

**Zeitschrift:** La Croix-Rouge suisse  
**Herausgeber:** La Croix-Rouge suisse  
**Band:** 89 (1980)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Qu'est-ce que le "Parcours sauvetage" ?  
**Autor:** C.B.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-683448>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

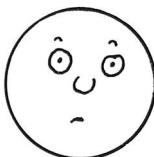
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Qu'est-ce que le «Parcours sauvetage»?



## Pourquoi ce parcours?

L'Alliance suisse des Samaritains organise depuis une quinzaine d'années des cours de sauveteurs à l'intention de toute la population suisse. Dès 1977, sur l'instigation du Conseil de direction de la Croix-Rouge suisse, ces cours de sauveteurs sont devenus obligatoires pour tous les candidats au permis de conduire. Se fondant sur les expériences faites par les médecins et sur les données statistiques, le Conseil de direction de la Croix-Rouge suisse avait en effet constaté que de nombreuses victimes de la circulation routière auraient pu être sauvées si de simples mesures de secours immédiat leur avaient été prodiguées à temps avant l'arrivée des secouristes professionnels. Les premières mesures prises immédiatement après l'accident sont donc très importantes et il est essentiel pour la survie du blessé que ces premières mesures (position du blessé, respiration artificielle, hémostase, prévention de dommages secondaires) soient appliquées correctement. De mauvais mouvements, une position incorrecte peuvent en effet avoir des conséquences fatales. Il ne faut pas non plus oublier que dans le cas d'un accident grave, le sauveteur se trouve dans une situation exceptionnelle et dramatique: sang, cris, panique, sans parler des curieux qui viennent vite s'agglomérer. Il faut donc être sûr de soi pour pouvoir agir avec sang-froid sans se laisser influencer par d'innombrables conseils sujets à caution.

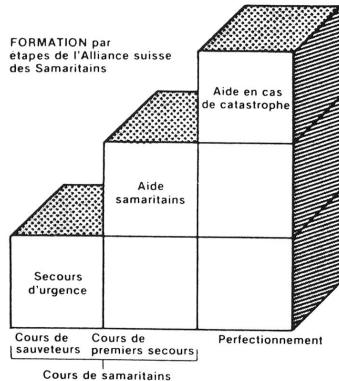
Si les connaissances de base de sauvetage sont indispensables, elles risquent de demeurer inefficaces si elles ne sont pas devenues en quelque sorte des réflexes automatiques. Jusqu'à présent un million de personnes ont bénéficié de la formation de sauveteurs donnée soit par l'armée, la protection civile ou les Samaritains. Mais des contrôles effectués ces dernières années ont montré que la majorité des

sauveteurs ne connaissaient plus quelque temps après que la moitié de la matière apprise pendant les cours. Il était donc nécessaire de donner à ces gens qui ne sont pas des professionnels des soins infirmiers, l'occasion de rafraîchir leurs connaissances théoriques et pratiques. C'est pourquoi l'Alliance suisse des Samaritains a eu l'idée de créer ce petit «cours de répétition».



*Lors du «Parcours sauvetage», ceux qui ont déjà suivi un cours de sauveteurs ont l'occasion de rafraîchir leurs connaissances tant théoriques que pratiques. Le parcours peut se faire en groupe de deux à cinq personnes ou en famille avec les enfants. Ceux-ci peuvent d'ailleurs dès 10 ans environ exécuter certaines mesures de premiers secours. Un exercice aussi utile qu'amusant!*

Photo ASS



## Description du parcours

Inspiré de l'idée du «Parcours Vita» (la compagnie d'assurances Vita a d'ailleurs financé une partie du projet), mais avec l'aspect sportif en moins, le «Parcours sauvetage» donne l'occasion de contrôler ses connaissances et son savoir-faire dans le domaine des premiers secours. Il est constitué de huit postes dans lesquels les participants doivent effectuer de petits exercices pratiques et théoriques. Dans chaque poste, un Samaritain conseille et observe ce que font les participants. Les résultats sont notés sur une carte de contrôle. Les huit postes sont les suivants:

### Poste 1 «Comportement sur le lieu de l'accident»

Des bandes de texte doivent être placées à la place qui convient dans trois rubriques concernant le comportement à suivre, les observations à faire et les premières mesures à prendre.

### Poste 2 «Position du blessé»

Il faut placer les schémas de position du corps à l'endroit correspondant à l'état du malade (pâle, inconscient, difficultés respiratoires, crampes, etc.).

### Poste 3 «Principes de la respiration»

On discute ensemble sur la base d'un montage mobile représentant une coupe de

la tête avec les voies respiratoires. On constate en particulier que les voies respiratoires ne sont dégagées que si la tête est rejetée en arrière.

Poste 4

### «Exercice pratique de respiration artificielle»

A l'aide d'un mannequin, chacun peut exercer la respiration artificielle et poser des questions concernant les différents types de respiration (bouche-à-bouche, bouche-à-nez).

Poste 5

### «Hémorragies»

Les participants se marquent réciproquement les endroits où se fait la compression digitale en appliquant un autocollant rouge à la place qui convient. On essaie de comprimer l'artère à cet endroit. Dans la deuxième partie du travail, l'équipe examine les deux blessés l'un après l'autre selon la carte et applique les mesures nécessaires: position du blessé, élévation du membre blessé...

Poste 6

### «Avis d'accident et comportement sur l'autoroute»

Les participants exécutent deux exercices différents. Sur la base de la photo de l'accident, le participant doit transmettre oralement un avis d'accident: qui, quoi, où, combien de blessés...

D'autre part, les bandes de texte relatives au comportement à suivre lors d'un accident sur l'autoroute doivent être classées correctement.

