

NORMES DE L'ASSOCIATION RESQ

Cours de premiers secours destinés aux candidats au permis de conduire

« Normes pour les cours de premiers secours »

(fondées sur l'art. 10 OAC et les instructions de l'Office fédéral des routes OFROU du
22 février 2012)

Valables dès le 1^{er} janvier 2012

Table des matières

1. Objectifs généraux.....	3
2. Public cible	3
3. Contenu de la formation	3
3.1. Evaluation de la situation	3
3.2. Alerte.....	3
3.3. Sécurité, protection, hygiène	4
3.4. Evaluation du patient et premiers secours aux blessés	4
3.4.1.Incidents particuliers et mesures correspondantes.....	5
3.5. Gestion du stress.....	5
3.5.1.Motivation de l'assistance.....	5
3.6. Connaissances de base en anatomie, physiologie et physiopathologie (en partie intégrées dans les autres thèmes)	5
3.7. Droits et obligations	5
3.8. Formation continue.....	6
4. Procédure méthodologique et didactique.....	6
5. Matériel pédagogique	6
6. Durée du cours.....	6
7. Attestation de cours	7
8. Exigences applicables aux institutions et aux formateurs	7
Bibliographie	8

1. Objectifs généraux

Le cours de premiers secours vise à transmettre aux non-professionnels des principes de base simples sur le comportement à adopter en cas d'accident, afin qu'ils puissent agir de manière adéquate et au bon moment, et mettre à profit de manière judicieuse le temps dont ils disposent jusqu'à l'arrivée des secours professionnels. Ils apprendront à :

- appliquer les mesures de sauvetage
- prodiguer les premiers secours
- reconnaître leurs propres limites
- encourager les premiers secours.

2. Public cible

- Ce cours s'adresse à tout un chacun.
- Il est en principe obligatoire pour les nouveaux conducteurs (certaines personnes en sont toutefois exemptées, voir les instructions de l'OFROU).
- Les présentes normes conviennent aux participants dès onze ans révolus.

3. Contenu de la formation

3.1. Evaluation de la situation

Objectif : les participants sont capables d'évaluer l'étendue de l'accident.

Contenu : reconnaissance du degré de gravité de l'accident :

- évaluer le nombre de blessés
- déterminer le nombre de sauveteurs présents
- noter les moyens disponibles sur le lieu de l'accident

3.2. Alerte

Objectif : les participants alertent les services de secours professionnels par téléphone (ou téléphone de secours) et leur communiquent toutes les informations nécessaires. Les sauveteurs non professionnels doivent également être capables de noter et d'appliquer les instructions données par les services de secours professionnels.

Contenu :

- connaître les principaux numéros d'appel d'urgence en Suisse (police, pompiers, services de sauvetage) et ceux d'autres organismes (notamment le Centre suisse d'information toxicologique ou Tox, la Rega ; numéro d'appel d'urgence européen)
- connaître la procédure de notification (conformément aux indications des centres d'appel)
 - Où ?
 - Qui ?
 - Quoi ?
 - Quand ?

- Combien ?
- Autres ?
- suivre les instructions du centre d'appel
- assister les secours à leur arrivée (mise au courant, lumière, tiers ayant apporté leur aide)

3.3. Sécurité, protection, hygiène

Objectif : les participants identifient les dangers potentiels qui les menacent eux et les patients, et prennent les mesures nécessaires.

Contenu : les dangers du trafic routier, la sécurisation du lieu de l'accident (lieu où se trouve le véhicule du sauveteur, feux de détresse, gilet de sécurité¹, triangle de panne, recours à l'aide de tiers, etc.)

- comportement spécifique requis sur une autoroute ou dans un tunnel routier
- autres dangers : chute, éboulement, incendie, matières toxiques, courant électrique (véhicules électriques, etc.)
- risques de contamination : sang et autres liquides corporels du patient
- protections possibles : gants, masque de respiration artificielle, mention de la vaccination préventive
- gestes de sauvetage (mise en sécurité des patients en cas de danger potentiel)
- dégagement et repositionnement des victimes d'accident seulement dans les situations d'urgence ou potentiellement fatales

3.4. Evaluation du patient et premiers secours aux blessés

Objectif : les participants procèdent à l'évaluation du patient selon un schéma simple et prennent les premières mesures pour maintenir ou rétablir les fonctions vitales.

Contenu :

- détermination de l'état de conscience, de la respiration et de la circulation selon l'algorithme du *Swiss Resuscitation Council* (SRC) en vigueur (annexe 1)
- prise des mesures requises selon l'algorithme du SRC en vigueur (annexe 1)
- l'accent est mis sur les exercices pratiques de réanimation sur des mannequins
- exercices pratiques avec les participants, étude et discussion de cas
- démonstration du défibrillateur (de formation), au moins à l'aide d'un film
- positionnement du patient inconscient, c'est-à-dire en cas de respiration et en présence des signes de circulation
- procédure à suivre si l'on soupçonne des lésions au niveau de la colonne vertébrale
- principe de positionnement des patients conscients

¹ non obligatoire en Suisse

3.4.1. Incidents particuliers et mesures correspondantes

Objectif : les participants reconnaissent les signes avant-coureurs et les indices d'infarctus ou d'attaque cérébrale et prennent les mesures nécessaires. Ils arrêtent les hémorragies avec des moyens improvisés ou disponibles dans le commerce, et prennent des mesures d'urgence en cas de brûlures.

