



NOTE D'INFORMATION PERMANENTE

Moulés et Baucels le 18 novembre 2015

Objet : Conduite à tenir en cas d'accident ou de malaise sur la voie publique lors des sorties du club.

Considérations générales :

De récents événements au sein du club montrent qu'il est nécessaire pour chacun d'entre nous de suivre scrupuleusement certaines dispositions afin de minimiser au maximum les conséquences d'une chute de vélo, d'un accident de circulation ou d'un malaise (cardiaque ou autres).

Ces dispositions seront réunies dans une procédure interne au club et applicables, non seulement pour chacun de nos adhérents, mais également pour des personnes hors club et ceci dans le cadre du devoir d'assistance à personne en danger.

Procédure :

- ✓ Sécuriser immédiatement la zone concernée de manière à éviter tout risque de « suraccident ».
- ✓ Si la personne est blessée ou victime d'un malaise, faire un rapide bilan des lésions ou symptômes
- ✓ Alerter immédiatement les sapeurs- pompiers (en chiffrant le 18 en France ou le 112 n° d'appel d'urgence européen en indiquant le bilan de santé le plus précis possible, afin de pouvoir bénéficier des secours adaptés. Il ne faut pas oublier de donner l'adresse exacte de l'accident. Ne jamais raccrocher le premier, l'interlocuteur pouvant demander des précisions complémentaires.
- ✓ Retourner auprès de la victime et rester avec elle jusqu'à l'arrivée des secours. Il faut lui parler même si la victime paraît ne pas entendre
- ✓ Couvrir la personne.

Cette procédure peut- être modulable en fonction de la situation :

- ✓ Sortie club avec plusieurs adhérents présents : répartir les tâches définies ci- dessus.
- ✓ Chute collective : rechercher des témoins susceptibles d'appliquer la procédure sur indication d'un membre du club.

Prévention et Prévision :

En cyclisme, comme dans beaucoup d'autres sports, la **prévention** consiste à mettre en place des mesures destinées à éviter qu'un accident ne puisse se produire.

On peut citer, par exemple, le respect du code de la route, la maîtrise de son vélo, l'application des règles pour la circulation en groupe, l'indication d'un danger imminent etc....

En cas d'échec de la prévention, il est nécessaire de mettre en place des mesures destinées à limiter au maximum les conséquences d'un accident, c'est ce que nous appellerons la **prévision**.

Parmi ces mesures de prévision, on peut citer le port du casque, la sécurisation de la ou des victimes par rapport à la circulation routière (« suraccident »), ou à l'environnement, l'appel de secours adaptés à la situation, la mise en œuvre de gestes simples de secourisme.

L'assistance à personne en danger ne se limite pas simplement à assister au danger.

C'est pour cela qu'il convient d'établir un certain nombre de règles d'urgence destinées à garantir à terme l'intégrité physique d'une personne, voire de lui sauver la vie.

Gestes simples de secourisme :

« Sauver une vie, ça s'apprend »

Une formation aux gestes simples de secourisme sera organisée au profit de volontaires du club.

Le programme de formation pourrait s'établir comme suit :

- ✓ Savoir passer un bilan de santé
- ✓ Reconnaître un arrêt cardio respiratoire
- ✓ Pratiquer le massage cardiaque associé au bouche à bouche
- ✓ Savoir utiliser le défibrillateur (même si celui-ci n'est disponible qu'en milieu urbain)
- ✓ Reconnaître un malaise cardiaque
- ✓ Que faire en présence d'une personne victime d'un malaise cardiaque.
- ✓ Suspicion de fracture, conduite à tenir
- ✓ Suspicion d'atteinte de la colonne vertébrale, conduite à tenir.

Il est à noter que la connaissance de ces gestes peut également servir à tout un chacun dans le cadre de l'environnement familial.

Sont formés actuellement au PSC1 de secourisme : Jacques BRESSON, Patrick FONTCUBERTA, Joseph CASILE, Georges DALPIAZ et Alain FERNEZ.

Alain FERNEZ