



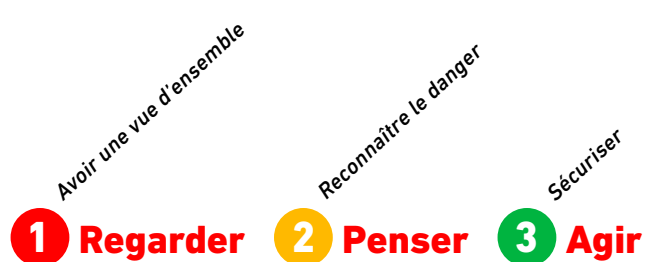
## Aide-mémoire

# Comportement en cas d'accident durant un cours ou un module J+S

Une planification minutieuse ne peut pas empêcher un accident, mais avec des connaissances sur la prévention des accidents et leurs facteurs d'influence, ils peuvent être évités autant que possible.



Sur le site Internet de Swiss Cycling, vous trouverez divers documents sous la rubrique « Sécurité dans l'enseignement du vélo » : des fiches d'information sur la prévention des accidents et des listes de contrôle du bpa, le 3×3 de la sécurité, etc.



### Checklist en cas d'accident

## Comment se comporter en cas d'accident?

- Obtenir une vue d'ensemble du site
- Sécuriser le lieu de l'accident
- Donner les premiers soins à la patiente/au patient (éventuellement avec une aide)
- Alerter
- Impliquer les participants ou les éloigner du lieu de l'accident
- Démarrer les mesures avancées (p. ex. position latérale, chaleur, surélever les jambes, ...)
- Accès aux services sanitaires ou à la piste d'atterrissage de la Rega
- Instruction de l'organisation de sauvetage (Rega, services sanitaires)
- Suivi des participants
- Adaptation de l'activité
- Information à d'autres personnes dans l'ordre suivant :
  - Informer la direction du cours et discuter des prochaines étapes
  - La direction du cours informe l'organisateur du cours et les responsables de la formation J+S, les prochaines étapes sont discutées
  - Eventuellement informer les proches

Numéros de téléphone importants

**Ambulance 144**  
**Rega 1414**  
**Pompiers 118v**  
**Police 117**



Premiers secours par la CRS



REGA



EchoSOS