à parler.

La victime ne répond pas aux questions, ne bouge pas. Vérifiez sa respiration : près de sa bouche et au niveau de la poitrine (elle se soulève).

La victime est consciente et respire

La victime est inconsciente et elle respire



- 1 Basculez sa tête en arrière et tirez le menton vers le haut pour éviter que sa langue ne gêne sa respiration.



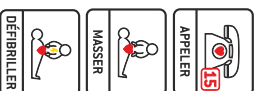
- ▶ Allongez-la dans un endroit sûr.
- ▶ Posez-lui les bonnes questions : depuis combien de temps ressentez-vous cette douleur ? Est-ce la première fois ? Prenez-vous des médicaments ?
- ▶ Appelez le 15 (SAMU).
- ▶ Rassurez-la.



- 2 ▶ Tournez-la sur le côté [position latérale de sécurité].
- ▶ Appelez le 15 (SAMU).
- ▶ Surveillez-la, en particulier sa respiration, jusqu'à l'arrivée des secours.

La victime est inconsciente ; elle ne respire pas ou de façon anormale*

* Dans ce cas, les mouvements respiratoires sont inefficaces, lents, bruyants et anarchiques (= gasps). Agissez immédiatement.



- 1 Appelez le 15 (SAMU).

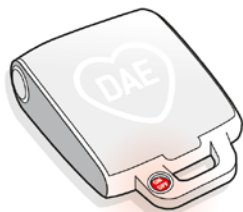
- 2 ▶ Commencez le **massage cardiaque** : 120 compressions par minute, soit 2 par seconde. Enfoncez les mains de 5 à 6 cm au milieu du thorax.

- 3 Si un **défibrillateur** est à disposition, utilisez-le immédiatement en suivant les instructions. L'appareil fait lui-même le diagnostic et délivre le choc si nécessaire, en demandant ou non d'appuyer sur un bouton selon les modèles.

- ▶ Si vous savez le faire, pratiquez 2 insufflations (bouche-à-bouche) toutes les 30 compressions thoraciques.



Qu'est-ce qu'un défibrillateur ?



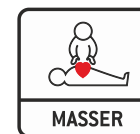
- ▶ Un défibrillateur automatisé externe – DAE – est un appareil qui, en délivrant un choc électrique ou « défibrillation », permet de rétablir l'activité du cœur.
- ▶ Portable, il fonctionne sur batterie et est équipé de deux électrodes à placer sur le thorax de la victime.

Comment utiliser un défibrillateur ?

- ▶ C'est simple et sans danger. Il suffit de suivre les indications délivrées par l'appareil, grâce à des commandes vocales.
- ▶ Des schémas figurent dans l'appareil et sur les électrodes pour faciliter leur utilisation.



APPELER



MASSER



DÉFIBRILLER



1 VIE =
3 GESTES



Les
parcours
du Cœur
scolaires

chaque jour
je prends soin
de mon cœur



0 tabagisme



5 fruits
et légumes



60 minutes
d'activité
physique