



CYCLE 3

Secourir : les règles de base (5)

PRÉNOM _____

DATE _____



DÉCOUVRIR

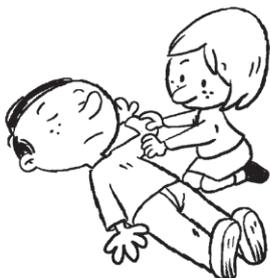
La position latérale de sécurité (PLS)

1 Complète le texte.

Pour vérifier la respiration, je prends _____ secondes au maximum pour regarder si le _____ se soulève, sentir l' _____ sur la peau de ma joue et écouter les _____ de la respiration.

2 Numérote dans le bon ordre les étapes de la mise en PLS.

1. S'agenouiller à côté de la victime et mettre son bras à angle droit, main en haut, contre le sol.
2. Saisir son autre main et venir la placer sous la joue opposée. De l'autre main, attraper sa jambe opposée. Lever son genou en gardant son pied à terre. Se reculer un peu.
3. Tirer lentement la jambe relevée vers le sol pour la faire basculer et entraîner le reste du corps.
4. Enlever sa main qui est sous la tête tout en maintenant le coude de la victime.
5. Fléchir sa jambe au-dessus pour que hanche et genou soient à angle droit.
6. Ouvrir la bouche de la victime.





CYCLE 3

Secourir : les règles de base (5)

PRÉNOM _____

DATE _____



La position latérale de sécurité (PLS)

1 Complète le texte.

Pour vérifier la respiration, je prends 10 secondes au maximum pour regarder si le *ventre* se soulève, sentir l'*air* sur la peau de ma joue et écouter les *bruits* de la respiration.

2 Numérote dans le bon ordre les étapes de la mise en PLS.

1. S'agenouiller à côté de la victime et mettre son bras à angle droit, main en haut, contre le sol.
2. Saisir son autre main et venir la placer sous la joue opposée. De l'autre main, attraper sa jambe opposée. Lever son genou en gardant son pied à terre. Se reculer un peu.
3. Tirer lentement la jambe relevée vers le sol pour la faire basculer et entraîner le reste du corps.
4. Enlever sa main qui est sous la tête tout en maintenant le coude de la victime.
5. Fléchir sa jambe au-dessus pour que hanche et genou soient à angle droit.
6. Ouvrir la bouche de la victime.



3



5



2



1



6



4

SE CORRIGER