



Incendies
Personnes en danger...

Apprenez les gestes qui sauvent !



AVEC
LE DÉPARTEMENT DES
PYRÉNÉES-ORIENTALES



« **Le premier
maillon des
secours,
c'est vous !** »

« Il suffit parfois d'une poignée de secondes pour qu'une situation banale dégénère : un départ de feu, un malaise cardiaque, une blessure...

Partout dans les Pyrénées-Orientales, les 2 546 sapeurs-pompiers du SDIS 66 se tiennent prêts à porter secours.

Le premier maillon de la chaîne de secours, c'est vous.

Vous qui êtes témoin, vous qui découvrez une victime.

C'est pourquoi il est vital que chacun d'entre nous sache comment réagir, comment prévenir les secours, comment réaliser les premiers gestes d'urgence.

Le Département mène une campagne de prévention, partout sur le territoire, pour permettre à chacun d'être acteur de sa sécurité et de celle des autres. Et peut-être, un jour, venir en aide aux victimes d'un accident.

Vous aussi, formez-vous aux gestes qui sauvent ! »

Hermeline MALHERBE

*Présidente du Département
des Pyrénées-Orientales
Présidente du SDIS 66*

Le SDIS 66



- > 41 Centres d'incendie et de secours
- > 2 200 sapeurs-pompiers volontaires
- > 346 sapeurs-pompiers professionnels
- > 122 personnels administratifs et techniques
- > 36 500 interventions par an

Les gestes qui sauvent

FACE À UNE
PERSONNE EN
MALAISE, BLESSÉE
OU INCONSCIENTE,
**GARDEZ-VOTRE
CALME.**

Les premiers réflexes

- › **Protéger** : assurez-vous qu'il n'y a pas de danger immédiat, ni pour la victime, ni pour vous (chute, électrocution, gaz, objet dangereux...).
- › **Alerter** : composez le 112, le numéro d'urgence, ou le 15 pour le SAMU.
- › **Secourir** : rassurez la victime, vérifiez son état et prodiguez les premiers gestes.

Si la victime est consciente

- › Posez-lui des questions sur son état.
- › Allongez-la en position latérale de sécurité.
- › Couvrez-la et surveillez sa respiration en attendant les secours.

Si la personne est inconsciente

- › Vérifiez sa respiration et cherchez des signes de traumatisme.
- › Si elle respire, placez-la en position latérale de sécurité et couvrez-la.
- › Si elle ne respire pas, vérifiez que rien n'obstrue sa gorge.
- › Si un défibrillateur se trouve à moins de 10 secondes de vous : allez le chercher.
- › Sinon, commencez immédiatement le massage cardiaque.

Face à des situations particulières

- › **Étouffement** : donnez 5 grandes claques dans le dos, puis si besoin 5 compressions abdominales (bras autour de la victime, un poing serré au-dessus de son nombril, puis enfoncez fortement), et alternez jusqu'à expulsion de l'objet qui gêne la respiration.
- › **Saignement important** : prenez un tissu propre et compressez la plaie pour stopper le sang jusqu'à l'arrivée des secours (évitez de toucher le sang).



L'arrêt cardiaque & le défibrillateur

**10 %
DES CHANCES
DE SURVIE**
SONT PERDUES À
CHAQUE MINUTE
APRÈS UN ARRÊT
CARDIAQUE.

Le massage cardiaque

Victime inconsciente, qui ne respire pas

- › Allongez la victime sur le dos et placez-vous à genoux à côté.
- › Posez vos mains l'une sur l'autre, le talon de la paume de la main du dessous placé au milieu du thorax de la victime.
- › Bras tendus, appuyez de tout votre corps et enfoncez vos mains de 5 cm, en remontant entre chaque compression.
- › Maintenir un rythme de 100 à 120 compressions par minute sans vous arrêter
- › Vous pouvez pratiquer un bouche-à-bouche de 2 insufflations toutes les 30 secondes.



Si vous avez un défibrillateur

- › Ouvrez le boîtier et allumez l'appareil.
- › Une voix vous guidera étape par étape.
- › Pour placer les électrodes collantes sur la poitrine : une sous la clavicule à droite, une sous l'aisselle à gauche.
- › Le défibrillateur va effectuer le diagnostic et déclencher le choc automatique si besoin (il vous demandera de vous écarter).
- › Sinon, il vous guidera dans le massage cardiaque.



N'arrêtez jamais un massage cardiaque avant l'arrivée des secours.

Formez-vous !

Dans les Pyrénées-Orientales, 15 associations ont reçu un agrément départemental et peuvent dispenser des formations aux premiers secours. Contactez-les pour en savoir plus.

