

14 septembre : Journée mondiale des premiers secours

La Journée mondiale des premiers secours, célébrée chaque année le deuxième samedi de septembre (soit le 14 septembre en 2024), est une initiative lancée par la Fédération internationale des Sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR). Cette journée a pour objectif de sensibiliser le grand public à l'importance des gestes de premiers secours et de promouvoir leur apprentissage à travers le monde.

Pourquoi apprendre les premiers secours ?

Les premiers secours sont essentiels pour sauver des vies en cas d'accident, de malaise ou de catastrophe. Un simple geste, pratiqué au bon moment, peut faire la différence entre la vie et la mort. Selon les experts en santé et en secourisme :

- 70 % des arrêts cardiaques surviennent à domicile ou dans des lieux publics.
- Moins de 20 % des Français sont formés aux gestes de premiers secours.
- Une prise en charge rapide par un témoin augmente de 2 à 4 fois les chances de survie d'une victime d'un arrêt cardiaque.
- Dans certains pays, moins de 10 % des citoyens savent pratiquer un massage cardiaque.

Les principaux gestes de premiers secours

1. Alerter les secours

Composer le 15 (SAMU), le 18 (pompiers) ou le 112 (numéro d'urgence européen).

2. Protéger la victime et soi-même

Évaluer la situation pour éviter d'aggraver l'accident (ex. : couper le courant en cas d'électrocution, éloigner une victime de la route).

3. Pratiquer les gestes qui sauvent

- Massage cardiaque et défibrillation en cas d'arrêt cardiaque.
- Position latérale de sécurité (PLS) pour une personne inconsciente mais qui

respire.

- Compression d'une plaie pour stopper une hémorragie.
- Désobstruction des voies respiratoires en cas d'étouffement.

Les enjeux de la formation aux premiers secours

En France

- Depuis 2016, l'apprentissage des premiers secours est intégré dans le parcours scolaire (PSC1 – Prévention et Secours Civiques de niveau 1).
- La formation est aussi proposée aux salariés en entreprise et aux volontaires.
- La Croix-Rouge française et d'autres associations proposent des formations pour tous.

Dans le monde

- Certains pays, comme la Norvège et la Suisse, rendent la formation obligatoire dès l'école.
- Dans d'autres pays, l'accès à la formation est encore limité, d'où l'importance des initiatives de la Croix-Rouge et d'autres organismes humanitaires.

Comment se former ?

Plusieurs organismes proposent des formations aux gestes de premiers secours, comme :

- La Croix-Rouge française
- Les pompiers et le SAMU
- Les associations agréées de sécurité civile

Ces formations sont accessibles à tous, dès l'adolescence, et permettent d'obtenir une certification utile dans la vie quotidienne et professionnelle.

Conclusion

La Journée mondiale des premiers secours rappelle que nous pouvons tous être des héros du quotidien en apprenant quelques gestes simples mais vitaux. Se former aux premiers secours, c'est sauver des vies et agir en cas d'urgence.