Contenu :

- symptômes d'angine de poitrine, d'infarctus et d'attaque cérébrale et procédures correspondantes
- mesures requises en cas d'hémorragie (positionnement, surélévation, pression du doigt sur l'artère afférente ou directement sur la blessure, bandage compressif improvisé ou issu de la pharmacie de secours pour automobile)
- mesures immédiates de refroidissement en cas de brûlures et exécution des instructions de la centrale d'appel

3.5. Gestion du stress

Objectif : les participants identifient les situations de stress potentielles et réagissent de manière adéquate.

Contenu :

- stress, peurs et émotions des secouristes, dégoûts et inhibitions
- éléments de base de la communication en situation d'urgence
- principes d'une collaboration organisée et d'une bonne répartition des tâches sur le lieu de l'accident
- adresses de contact pour la gestion du stress (débriefing simple)

3.5.1. Motivation de l'assistance

Objectif : les participants examinent les motivations qui les poussent à vouloir prêter assistance. Ils identifient les facteurs qui la favorisent et ceux qui lui font obstacle.

Contenu :

- peur de prendre des responsabilités
- peur de se tromper
- peur d'être vulnérable
- etc.

3.6. Connaissances de base en anatomie, physiologie et physiopathologie (en partie intégrées dans les autres thèmes)

Objectif : les participants connaissent les organes vitaux et leurs fonctions ainsi que leurs dysfonctionnements dans la mesure où ces connaissances sont requises pour comprendre les premiers secours.

Contenu :

- le système cardiovasculaire : le cœur, le sang et la circulation sanguine, les facteurs de risque de l'infarctus du myocarde
- le système respiratoire : les poumons, les voies respiratoires, la respiration
- le système nerveux central : le cerveau, la moelle épinière, la conscience, les facteurs de risque de l'attaque cérébrale

3.7. Droits et obligations

Objectif : les participants connaissent les aspects juridiques des secours apportés par les non-professionnels.

Contenu : - obligation de prêter secours dans les limites du raisonnable
- protection en cas d'observation des règles applicables aux premiers secours
- peines prévues en cas d'omission de prêter secours (art. 128 CP)

3.8. Formation continue

Objectif : les participants sont informés des offres de formation continue ainsi que des sources d'informations complémentaires.

Contenu : - objectif des différentes offres dans le domaine du sauvetage
- conditions d'admission aux divers cours
- indication des possibilités de formation continue (cours, publications)

4. Procédure méthodologique et didactique

La formation met l'accent sur l'acquisition et l'entraînement d'aptitudes pratiques :

- environ 70 % des heures de cours sont consacrées à des exercices pratiques (répétition de la procédure, étude de cas)
- les heures de cours sont réparties sur deux jours au moins
- le choix des méthodes et des médias permet des cours variés
- il importe d'encourager la motivation des sauveteurs non professionnels et d'insister sur leur valeur au sein de la chaîne de sauvetage

5. Matériel pédagogique

- matériel de cours
- mannequins de réanimation (un par groupe de quatre participants), défibrillateur (de formation) ou films
- masques de poche, serviettes protectrices, gants, matériel pour bandages compressifs
- divers médias et supports pédagogiques (transparents, rétroprojecteurs, projecteurs, fichiers PowerPoint, courts métrages, modèles anatomiques, affiches, etc.)

6. Durée du cours

Le cours totalise dix heures, pauses comprises.

Il est conçu selon les instructions de l'OFROU en vigueur relatives aux cours de premiers secours destinés aux candidats au permis de conduire:

<http://www.astra.admin.ch/themen/ausbildung/04722/index.html?lang=fr>

7. Attestation de cours

Les prestataires de cours confirment que les participants ont suivi le cours de premiers secours pour le permis de conduire en leur remettant une attestation. Celle-ci est uniquement délivrée si le cours a été suivi dans son intégralité. L'attestation est conforme aux instructions de l'Office fédéral des routes en vigueur relatives aux cours de premiers secours destinés aux candidats au permis de conduire.

Le certificat de sauveteur ne devra pas dater de plus de six ans au moment de la demande du permis d'élève conducteur.

8. Exigences applicables aux institutions et aux formateurs

Ces exigences se basent sur la version en vigueur des documents suivants :

- Règlement applicable aux prestations de certification (règl. OFROU) – COURS
- Règlement applicable aux prestations de certification de SGS (règl. OFROU) – COMPETENCES

Bibliographie

- Directives pour l'organisation du contenu des cours de sauvetage, SMEDREC, 27 juin 2002
- Niveau 1 pour la formation des non-professionnels dans le domaine du sauvetage (cours de secouriste et BLS)
- Informations du SRC : www.resuscitation.ch

Adoptées par le Comité de ResQ le 24 novembre 2011

Approuvées par le SMEDREC le 30 mars 2012

Annexe 1


BLS + AED adultes, enfants et nourrisson (à partir de 1 mois)

Directives de réanimation 2010 Swiss Resuscitation Council (SRC)
d'après les recommandations de l'ILCOR