Poste 7

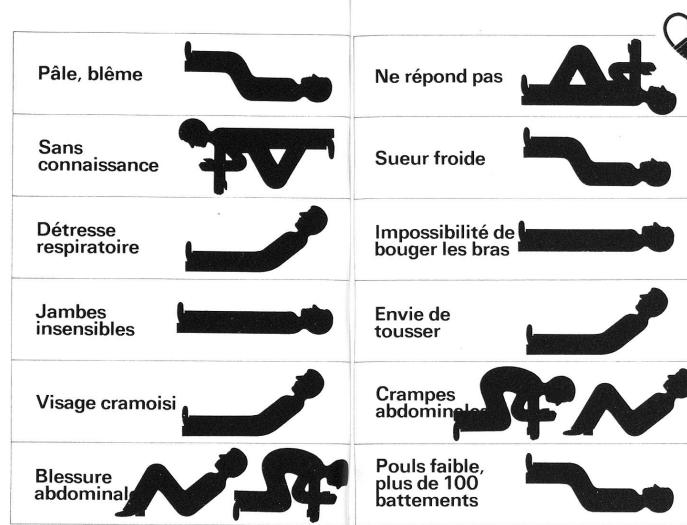
### «Situations d'accident»

Récapitulation des mesures de premiers secours dans des cas d'urgence déterminés (accident de la circulation, accident à la maison, à l'usine, etc.).

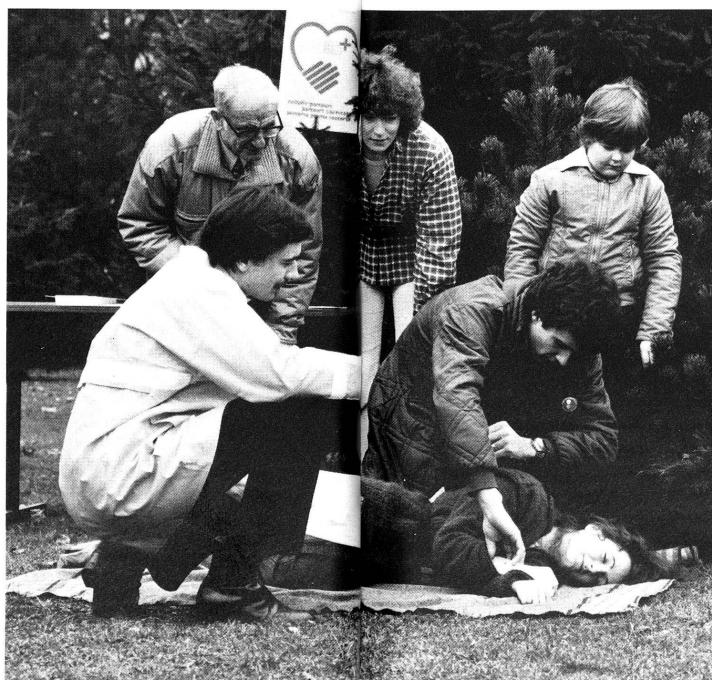
Poste 8

### «Répétition générale»

Les participants répondent aux questions de la feuille de tests.



Au poste 2, il faut placer les schémas de position du corps à l'endroit qui correspond à l'état du malade.



Chaque section (elles sont 1350 dans toute l'uisse) a reçu tout le matériel nécessaire à la mise sur pied du «Parcours sauvetage». C'est l'opération: environ 500 000 francs. Une contribution de 100 000 francs a été versée à la compagnie d'assurances Vita. Rappelons que la plus grande partie du travail des Samaritains est effectuée à titre bénévole.

## Le «Parcours sauvetage» est-il un jeu?

Oui et non. Le «Parcours sauvetage» se devait d'être avant tout un exercice de loisir et de plaisir. N'est-ce pas en effet en se distrayant que l'on apprend le plus? Si les méthodes utilisées veulent se rapprocher des «jeux éducatifs» afin d'attirer le maximum de gens et en particulier de jeunes, le but n'en est pas moins sérieux et répond tant à des exigences médicales que morales. Si le cours s'adresse en premier lieu à des gens qui ont déjà suivi une formation de secouristes, ceux-ci peuvent être accompagnés par des profanes et des enfants qui eux sont particulièrement perméables à tout nouvel apprentissage. De nombreuses expériences faites avec les jeunes indiquent que des enfants de 10 ans peuvent

déjà exécuter correctement certains exercices de premiers secours. Un jeu qui peut donner l'envie d'aider son prochain. Comme l'indiquait M. Peter Hess, directeur de l'Office fédéral de la police, à la conférence de presse du 16 avril qui a ouvert la semaine de lancement du «Parcours sauvetage»: «Nous vivons à une époque où dominent la concurrence, le goût du rendement et la rivalité. Tout cela risque, sur le plan humain, de nous conduire à un certain isolement. L'idée d'assistance à autrui est une force active susceptible de développer les relations humaines. Cette idée est basée sur le fait que notre existence est synonyme de coexistence. C'est la raison pour laquelle nous nous félicitons de la création du «Parcours sauvetage» qui est un moyen utile et sympathique pour stimuler la solidarité entre les hommes.» C. B.

## Accident sur l'autoroute – que faire?

### Déplacer les véhicules en état de rouler sur la bande d'arrêt d'urgence

### Signaler le lieu de l'accident

### Mettre les blessés à l'abri du trafic

### Aviser la police et l'ambulance au moyen du prochain téléphone de secours

### Donner les premiers soins aux blessés

### Ne pas s'engager sur les chaussées

### En cas d'embouteillage, ménager un couloir pour l'arrivée des secours

### Les véhicules qui suivent ne s'arrêtent pas

L'un des exercices à effectuer au poste 6: il s'agit de classer dans l'ordre qui convient les bandes de texte ci-dessus.

Photo ASS