

# Les P'tits Héros, à l'abordage !

Thierry voulait partager sa Route du Rhum. Parce que la course en solitaire, c'est une affaire d'équipe ! Alors il a proposé aux P'tits Héros d'embarquer avec lui, pour mettre en lumière cette fédération qui enseigne aux enfants, de 3 à 10 ans, les gestes qui peuvent sauver. Unique !



Ce n'est pas parce que l'on est petit qu'on ne peut pas être utile. Oui, oui !

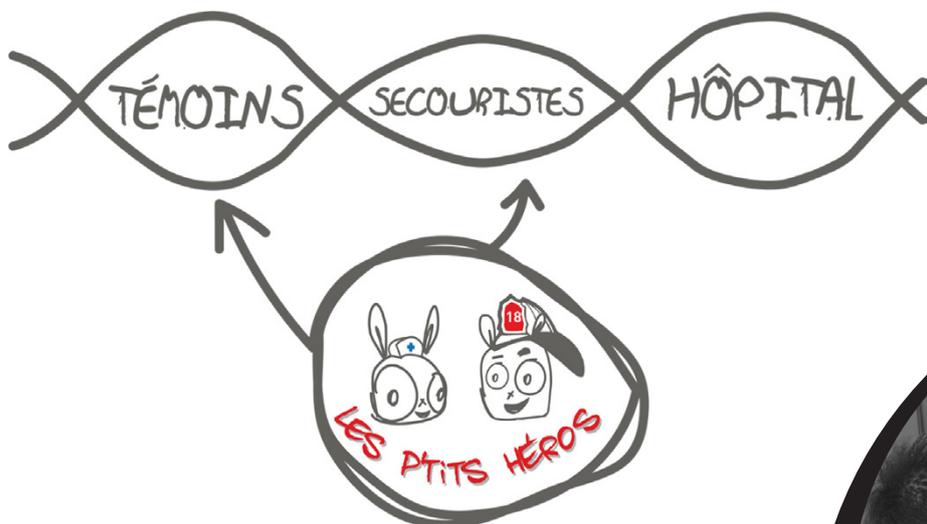
Mais alors, à **cinq ans**, comment peut-on sauver une vie ? Facile... Par exemple, maman est allongée dans la cuisine et elle ne répond pas. Je fais quoi ? Je prends le téléphone et **je compose le 18**. Le 18, je le connais, maman a collé des gommettes sur le téléphone. Et quand le pompier me demande où j'habite, je suis capable de lui **donner mon adresse**. Et hop !

Quand je suis un peu plus grand, **vers 7 ou 8 ans**, je suis capable d'arrêter un saignement, parce que les Les P'tits Héros me l'auront appris. A 10 ans, je mets mon père en position latérale de sécurité.

Ouf, je me suis occupé de tout le monde. Et moi ? Comment je me protège ?

Suis-je capable de reconnaître ce qui brûle, ce qui coupe ? Suis-je capable de reconnaître une situation dangereuse à la plage, en ville, dans le jardin, lorsque je roule à vélo ?

Non ? Alors je rejoins Les P'tits héros !



PROTÉGER +  
ALERTE +  
SECOURIR +

## Je donne l'alerte

Je connais l'un des numéros ci-dessous, mon adresse précise et le numéro de téléphone d'un proche.

**18**

- le 18, les sapeurs-pompiers, pour les secours d'urgence aux personnes, les secours sur accidents, incendies

**15**

- le 15, le SAMU, pour les problèmes urgents de santé, apporte une réponse médicale

**112**

- le 112, appels d'urgence dans l'ensemble de l'Union Européenne.

**114**  
sms

- le 114, par sms, pour les personnes ayant des difficultés à entendre ou à parler

"Parce que ça n'arrive pas

qu'aux autres"





# Tous à l'eau... mais pas n'importe comment !

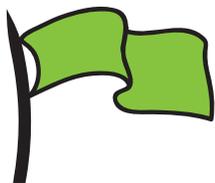
Pour avoir le droit de participer à la Route du Rhum, Thierry doit effectuer un stage de survie. Au programme, il doit savoir nager dans sa combinaison de survie, grimper dans un radeau en pleine mer, connaître les règles de sécurité, se préparer à être hélitreuillé, etc... Il s'agit de conditions extrêmes, tout seul au milieu de l'Atlantique. Mais la plage ou la piscine, même en plein été, peuvent être dangereuses aussi...

## Pour prévenir la noyade

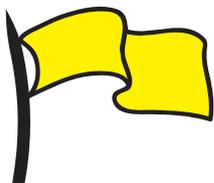
- Apprenez à nager le plus tôt possible, dès 6 ans.
- Sécurisez les piscines familiales, ne laissez jamais un enfant aux abords d'une piscine sans un adulte responsable de sa surveillance.
- Equipez les enfants de brassards adaptés à leur taille et à la norme NF 1311138-1

## À la plage

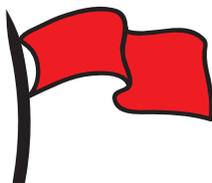
- Respectez les consignes de sécurité
- Choisissez une zone de baignade surveillée
- Renseignez-vous sur la nature des vagues, des courants et des marées
- Entrez progressivement dans l'eau, et prenez garde aux vagues : leur zone d'impact et la zone qui suit (communément appelée "machine à laver") sont dangereuses. Ne cherchez pas à lutter contre le courant et les vagues, vous risqueriez de vous épuiser. Si vous êtes fatigué, allongez-vous sur le dos pour vous reposer.
- Un repas copieux, la consommation d'alcool ou une exposition prolongée au soleil ne sont pas toujours compatibles avec une baignade en toute sécurité.



Baignade surveillée  
et absence de  
danger particulier



Baignade  
dangereuse  
mais surveillée



Interdiction  
de se baigner

## À l'école des P'tits Héros

Former et/ou initier les enfants de 3 à 10 ans aux gestes qui peuvent sauver, sensibiliser parents et enfants à la prévention des accidents domestiques, des accidents en plein air, des accidents de la route et toute autre prévention permettant de veiller à la sécurité de l'enfant, qu'elle soit physique ou morale.

Former toutes personnes souhaitant enseigner et/ou initier sur les thèmes de la prévention, de la sécurité et des gestes qui peuvent sauver à destination des enfants de 3 à 10 ans

Créer des outils pédagogiques sur ces thèmes

Retrouvez Les P'tits Héros sur [lesptitsheros.fr](http://lesptitsheros.fr) et sur les réseaux sociaux.



## Repères

Il y a **11 millions d'accidents domestiques** par an en France. La chute dans les escaliers est la plus fréquente. Chaque jour, **2 000 enfants** de moins de 6 ans sont victimes d'accident de la vie courante ayant motivé une consultation aux urgences.

**L'intérieur de la maison** représente le lieu principal d'accident pour les enfants de moins de 15 ans. Chaque année plus de 200 enfants décèdent des suites d'un accident de la vie courante. 6 sur 10 ont moins de 4 ans. Pour les enfants de moins d'un an, les accidents surviennent davantage dans la cuisine, la chambre et la salle de bain. Les accidents touchant les enfants de 1 à 4 ans ont le plus souvent lieu dans la cuisine et la salle de séjour. L'âge augmentant, ces accidents diminuent et surviennent de plus en plus à l'extérieur de la maison.



« Une fois que le bateau a coulé, tout le monde sait comment on aurait pu le sauver ! »

Proverbe italien