- › **Union départementale des sapeurs-pompiers des P.-O.** (Perpignan) : 04 68 63 78 22
- › **Association départementale de protection civile des P.-O.** (Perpignan) : 04 68 62 16 29
- › **Association française des premiers secours des P.-O.** (Perpignan) : 06 20 87 09 95
- › **Association nationale des pisteurs secouristes** (équipe pédagogique départementale, Maison des associations, 67 rue Saint-François de Sales, 73000 Chambéry)
- › **Centre de formation et d'intervention de la Société nationale de sauvetage en mer des P.-O.** (Le Barcarès) : 06 80 41 45 56
- › **Centre français de secourisme des P.-O.** (Perpignan) : 04 68 55 44 00
- › **Centre français de secourisme, les sauveteurs catalans** (Perpignan) : 04 68 55 44 00
- › **Comité départemental Union française des œuvres laïques d'éducation physique** (Perpignan) : 04 68 08 11 15
- › **Comité départemental des secouristes français Croix Blanche des P.-O.** (Saint-Cyprien) : 04 68 81 38 98
- › **Croix-Rouge française, délégation des P.-O.** (Perpignan) : 04 68 34 41 96
- › **Délégation départementale des P.-O. de la Fédération nationale des métiers de la natation et du sport** (Saint-Estève) : 04 68 38 00 53
- › **DSM secourisme** (3 rue du Maréchal Foch, 66510 Saint-Hippolyte)
- › **Fédération départementale de sauvetage et de secourisme, comité départemental des P.-O.** (Perpignan) : 06 04 19 58 28
- › **Fédération française des soins d'urgence** (23 avenue Guy Malé, 66500 Prades)
- › **Unité de secours et cynotechnie mobile** (Saint-Cyprien) : 07 85 01 96 02

DES DÉFIBRILLATEURS DANS LES COMMUNES VOLONTAIRES

Le Département a installé des défibrillateurs dans 221 communes des Pyrénées-Orientales sur 226.

Repérez-les, ils sont souvent disponibles près des mairies ou des bâtiments publics.



Feux de maison

**1 FRANÇAIS
SUR 3
SERA VICTIME
D'UN FEU AU
COURS DE SA VIE.**



Les bons gestes avant

Pour prévenir les feux domestiques

- › Installez des détecteurs de fumée (norme EN 14-604) au moins à chaque étage et entretenez-les régulièrement.
- › Ne surchargez pas vos prises électriques et faites vérifier votre installation
- › Ne laissez jamais de feu sans surveillance : cuisine, bougies, cigarettes...
- › Apprenez aux membres de votre famille comment évacuer en cas d'incendie.



Les bons comportements face au danger

Si vous faites face à un feu

- › Contactez immédiatement le 112, le numéro d'urgence, ou le 18 pour les pompiers.
- › Si vous ne pouvez pas éteindre le feu en quelques secondes, évacuez par la sortie la plus proche et fermez les portes derrière vous.
- › N'allez jamais là où il y a des fumées, qui sont plus dangereuses que les flammes.
- › Vérifiez qu'une porte ne soit pas chaude avant de l'ouvrir (le feu peut être derrière).
- › N'ouvrez jamais une pièce où il y a du feu (l'appel d'air l'amplifierait).

Si vous ne pouvez pas sortir

- › Allez dans la pièce la plus éloignée possible du feu, avec un accès sur l'extérieur.
- › Fermez toutes les ouvertures, mouillez-les et calfeutrez-les avec des linges humides.
- › Respirez à travers un linge humide pour éviter d'être intoxiqué.
- › Postez-vous à la fenêtre pour être visible des secours.

Incendies de forêt

**9 FEUX SUR 10
SONT D'ORIGINE
HUMAINE ET
POURRAIENT ÊTRE
ÉVITÉS.**

Les bons gestes avant

Pour prévenir les incendies

- › Interdit de faire du feu : barbecues, brûlage de végétaux, travaux provoquant des étincelles, feux d'artifice, pétards... même dans les emplacements prévus à cet effet.
- › Interdit de jeter des mégots de cigarette.
- › Interdit de circuler dans certains massifs

Renseignez-vous sur : prevention-incendie66.com



Pour protéger votre maison

- › Débroussailliez tout autour.
- › Stockez les combustibles à l'écart.
- › Évitez la propagation du feu à votre habitation : nettoyez vos gouttières, entretenez votre toiture, munissez les aérations de grilles fines...

Les bons comportements face au danger

Si vous faites face à un incendie de forêt

- › Contactez immédiatement le 112, le numéro d'urgence, ou le 18 pour les pompiers.
- › Près de chez vous : ne quittez pas votre domicile sauf consigne, enfermez-vous et bouchez toutes les ouvertures avec du linge humide.
- › À l'extérieur : éloignez-vous des flammes en évitant le sens du vent, et rejoignez une zone sûre sans végétation.



Les numéros d'urgences

**Incendies,
personnes en danger
et urgences**

112

Gratuit - 24h/24

*Même depuis un portable verrouillé
et dans toute l'Union Européenne*

Pompiers

18

Police & gendarmerie

17

Samu

15

Urgences par SMS

114

Enfance en danger

119

> Si vous passez un appel d'urgence

- Donnez votre localisation exacte.
- Indiquez à quel numéro vous pouvez être rappelé.
- Décrivez précisément la situation à laquelle vous faites face.
- Ne raccrochez pas tant que l'opérateur ne vous le demande pas.