

Date de vérification :

Eléments	Quantités	Dates de péremption
Pince à échardes	1	
Petite paire de ciseaux	1	
Tire-tiques (grand et petit modèle)	2	
Gants à usage unique	2 paires	
Ruban adhésif	1 rouleau	
Epingles à nourrice	10	
Couverture de survie	1	
Pansements seconde peau pour ampoules	6	
Pansements prédécoupés de diverses tailles et imperméables	1 paquet	
Sutures collantes pour plaie (stéristrip)	1 paquet	
Compresse de gaze stériles : 7,5X7,5	5 paquets	
Bandes : 7 cm de large	2	
Bande collante adheban	1	
Tampon relais compressif	1	
Antiseptique (type chlorhexidine)	2 unidoses	
« Sérum » physiologique	2 unidoses	
Masques chirurgicaux	2	
Flacon de solution hydro-alcoolique	1	
Sucre (en emballage individuel)	3	
Fiche d'alerte	1	
Sifflet	1	
Lampe de poche	1	
Garrot Artériel Tissu	1	
Echarpe Triangulaire d'immobilisation	1	
Thermomètre Digital	1	
Brumisateur	1	

3 signaux de détresse

à connaître absolument **trek**

Alerter

112

112 : numéro d'appel d'urgence dans toute l'Europe. Gratuit et joignable même si votre opérateur mobile habituel ne couvre pas la zone.

En France, les autres numéros d'urgence restent : **15-17-18**

S.O.S



S.O.S. code morse universel (3 courts, 3 longs, 3 courts, à répéter)

/ OU /

6 coups par minute
(sifflet ou signaux lumineux) à renouveler toutes les minutes. (trois coups = pas besoin d'aide)

Secours



Yes No

Hélicoptère en approche "Yes, nous avons besoin d'aide" ou "No, nous n'avons pas besoin d'aide". Tenez-vous droit et immobile, sans gesticuler.

Les bons réflexes

Avant de contacter les secours

- Protégez-vous d'éventuels risques supplémentaires ou intempéries.
- Si une personne est blessée, mettez-la à l'abri, isolée du sol dans un vêtement chaud ou une couverture de survie. Faites le bilan complet de ses blessures.
- Si elle est équipée d'un casque ou d'un baudrier, laissez-les en place, ils pourront être utiles aux secours et protéger la victime à l'approche de l'hélicoptère.

Préparez vos réponses

- Identité et n° de téléphone de l'appelant.
- Qu'est-il arrivé ? [type d'accident, nombre de blessés et type de blessures]
- Où l'accident s'est-il produit ? [endroit précis, si possible les coordonnées GPS]
- Quand l'accident s'est-il produit ?
- Météo, visibilité, terrain : un hélicoptère peut-il atterrir ?

 Avant de partir : toujours prévenir un proche de votre départ et de votre itinéraire

 Rappel : ne pas faire "coucou" aux hélicoptères qui vous survolent ! Cela peut être pris comme un appel à l'aide et retarder les secours dans leurs recherches.